



« Découverte du cheval » ?

Éducatrice spécialisée j'encadre les séances avec une monitrice d'équitation

Nous accueillons un groupe de 4 à 6 enfants ou adolescents. La préparation des chevaux se fait en groupe puis le groupe est séparé en deux pour les activités (travail à pieds et « à cheval »)

Préparation des chevaux

Entrée en relation avec les chevaux dans leur espace de vie et apprentissage des comportements à adopter auprès d'un cheval. La rencontre est un moment clé. Les enfants peuvent prendre le temps pour approcher le cheval. Pour certains c'est déjà une première étape dans le dépassement de soi face à leurs appréhensions. Dans le paddock (parc), les enfants apprennent à mettre le licol et s'exercent à tenir le cheval en longe en sécurité. Les enfants accompagnent ensuite les chevaux vers le lieu de pansage (là où ils brossent et préparent le cheval).

Pansage du cheval : un moment de partage par le toucher mais aussi l'occasion d'acquérir des connaissances (matériel de pansage, anatomie) et savoirs-faire. Le pansage fait partie des soins quotidiens à apporter au cheval. Il a une fonction de soin, de massage pour le cheval. Le pansage permet de créer un lien privilégié avec le cheval et a donc une fonction relationnelle.

Travail à pieds

Exercices ludiques en longe ou longues rênes : apprendre à conduire un cheval en main au pas, au trot, à l'arrêt de façon ludique au travers de jeux, sur un parcours d'équi-motricité ou en balade en longues rênes sur la propriété. La conduite du cheval permet un travail de motricité, la coordination, la communication, etc. C'est aussi un moyen d'apprendre à s'affirmer face au cheval et ainsi travailler sur la CONFIANCE en SOI !

Travail en liberté : observation des comportements du cheval, découverte des différentes allures ou encore mise en mouvement du cheval dans un espace délimité. C'est un exercice qui mobilise le corps mais surtout la motivation et la capacité à s'affirmer pour obtenir une réponse positive du cheval. Il s'agit d'apprendre à communiquer avec le cheval par la voix mais aussi la posture.

A cheval

Les enfants ont chacun **1 heure à cheval**. Différents exercices sont proposés et adaptés en fonction du niveau de chacun. La prise en charge en petits groupes (3 enfants ou adolescents) permet d'individualiser les exercices.

Exemples d'exercices proposés :

- exercices ludiques d'équilibre
- conduite du cheval sur un parcours
- jeux
- saut d'obstacle
- Petite balade à cheval dans les vignes