



DECOUVERTE DE LA SPELEOLOGIE
ETUDE DES POSSIBILITES EN FONCTION DE LA DEFICIENCE

I. DESCRIPTION DE LA DEFICIENCE :

Hémiplégie :

Paralysie totale ou partielle de la moitié du corps gauche ou droite, provoquée par une lésion cérébrale.

A. Compétences mobilisables / Il peut :

- Sur un seul côté du corps, motricité fine du membre supérieur et inférieur.
 - Sur l'autre côté du corps, motricité plus ou moins déficiente du membre supérieur et / ou inférieur suivant le degré de handicap.
- => A définir au cas par cas

B. Compétences non mobilisables / Il ne peut pas :

=> A définir au cas par cas

C. Contre-indications :

- Aucune, à priori



D. Points de vigilance :

- Rigidité et limitations articulaires d'une partie du corps
- Capacité à nager
- Choc sur les parties paralysées

E. Adaptations :

1. Du matériel individuel

- Baudrier ordinaire.
- Longes réglables adaptées si un des membres supérieurs touché.
- Béquille pour aide à la marche.
- Gilet de flottaison suivant degré de handicap.

2. Du matériel de progression et de l'équipement

- Eviter les mains courantes trop complexes (plein vide, multi points).
- Eviter les mains courantes ascendantes.
- Pas de nécessité de mise en place des agrès avant la sortie.

3. De la pédagogie

- Accompagnement resserré au niveau des obstacles. Aide au départ des verticales : suspension dans le harnais, manipulation des longes
- Eviter les marches trop longues.
- Eviter les sols glissants et trop chaotiques.(béquilles)
- Prise en compte de la fatigabilité.



II. PROJET ENVISAGEABLE

A. Pour une séance

- Pratique de découverte

B. Pour plusieurs séances ou une pratique en club

- Sortie occasionnelle ou régulière en club possible.
- Stage fédéral adapté.
- Si la personne est autonome dans sa vie quotidienne et en déplacement on peut envisager plusieurs séances avec progression dans l'autonomie jusqu'à devenir « autonome » dans la progression sur des parcours adaptés.



III – DESCRIPTION DE LA CAVITE IDEALE

CRITERES MORPHOLOGIQUES DES CAVITES ADAPTEES : TROUVER LA GROTTE IDEALE		
	description	commentaires
Accès :	A adapter suivant le degré de handicap et l'utilisation de béquilles	- Si mobilité fine des deux jambes, pas de conditions particulières
Traversée descendante	C'est le site à privilégier : qui permet la plus grande mobilité du handicapé et le moins d'aide extérieure pour la progression	Une petite traversée descendante comportant quelques puits et peu de galerie est le site idéal
Normale ; une entrée	Ce type de cavité impliquera une organisation pour les parties montantes :	
Verticale à la descente uniquement	Pas de limite de longueur. La descente , équipée plein vide ou en rappel guidée, facilite l'apprentissage. L'apprentissage du passage d'une déviation ou d'un fractionnement est envisageable	Cette progression est celle qui est la plus accessible en autonomie. Le plaisir de la descente est immédiat. Les manipulations au départ peuvent être contrôlées par le cadre comme avec tout débutant. Les manipulations d'appareils ou les phases de mise en place, appui dans le harnais, peuvent être aidés par le cadre
Verticale ou oblique à la montée	Possible suivant le type d'hémiplégie.	La pratique de la remontée sera limitée par la motricité d'un ou des deux membres supérieurs. Les manipulations d'appareils ou les phases de mise en place, appui dans le harnais peuvent être aidés par le cadre
Galerie « plate »	Eviter les zones argileuses qui piègent les béquilles	



Passage bas ou étroit	Il doit être simple ;	Ce type de progression est parfaitement possible . Les valides progressent de la même façon. Il faut penser à protéger les parties du corps très sollicitées . (genouillères, coudières)
étroitures	Possibles si brèves	
ressaut	Possible, avec une aide.	
Méandres	Le méandre large peut être un mode de progression facilitant car il permet les appuis de toutes les parties du corps et les points de repos.	
Opposition classique	Non cette progression n'est pas envisageable, car elle exige une synchronisation trop complexe des mouvements	
Navigation simple	En eau calme ce type de progression est parfaitement possible, motricité avec un ou deux bras. Plaisir de la navigation et de la contemplation	

