

# Travail à pied

## Exemple de stage adolescents/adultes



|                            | Jour 1   | Jour 2  | Jour 3  | Jour 4  | Jour 5   |
|----------------------------|--|---|---|---|--|
| <b>Théorie &amp; soins</b> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Connaissances générales</li><li>• Notions principe d'apprentissage</li></ul>   | <ul style="list-style-type: none"><li>• Monde sensoriel du cheval</li><li>• Principe de désensibilisation</li></ul>   | <ul style="list-style-type: none"><li>• Notions de biomécanique</li></ul>   | <ul style="list-style-type: none"><li>• Manipulation des longues rênes sans le cheval</li></ul>   | <ul style="list-style-type: none"><li>• Questions/réponses</li></ul>   |
| <b>Séance 1</b>            | <b>Travail au sol</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• pressions du licol, flexions</li><li>• reculer</li><li>• capter l'attention</li><li>• travail en mener (avancer, diriger)</li></ul>                          | <b>Désensibilisation (selon l'avancée des chevaux)</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• main, stick, longe, cordelette, drapeau</li><li>• spray</li><li>• parapluie, ballon...</li></ul> | <b>Longe</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• se positionner</li><li>• transitions simples et précises</li><li>• agrandir et rétrécir le cercle</li><li>• déplacer le cercle</li></ul> | <b>Longues rênes</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• LR sur le dos et derrière les post (attitude)</li><li>• transitions</li><li>• changement de main</li><li>• se positionner derrière (parcours simple)</li></ul> | <b>Travail en liberté</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• se positionner</li><li>• obtenir des transitions</li><li>• obtenir des changements de direction</li></ul>                          |
| <b>Séance 2</b>            | <b>Observation</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• apprendre à observer</li><li>• reconnaître les modes de communication</li><li>• différentes situations : habitat naturel, en groupe, avec l'humain...</li></ul> | <b>Passage d'embûches</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• bâche</li><li>• passage étroit</li><li>• obstacle</li></ul>   | <b>Travail à l'épaule</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• se positionner</li><li>• marcher / s'arrêter</li><li>• volte</li><li>• EED</li></ul>  | <b>Travail au sol</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• déplacer les épaules et hanches par sensation</li><li>• déplacer les ep et h par suggestion</li><li>• déplacer les hanches en ligne droite</li></ul>          | <b>Travail hors carrière (extérieur "sécurisé", cour de l'écurie, ...)</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• mener</li><li>• envoyer sur une embûche</li><li>• connexion et contrôle</li></ul> |