



## J+S-Kids: Introduction aux sports équestres – Leçon 8

### Visite de l'écurie

#### Auteur

Stefanie Landolt, avec la collaboration de Fe Schaffner

#### Conditions cadres

Durée de la leçon	≥60 minutes
Niveau	<input type="checkbox"/> simple <input type="checkbox"/> moyen <input checked="" type="checkbox"/> difficile
Âge recommandé	5 à 10 ans
Taille du groupe	3 à 7 enfants
Env. du cours	Ecurie, possibilité de se changer pour les enfants, kit premiers soins, possibilité de séparer le cheval, divers matériel de gymnastique, pré
Aspects de sécurité	La leçon a lieu dans un environnement inhabituel. Les enfants sont certainement moins tranquilles; maintenir l'ordre afin d'éviter qu'un enfant se trouve soudain dans une zone dangereuse. Un portable ou autre téléphone doit être à disposition. Les chevaux doivent être connus pour savoir quelles sont leurs réactions aux enfants et au bruit.

#### Objectifs/But d'apprentissage

Les enfants font connaissance de l'environnement habituel du cheval.  
Les enfants prennent de l'assurance à l'allure «pas».

#### Indications

Les parents amènent les enfants directement à l'écurie (si l'écurie n'est pas près du manège), raison pour laquelle on a donné aux enfants une feuille d'informations indiquant la route à la fin de la leçon 7.

#### Contenu

##### MISE EN TRAIN

Durée	Thème/Exercice/Forme de jeu	Organisation/Esquisse	Matériel
2'	<b>Bienvenue/Aperçu</b> Saluer les enfants, contrôler les présences, donner un aperçu de la leçon. Ensuite, saluer le cheval au manège.	<ul style="list-style-type: none"><li>- Les enfants se changent de seuls et se rassemblent devant le manège</li><li>- Cheval au manège avec la 2<sup>e</sup> monitrice</li></ul>	Liste des participants

##### PARTIE PRINCIPALE

Durée	Thème/Exercice/Forme de jeu	Organisation/Esquisse	Matériel
15'- 20'	<b>Visite de l'écurie</b> La monitrice passe par l'écurie avec les enfants. Ils peuvent aller dans un box vide et essayer d'enlever les crottins; la sellerie; voir les aliments (appliquer les notions acquises à la leçon 7. Répondre aux questions.	Selon les chevaux: les mettre au pré ou laisser un box vide et fermer les autres	
10'	<b>Estafette au pré</b> Après la visite de l'écurie, une monitrice rassemble les enfants dans le pré, la 2 <sup>e</sup> prépare le cheval devant l'écurie. Faire deux groupes, 3 estafettes différentes pendant que le cheval est préparé. Exemples: <ul style="list-style-type: none"><li>- Transporter des cubes dans une cuillère</li><li>- Course aux brouettes: chaque enfant pousse une fois puis se fait pousser</li><li>- Estafette avec un licol: tous les enfants se tiennent très près l'un derrière l'autre, le premier passe le licol vers l'arrière entre ses jambes, le dernier enfant court avec le licol vers l'avant et recommence. Quel groupe coupe la ligne d'arrivée en premier?</li></ul>		Cônes, cuillères, cubes, 2 brouettes, 2 licols ,



20'	<b>Longer</b> Quand le cheval est prêt, les enfants se rendent près du carré. Ceux qui ne sont pas près du cheval sont assis hors du carré. Monter sur le cheval à l'arrêt avec l'aide d'une monitrice. Faire un exercice puis changer: <ul style="list-style-type: none"><li>- Moulinet des bras droite/gauche</li><li>- Passer une jambe par-dessus les poignées de manière à regarder vers le centre de la volte, rétablir, même exercice vers l'extérieur</li><li>- S'asseoir sur l'encolure et revenir en arrière (comme à la leçon 7, l'enfant regarde toujours vers l'avant)</li></ul> Descendre du cheval à l'arrêt	<ul style="list-style-type: none"><li>- Sortir les enfants de la zone de danger, il s'agit d'un nouvel environnement, ils pourraient être distraits et ne pas faire attention au cheval</li><li>- Une monitrice longe, l'autre aide à monter et donne les instructions aux enfants en marchant à côté du cheval</li></ul>	Cheval dûment équipé (sangle de voltige)
-----	--	---	--

#### **PARTIE FINALE**

<b>Durée</b>	<b>Thème/Exercice/Forme de jeu</b>	<b>Organisation/Esquisse</b>	<b>Matériel</b>
5'	<b>Sauter du cheval</b> Le cheval est tenu, à l'arrêt. Les enfants montent un à un et se mettent debout aussi haut qu'ils osent. Ceux qui osent sauter du cheval seuls (fléchir les genoux!) peuvent le faire, la monitrice assure la réception. Ceux qui n'osent pas peuvent se tenir à la main de la monitrice. Laisser le choix aux enfants de quelle position ils veulent sauter: assis, à genoux, debout.	<ul style="list-style-type: none"><li>- A ne pas réaliser sur un sol dur</li><li>- Fléchir les genoux lors du saut et lors de la réception</li><li>- Bien soutenir les enfants !</li><li>- Ceux qui ne sont pas près du cheval sont assis autour du carré comme avant</li></ul>	Idem
3'	Les enfants vont chercher les récompenses pour le cheval et les donnent sur le carré. Ils prennent congé du cheval et des monitrices.		Cubes