

Les compétences du Montagnard

NOM Prénom :

La vie au chalet

- Je respecte les lieux et toute personne qui y séjourne
- Je mange et me repose pour être capable de suivre lors des activités
- J'organise mes affaires et mon cadre de vie pour être prêt à sortir rapidement et ne pas gêner mes camarades

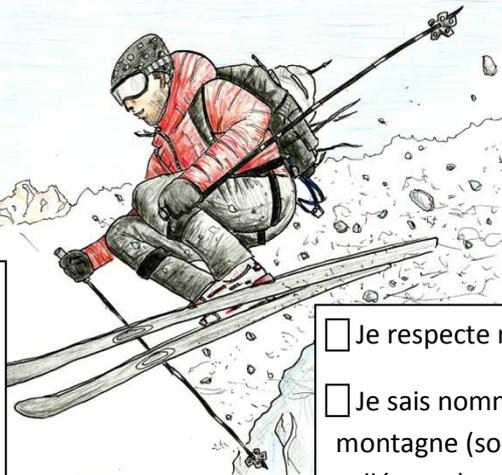


Sécurité en montagne

- Je connais les couleurs des différentes pistes et les règles de conduites à respecter en skiant
- Je suis capable de prendre les remontées mécaniques en toute sécurité
- J'écoute et respecte les consignes des adultes
- J'avertis un adulte lorsqu'un camarade a besoin d'aide

Ski

- Je gère mon matériel : je le reconnais, le range, le règle et le respecte
- Je suis capable de changer de direction et de m'arrêter volontairement
- Je gère ma vitesse
- Je suis capable de suivre la trace ou d'aller par mes propres moyens à un repère sur la piste
- Je peux me relever seul lorsque je tombe
- Je sais me situer sur le plan des pistes



Activités dans la neige

- Je respecte mon environnement
- Je sais nommer ce que je rencontre en montagne (sommets, cours d'eau, piste, vallée etc.)
- Je suis capable de préparer mon sac et mes vêtements selon les activités et le temps qu'il va faire
- J'aide mes camarades dans les passages difficiles
- Je connais les choses à faire pour me réchauffer quand j'ai froid

