



Classe sport Equitation

« Les petits cavaliers ! »

Objectifs :

- s'initier et se perfectionner à l'équitation
- découverte du poney

Cette activité aide à développer :

La confiance en soi, le respect, le courage, la concentration, le sens des responsabilités, la maîtrise de soi, être juste et patient, l'observation, la psychologie avec l'animal.

Toutes ces qualités aideront l'enfant à un meilleur développement de sa personnalité.

L'Equitation n'est pas juste un sport. Sa pratique améliore la proprioception, sens qui permet de mieux contrôler son corps dans l'espace et dans le mouvement.



Atouts :

L'activité se pratique sur le centre.

La cavalerie reste sur place et cette proximité des équidés pendant le séjour, familiarise les enfants avec les animaux et anime la vie du Centre

Contenu des séances

Chaque groupe est différent ! Nous adapterons le contenu des séances en fonction de l'âge et de l'aisance des jeunes cavaliers.

Equitation : conduire son poney

1 ère séance : se déplacer au pas : avancer, s'arrêter et tourner (jeu de la circulation et du train)

2 ème séance : monter au pas, trotter assis, partir au trot et jeux en relais

3 ème séance : application des acquis : balade ou jeux

Voltige : découvrir son équilibre

1 ère séance : monter et descendre à l'arrêt, au pas à l'endroit lâcher les mains, se mettre à l'envers.

2 ème séance : monter au pas, trotter assis, les figures à genoux et accroupis.

3 ème séance : descendre en roulade, debout à l'arrêt et jeux

Autour du poney : soigner et connaître l'animal

Nous pouvons fournir les fiches pédagogiques de cet atelier.

1 ère séance : la sécurité autour du poney (observer, aborder, se déplacer autour)

2 ème séance : le matériel de pansage (nommer et utiliser les brosses, connaître l'utilité du pansage...)

3 ème séance : le corps du poney (nommer les parties du poney, comparer avec le corps humain...)

D'autres sujets sont possibles : les allures, les robes, le pied du poney, les activités équestres...

Pour agrémenter votre séjour au centre : **Animateur BAFA, Sorties environnement dans le Parc National des Ecrins, nombreuses visites pédagogiques et intervenants...**



Tél : 04 92 50 67 15

Mail : info@alpesdecouvete.com