

*Fiche programme - L'initiation à la plongée souterraine-*

**Objectif général**

Initier les spéléologues à la plongée souterraine.

**Objectifs de formation**

A l'issue de la formation, le plongeur aura pris conscience d'évoluer dans un environnement particulier et d'en cerner les caractéristiques, afin de décider s'il s'oriente vers la plongée spéléologique.

**Cible**

Plongeurs spéléologues ou non spéléologues

**Durée**

2 jours minimum

**Pré-requis**

Autonomie en surface libre. Le plongeur saura réaliser avec aisance un lâcher et reprise d'embout, un vidage de masque et maîtriser parfaitement son équilibre. Ces pré-requis indispensables seront vérifiés.

**Objectifs pédagogiques**

- Découvrir le milieu souterrain noyé
- Evoluer dans un milieu particulier avec ses spécificités et ses contraintes
- Appliquer les règles de la redondance au plan de l'équipement individuel
- Appliquer les règles de gestion et de consommation d'air
- Respecter les règles de comportement vis-à-vis du fil d'Ariane

*Fiche programme - L'initiation à la plongée souterraine- (suite)*

**Contenus**

**Apports théoriques :**

- Le milieu et ses spécificités
- Philosophie de la plongée spéléologique et logique de sécurité
- L'équipement du plongeur
- Le matériel et la redondance
- Le fil d'Ariane
- Gestion de l'air et consommation

**Applications pratiques**

- Première plongée : vérification de l'aisance et des pré-requis plongée.
- Plongée(s) en siphon : Découverte du milieu souterrain noyé. Applications des fondamentaux

**Méthodes pédagogiques**

- Face à face pédagogique - Active – Pratique

**Intervenants**

- Organisation : Sous la responsabilité d'un moniteur
- Encadrement : Instructeur, moniteur ou initiateurs plongée souterraine. Un instructeur ou un moniteur est obligatoirement présent.

**Evaluations**

- Evaluation continue - Evaluation de fin de stage