

Fiche programme- Le perfectionnement en plongée souterraine

Objectif général

Perfectionner les plongeurs spéléologues à la démarche et aux techniques de la plongée souterraine.

Objectifs de formation

A l'issue de la formation, le stagiaire sera capable d'analyser et de connaître les caractéristiques de l'environnement particulier dans lequel il évolue et d'appliquer les différentes règles de sécurité en plongée souterraine

Cible

Plongeurs ayant pratiqué la plongée souterraine

Durée

4 jours minimum

Pré-requis

Autonomie en surface libre. Le plongeur devra avoir une certaine expérience en siphon (soit environ une dizaine de plongées sous terre), ou avoir participé à un stage initiation à la plongée souterraine. Les pré-requis indispensables seront vérifiés.

Objectifs pédagogiques

Connaître le milieu spéléologique noyé,
Développer son observation au regard des spécificités et des contraintes du milieu,
Connaître les limites de sécurité à ne pas enfreindre et ses propres limites,
Maîtriser les règles de la redondance au plan de l'équipement individuel,
Maîtriser les règles de gestion et de consommation d'air,
Maîtriser les règles de comportement et d'évolution sur fil d'ariane,
Equiper un siphon avec un fil d'ariane,
Connaître les techniques de réchappe : recherche de fil perdu et auto-dégagement du fil d'ariane,
Evoluer dans des siphons différents impliquant des configurations adaptées, avec des objectifs différents,
Utiliser les blocs relais en sécurité.
S'informer sur les structures et le fonctionnement de la Fédération Française de Spéléologie,

Fiche programme- Le perfectionnement en plongée souterraine (suite)

Contenus

Apports théoriques

Le milieu et ses spécificités ; connaissances et dangers

Logique de sécurité ;

L'équipement du plongeur et la redondance du matériel,

Fil d'ariane : progression, vérification, marquage, équipement du siphon, techniques de réchappe : recherche de fil et auto-dégagement,

Gestion de l'air, consommation et autonomie - Utilisation de blocs relais

La décompression : Air, Oxygène

La Fédération Française de Spéléologie et ses structures.

Applications pratiques plongée souterraine

1 - Evaluation et première plongée en siphon :

Vérification de l'aisance et des pré-requis plongée et progression en milieu souterrain noyé,

2 - Applications pratiques en siphons

Respect et application des techniques de sécurité en plongée,

La gestion de l'air,

La relation avec le fil d'ariane – la progression sur fil,

L'équipement d'un siphon, manipulation du dévidoir, poses des amarrages,

Les techniques de réchappe : la recherche de fil perdu, les techniques d'auto- dégagement du fil,

Application avec des configurations de scaphandres différents, dans des siphons différents,

Utilisation de blocs relais,

Réalisation de paliers à l'O₂ (facultatif).

Méthodes pédagogiques

Face à face pédagogique - Active – Pratique

Intervenants

Organisation : Sous la responsabilité d'un moniteur ou instructeur,

Encadrement : Instructeur, Moniteurs et initiateurs plongée souterraine,

Initiateurs-stagiaires sous la responsabilité d'un instructeur ou d'un moniteur.

Evaluations

Evaluation continue

Evaluation en fin de stage