

Activité Poney

L'équitation sur poney permet d'aborder toutes les activités équestres.

Elle est basée sur un principe : offrir une équitation adaptée aux enfants et aux adolescents. On peut donc parler « d'équitation pour enfant » plutôt que « d'équitation sur poney ».

A partir de l'enfant et de ses besoins, l'enseignant doit bien connaître les différentes étapes de son développement psychomoteur, afin de s'adapter à lui pour l'aider à progresser autant au niveau équestre qu'affectif, sensoriel, etc.

La connaissance de l'enfant amène toujours à découvrir l'importance du jeu dans ses apprentissages. Le jeu rend l'enfant acteur : des situations ludiques sont proposées et pour réussir l'enfant va chercher des réponses psychomotrices adaptées... avec l'aide de l'enseignant. Ces réponses sont intégrées bien plus sûrement que si l'on avait directement dit : « fait comme ci ou comme cela ».

Autres effets du jeu :

— l'enfant apprend par le plaisir,

— le jeu offre une dérivation, un centre d'intérêt qui détourne le cavalier de sa peur. Il crée une motivation vers la réussite, tout en relativisant : l'enfant accepte de perdre un jeu alors qu'il vit mal l'échec d'un exercice sous l'œil de l'enseignant et de ses copains.

De « la pédagogie par le jeu » pour les enfants, on glisse vers « la pédagogie de mise en situation » pour les adolescents : ils restent acteurs, essaient de trouver les gestes techniques leur permettant de réussir le contrat demandé (par exemple « suivre au trot un circuit en respectant les balises »). La réussite ou non de ce contrat, constatable par eux-mêmes leur permet de s'auto-évaluer.

Ainsi en s'adaptant à son public d'enfants puis d'adolescents, l'enseignant d'équitation reste dans une pédagogie essentiellement active. Il doit :

— trouver le jeu ou la mise en situation vraiment adaptée à son objectif technique et au niveau de ses cavaliers,

— observer ses cavaliers dans leurs réponses motrices et donner des conseils techniques nécessaires à chacun au bon moment,

— savoir quand placer les explications techniques plus générales et communes à tous.

Le matériel

(extrait du dossier « Equitation par le jeu » du Poney-Club de France)

La majorité des jeux nécessite un matériel très simple :

BALLONS OU BALLES :

Ne pas prendre de ballon (ou balle) trop dur ou trop lourd, les ballons en mousse sont bien adaptés. Dans certains cas, des boules de papier chiffonné feront l'affaire. Pour les jeux nécessitant une bonne préhension du ballon, le ballon de horse-ball est parfait.

SUPPORTS DIVERS :

Assez hauts pour que les cavaliers puissent saisir un objet posé dessus sans difficulté. Il peut s'agir de grosses balises plastique, de barils, de tonneaux, de bottes de paille ou de tables.

PLOTS :

Type plots de signalisation routière, très utiles pour délimiter les virages, signaler les portes ou établir un slalom. Ces plots sont pratiques pour y mettre une balle en équilibre ou un bâton vertical.

BARRES :

Les barres de 4 m que l'on trouve dans tous les poneys-clubs sont très utiles pour délimiter les camps, des zones de buts ou installer des obstacles. Toutefois, le risque d'accident léger pour le poney n'est pas totalement exclu avec les barres à terre, on peut l'éviter en matérialisant un camp avec une corde sur le sol ou avec des lattes de gymnastique.

PANIER DE BASKET :

Très intéressant à posséder, très attractif pour les enfants, la plupart de ceux que l'on peut trouver en magasin de sport ou sur catalogue sont réglables en hauteur. C'est néanmoins un investissement, on peut dans un premier temps adopter un système de but plus simple (une quille sur un tonneau par exemple).

QUILLES :

Elles peuvent être remplacées par des bouteilles en plastique d'un litre et demi lestées de sable.

FOULARDS :

Pour les jeux se déroulant les yeux bandés, avoir 2 ou 3 jeux de foulards de différentes couleurs pour les jeux par équipe.

CERCEAUX :

Éléments ludiques familiers pour l'enfant, utiles dans les jeux pour matérialiser un endroit précis d'arrêt ou une cible. La suspension d'un cerceau à une poutre du manège (avec ou sans poulie) est utile pour une cible en hauteur. On peut aussi y accrocher un pompon.

PNEUS :

Votre garagiste vous en donnera sans problème, pratiques pour servir de cible (lancer une balle à l'intérieur), posés par terre ou adossés au pare-botte.

ANNEAUX :

C'est un des objets les mieux adaptés à la préhension pour les enfants, y compris les tout petits.

CORDES :

Pour tracer une ligne par terre, sans risque de blessures pour les poneys, utiles pour les cercles tracés au sol. On peut aussi utiliser un tuyau d'arrosage.

BATONS ou FANIONS :

En bois, c'est plus simple : dans ce cas, les peindre pour les rendre plus attractifs et plus ludiques. Attention au problème de sécurité : ne pas utiliser ce matériel avec les moins de 6 ans. Dans ce cas, toujours arrondir les extrémités. Les bâtons de gymnastique en plastique ont toutes les garanties de sécurité.

CROSSES DE HOCKEY :

Pour les jeux où l'on renverse des objets. Si on ne possède pas ce matériel, on peut prendre des bâtons mais il est déconseillé d'utiliser la cravache qui doit garder, dans l'esprit de l'enfant comme dans celui du poney, sa fonction spécifique.

BATTE ou RAQUETTE :

Pour les jeux où l'on doit frapper une balle (la raquette est plus facile à utiliser pour les plus jeunes).

TAMBOURIN :

Pour les jeux sonores ou rythmiques, une petite batterie d'instruments de musique est la bienvenue (tambourin, clochette, clave, pipeau, flûte, sifflet, ...).

MAGNETOPHONE :

Utilisé pour certains jeux, nécessite bien sûr une prise de courant à proximité. On peut le remplacer par l'autoradio d'une voiture garée à proximité.

CHANDELIERS et CAVALETTIS :

Très bon matériel, utile pour de nombreux jeux, repeints à neuf, ils donnent à la carrière un aspect dynamique.

SIFFLET ou CHRONOMETRE :

Peuvent être utiles.

CARTONS et FEUTRES :

Vous permettront de faire vous-mêmes du matériel de jeu (panneau, dessin, gros dés, tableau, ...).

GALOP 1

OBJECTIF GENERAL : Se déplacer au pas et au trot.



Objectif d'apprentissage : Rechercher son équilibre au pas.

Age : 6 - 10 ans

LIBELLE DE LA FICHE	VOS OBSERVATIONS
<p>TACHE PROPOSEE : Jeu en deux équipes : chaque équipe en file indienne sans problème de conduite.</p> <p>BUT : Rester en équilibre au pas dans des situations entraînant la mobilité du haut du corps et/ou des mains.</p> <p>DESCRIPTION DE LA TACHE : Chacune leur tour, les équipes passent à la queue leu-leu sur le circuit :</p> <ul style="list-style-type: none">- passer sous une latte sans la faire tomber,- ramasser un objet sur un support et le jeter dans un seau ou dans un pneu un peu plus loin,- toucher un pompon en l'air. <p>Les poneys peuvent être tenus surtout le premier et ne posent donc pas de problème de conduite.</p>	
<p>ORGANISATION MATERIELLE : Une latte légère sur des hauts chandeliers (60 à 70 cm au dessus du garrot du poney), un des supports (80 cm de hauteur), des objets (foulards, anneaux, balles), un pneu ou un seau, un pompon ou un objet au dessus de la tête des enfants mais à portée de mains.</p>	
<p>CONSIGNES : <i>"Comptez chacun des points dès qu'une embûche est réussie et faites le total des embûches réussies de l'équipe".</i></p>	
<p>OBSERVABLES : La tâche, réussie ou non (liée à l'aisance du haut du corps découlant de la recherche d'équilibre).</p>	

COMMENTAIRES DE L'AUTEUR :

1/ Pour les plus grands : continuer avec un passage individuel permettant un peu d'autonomie au pas.
2/ Pour les jeunes enfants : l'enseignant au lieu de compter des points, peut raconter une histoire intégrant ces gestes (le cirque).

GALOP 2

OBJECTIF GENERAL : Se déplacer aux trois allures.



Objectif d'apprentissage : Découvrir son équilibre sur des sauts.

Age : A partir de 7/8 ans

LIBELLE DE LA FICHE	VOS OBSERVATIONS
<p>TACHE PROPOSEE : Effectuer, sous forme de relai, un tracé incluant au retour un obstacle encadré.</p> <p>BUT : Découvrir son équilibre sur un petit saut facile à l'allure de son choix, sans problème de conduite.</p> <p>DESCRIPTION DE LA TACHE : Jeu de l'horloge : 2 équipes A et B : - l'équipe A compte les heures en se faisant passer une balle (1 tour = 1 heure), - l'équipe B effectue pendant ce temps, sous forme de relai, un tracé incluant au retour un obstacle petit, encadré et appelé. On compte les heures totalisées par l'équipe A puis on inverse les équipes.</p>	
<p>ORGANISATION MATERIELLE :</p> <ul style="list-style-type: none">- Balises (parcours au choix de l'enseignant) ;- Un petit obstacle appelé isolé et encadré sur la piste ;- Un ballon de horse-ball ou une balle.	
<p>CONSIGNES : <i>" Mettez-vous en équilibre dans les tournants, si vous oubliez une balise, revenez en arrière pour la reprendre, posez les mains au milieu de l'encolure pour le saut et choisissez votre allure".</i></p>	
<p>OBSERVABLES : Passage de l'obstacle dans la décontraction (il s'agit surtout de laisser découvrir le saut par le jeu : le dispositif sécurisant, le dynamisme du jeu et en même temps le choix de l'allure réduisent progressivement la peur).</p>	

COMMENTAIRES DE L'AUTEUR : Faire plusieurs passages pour obtenir effectivement cette décontraction dans l'encaissement des sauts.

GALOP 3

OBJECTIF GENERAL : Se déplacer aux trois allures et sauter.



Objectif d'apprentissage : Conduire individuellement sur un parcours balisé et chronométré.

Age : A partir de 9 ans et adolescents.

LIBELLE DE LA FICHE	VOS OBSERVATIONS
<p>TACHE PROPOSEE : Conduire individuellement sur un parcours balisé et chronométré.</p> <p>BUT : Tourner serré au trot derrière les balises pour obtenir le meilleur temps.</p> <p>DESCRIPTION DE LA TACHE : Jeu du trèfle : faire le parcours proposé 2 fois au moins dans la séance et essayer de :</p> <ul style="list-style-type: none">- Battre le record du repère ;- Améliorer son propre record.	
<p>ORGANISATION MATERIELLE :</p> <ul style="list-style-type: none">- Aire close, 5 balises, un chronomètre (départ et retour entre les balises indiquées).disposition des balises afin de réussir un parcours en forme de trèfle.	
<p>CONSIGNES : <i>"Regarder bien à l'avance où vous voulez aller pour gagner du temps".</i></p>	
<p>OBSERVABLES :</p> <ul style="list-style-type: none">- Le chronomètre ;- Les balises sont respectées.	

COMMENTAIRES DE L'AUTEUR : Faire des changements de monture pour le 2ème ou le 3ème passage. Eviter dans les reprises trop nombreuses.

GALOP 4

OBJECTIF GENERAL : Etre autonome aux trois allures, en terrain varié et en enchaînant des sauts.



Objectif d'apprentissage : Conduire sur des courbes larges au galop.

Age : A partir de 9 ans , adolescents et adultes.

LIBELLE DE LA FICHE	VOS OBSERVATIONS
<p>TACHE PROPOSEE : Effectuer un maximum de tours au galop autour de balises (soit assis, soit sur les étriers) selon l'indication de l'enseignant.</p> <p>BUT : Conduire au galop sur un cercle de 20 m de diamètre, matérialisé par des balises.</p> <p>DESCRIPTION DE LA TACHE : Jeu du "ballon anglais". 2 équipes : Une équipe de lanceurs : les cavaliers, à tour de rôle, envoient le ballon dans le camp adverse et effectuent aussitôt des cercles au galop autour des 4 balises. Une équipe de rattrapeurs : Un cavalier ramasse le ballon qui doit ensuite passer entre les mains de tous ses co-équipiers avant d'être lancé dans le but. Dès que le but est marqué, on comptabilise le nombre de tours effectués par le lanceur. Et ainsi de suite pour tous les cavaliers de l'équipe des lanceurs. Inverser les équipes.</p>	
<p>ORGANISATION MATERIELLE : 6 balises dont deux pour la zone de lancement du ballon de Horse-Ball. Si pas de ballon de Horse-Ball ni de panneau de Horse-Ball, utiliser une autre balle et une poubelle, ou un pneu...</p>	
<p>CONSIGNES : <i>Pour les lanceurs : "Effectuez les tours au galop sur le bon pied, sinon repassez au pas pour redemander le galop à juste. Ne comptez pas un tour si une balise a été oubliée (ou : couper n'est pas jouer !)".</i></p>	
<p>OBSERVABLES :</p> <ul style="list-style-type: none">- Galop sur le bon pied ;- Respect des 4 balises.	

COMMENTAIRES DE L'AUTEUR : Ce même jeu peut être utilisé pour les cercles au trot (niveau inférieur).