

Test pour l'agrément des accompagnateurs non qualifiés

Légitimité: c'est une exigence de l'Education nationale.

L'Inspecteur doit vérifier la compétence des personnes extérieures intervenantes à l'école, en particulier en ce qui concerne l'éducation physique.

Objectif: Vérifier une maîtrise minimale à ski de fond, pour être capable d'aller chercher du secours, quelles que soient les conditions météo, les conditions de neige, le type de relief.

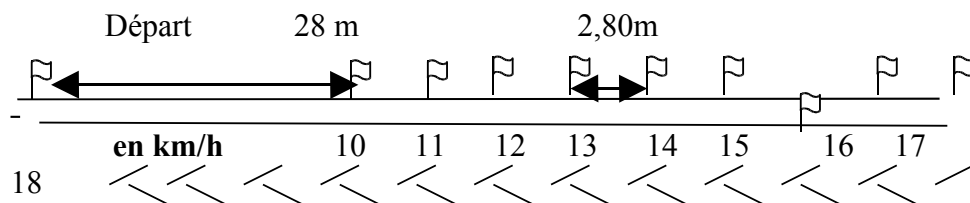
Organisation: un test en 5 ateliers sur 5 points pour évaluer: la vitesse, le freinage, la montée, les virages, l'équilibre.

Chaque atelier est étalonné par un ouvreur. Il fait l'objet d'une phase de découverte, puis d'un ou deux passages pour le test.

Il se réalise avec des **skis lisses**.

Le test est réussi avec un minimum de 15 points.

Vitesse au plat sur 10 secondes

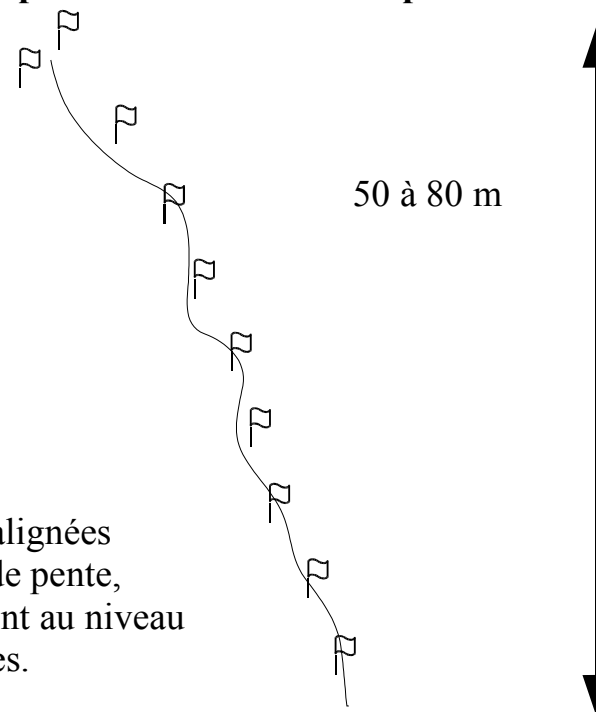


But: skier vite sur 10 secondes

Barème habituel:

21 km/h = 5 points	15 km/h = 2 points
19 km/h = 4 points	13 km/h = 1 point
17 km/h = 3 points	

Slalom en pente douce avec 8 à 10 portes



8 à 10 portes alignées dans la ligne de pente, qui se resserrent au niveau des 3 dernières.

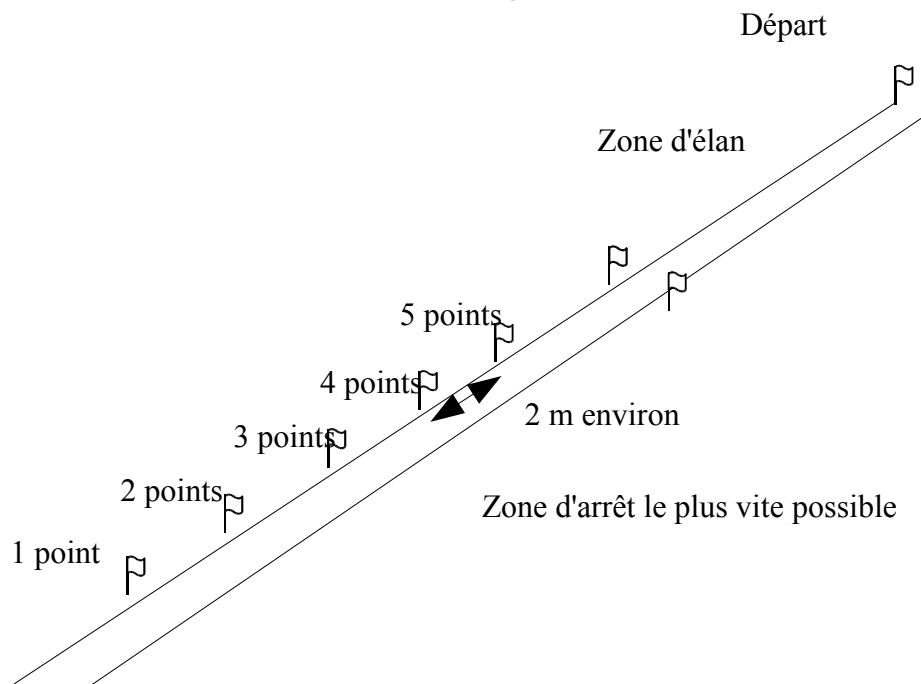
But: Franchir le plus possible de portes sans tomber.

Le type de virage et la vitesse (c'est à dire l'aisance) sont pris en considération.

Barème habituel:

8 portes franchies en virages //, ou en pas tournants = 5 pts
8 portes franchies en virages chasse-neige à bonne vitesse = 4 pts
8 portes franchies en virages chasse-neige au ralenti = 3 pts maximum
De 4 à 8 portes franchies en chasse neige au ralenti = 2 pts maximum
De 1 à 4 portes franchies en chasse neige au ralenti = 1pt

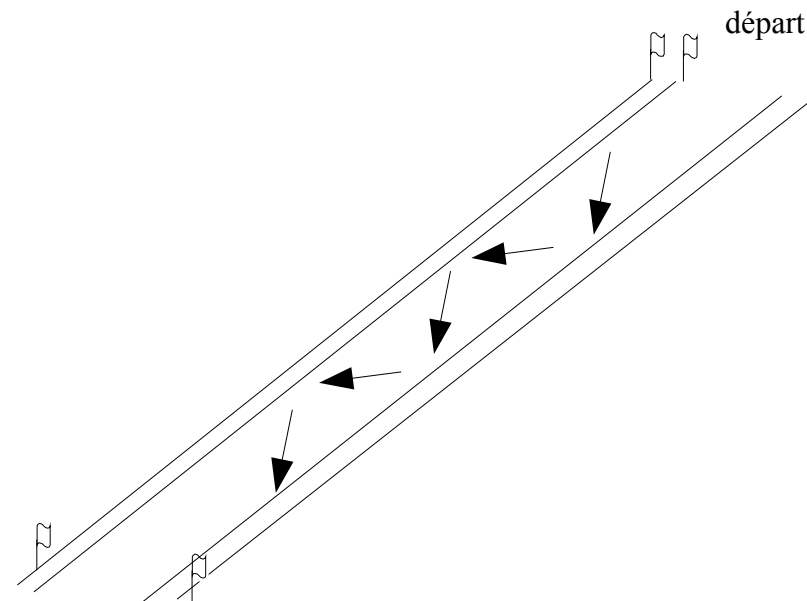
Freinage



But: s'arrêter le plus vite possible après une glissade dans les traces.
Pour l'étalonnage: l'ouvreur s'arrête en demi chasse neige au fanion 5 qui donne 5 points (en braquage bien avant le fanion 5)

Barème habituel: quel que soit le type d'arrêt, demi chasse neige ou braquage, la zone à 5 points est en amont du fanion 5, la zone à 4 points est en amont du fanion 4, etc...

Changement de traces

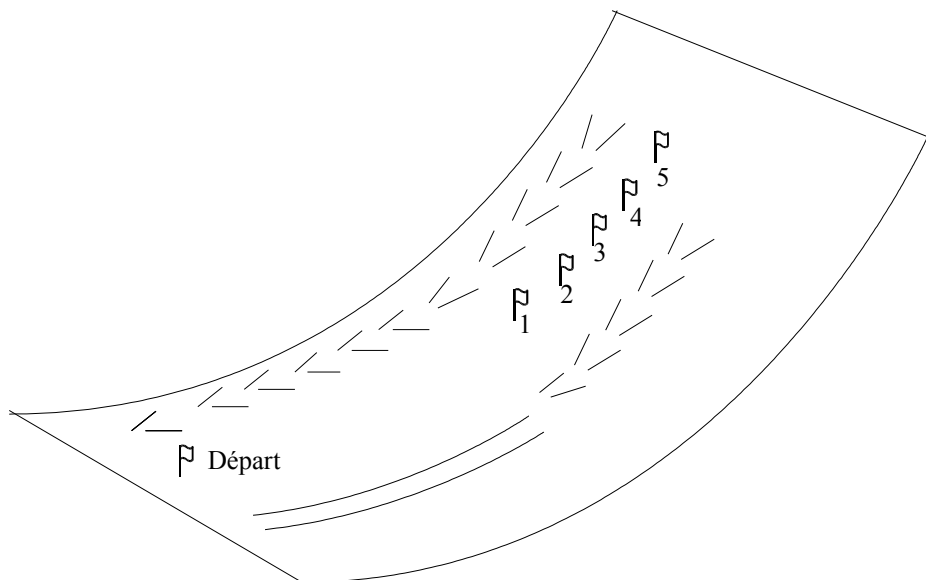


Arrivée

But: Changer de traces le plus de fois possible, en levant les skis.

Barème habituel: 10 changements pour 5 points... 3 changements pour 2 points, moins de trois changements pour 1 point. Une vitesse de glisse minimale est requise. Avec une vitesse d'exécution trop lente, 3 points au plus, sont attribués. (l'ouvreur réalise 10 changements sur la distance)

Montée



But: monter le plus possible en 15 secondes, depuis un départ à plat. Pas de patineur au départ ou pas glissé. La fin du parcours oblige des pas en canard.

Barème habituel: le fanion 5 atteint donne 5 pts, le fanion 4 atteint ou dépassé donne 4 pts, le fanion 3 atteint ou dépassé donne 3 pts, etc ... (l'ouvreur a atteint le fanion 5 en 15 secondes)