

**OBJECTIFS PEDAGOGIQUES**

*En initiation : 1/2 journée et journée en grottes horizontales*

- Se faire plaisir à découvrir la spéléologie
- Progresser en toute sécurité
- Maîtriser les techniques de progression horizontale (appuis, équilibre)
- Découvrir le milieu souterrain et le faire apprécier

*En perfectionnement : journée en grottes verticales*

- Découvrir les techniques de progression sur cordes : descente et remontée autonomes, progression sur main courante
- Gagner en autonomie en sécurité : auto-sécurité et socio-sécurité
- Prendre conscience des risques objectifs
- Découvrir le milieu souterrain et le faire apprécier

**METHODES**

- Basée sur une pédagogie qui fera appel à différentes approches (ludiques, actives, sensorielles...) et qui tiendra compte du niveau de chacun
- Utilisation de jeux et d'outils pédagogiques favorisant la découverte du milieu souterrain
- Mise en confiance
- Garantir sur la séance un rythme avec alternances de situations actives, dynamiques et des situations qui demandent de réaliser une tâche précise

**ENCADREMENT**

- Brevet d'Etat Spéléologie
- Diplômes homologués

**MOYENS MATERIELS MIS A DISPOSITION PAR L'ASSOCIATION**

*Individuel*

- Combinaison, casque, éclairage électrique ou acétylène, baudrier complet

*Collectif*

- Matériel pédagogique
- Cordes, mousquetons, amarrages pour l'équipement de la cavité
- Sacs et bidons étanches

**MATERIEL COLLECTIF A PRENDRE PAR LE GROUPE**

- Eau, pique-nique pour la journée et pharmacie

**TENUE VESTIMENTAIRE INDIVIDUELLE CONSEILLEE**

- Vêtements confortables pouvant être salis, chaussures fermées ou bottes, vêtements de rechange

**LOGISTIQUE**

- Chauffeur et navette
- Bus de 19 places et minibus de 8 places
- Assistance personnelle et matérielle



RISQUE	DESCRIPTIF	ATTITUDE ET PREVENTION	RISQUES POTENTIELS SUR LES PARCOURS
Coincement	Le pratiquant se coince dans un passage resserré	Expliquer comment positionner son corps Rassurer	Passages resserrés adaptés aux gabarits des pratiquants
Blocage psychologique	Le pratiquant refuse d'entrer dans la grotte	Rassurer, expliciter l'absence de risque Laisser le pratiquant dehors avec un animateur	
Hypothermie	Le pratiquant se plaint du froid, claque des dents sans discontinuer	Faire un point chaud (couverture de survie et flamme)	Cavités tempérées (12-15° C)
Chute	Le pratiquant chute de plusieurs mètres	Equipement de la cavité et utilisation de baudriers	
Crue avant d'entrer dans la grotte	Brusque montée des eaux suite à un très violent orage	Annuler l'activité	Prévisible
Crue dans la grotte	Brusque montée des eaux suite à un très violent orage	Attendre la décrue dans un endroit sec	Prévisible

En prévention il faut très tôt apprendre au pratiquant :

- à toujours s'assurer que ses appuis sont stables (auto-sécurité)
- à surveiller et aider les personnes autour de soi (socio-sécurité)

Si les séances d'initiation sont techniquement assez simples, l'effort physique, le stress et surtout l'engagement (c'est à dire que la plupart du temps, la seule échappatoire de la grotte, c'est par où on est entré) font de la spéléologie une activité exigeante physiquement et psychologiquement.

Pour garantir le bon déroulement il faut que les jeunes soient dans de bonnes conditions : qu'ils aient une alimentation équilibrée en quantité et qualité, qu'ils aient de la boisson en quantité et qu'ils aient bénéficié d'un sommeil suffisant.

