

## **Présentation de 6 séances au poney-club de Seychas :**

Voici 6 séances types qui pourront, bien entendu, subir quelques modifications.

Ces séances ont pour objectif :  
une prise de conscience des techniques élémentaires  
autonomie : les enfants seront amenés à découvrir le plus souvent par eux-mêmes.  
la mise en confiance : situations de décontraction et laisser le temps nécessaire à chaque enfant.

### **Personnel encadrant au centre équestre :**

1 ou 2 moniteurs D.E. et éventuellement un stagiaire.

### **Matériel à prévoir pour les enfants :**

survêtement ou vêtement suffisamment souple pour que l'enfant soit à l'aise  
(éviter les jeans), bottes en plastique.  
Les casques sont fournis.

### **1ère séance**

découverte du centre équestre :  
visite et découverte des lieux de vie et de travail des poneys.  
Vocabulaire élémentaire : manège, carrière, écuries, sellerie...

#### **Activité d'éveil :**

Découverte de l'animal sur les plans sensoriels.

#### **Technique équestre :**

Sécuriser l'enfant par la maîtrise de l'arrêt.  
Si le cavalier sait comment s'arrêter, il ne craindra pas d'avancer.

#### **Voltige équestre :**

Faire ressentir le pas et le trot à l'aide de jeux.

### **2nde séance :**

#### **Activité d'éveil :**

Tenir les rênes :  
à l'aide d'un simulateur puis sur le poney.

#### **Technique équestre :**

La direction par la rêne d'ouverture :  
revoir la tenue des rênes puis jeux ( exemple : 1,2,3 soleil).

#### **Voltige équestre :**

Faire ressentir le galop.

### **3ème séance :**

#### Activité d'éveil :

Apprendre à faire le nœud d'attache.

#### Technique équestre :

Autonomie de direction au pas :  
Slalom, relais...

#### Voltige équestre :

Mouvements simples de voltige de type "acrobaties" ludiques et valorisants pour les enfants.

### **4ème séance :**

#### Activité d'éveil :

Aborder un poney.

#### Technique équestre :

Trot en liberté, voire galop selon les enfants :  
jeux de mise en situation, d'expérimentation et de mise en avant.

#### Voltige équestre :

Enchaînements de quelques *acrobaties* à poney.

### **5ème séance :**

#### Activité d'éveil :

Mettre un licol.

#### Technique équestre :

Révision du trot. Les rênes dans une main.  
Jeux consistant à toucher ou attrapper.

#### Voltige équestre :

Jeux d'habileté avec des objets à attrapper ou à recevoir.

### **6ème séance :**

#### Activité d'éveil :

Pansage. Prendre un pied.

#### Technique équestre :

La promenade.  
Un poney pour 2 enfants : celui qui marche à côté tient le poney,  
et changement de cavalier à mi-promenade.

#### Voltige équestre ( sauf si grande promenade ) :

démonstration par chaque enfant des habiletés acquises sous forme

d'un petit spectacle.