

ACTIVITÉS PHYSIQUES
DE NATURE



L'équitation



SPORT

Auteurs

PRNSN - Pôle ressources national sports et nature

—

Public

À partir de 4 ans

—

Nombre de participants

Entre 6 et 8 enfants

—

Nombre de séances

1

—

Durée

2 h

—

Temps de préparation

00

—

Présentation générale

L'équitation est une activité sportive de nature qui favorise la rencontre entre l'Homme et le cheval. À travers la découverte de l'environnement et des soins apportés, l'enfant se développe et développe le respect et sa complicité avec le cheval. Cette activité allie plaisir et exigence des règles de sécurité. Accessible à tous, dès 4 ans, l'équitation peut proposer différentes disciplines qui permettront à chacun de s'exprimer et s'épanouir.

Programme des séances

Séance unique : l'équitation

SÉANCE UNIQUE

L'équitation

👤 3 animateurs niveau BAFA ou intervenants extérieurs | ⌚ 2 h



MATÉRIEL NÉCESSAIRE

Un casque homologué (appelé « bombe ») conforme à la norme EN 1384 en vigueur, tenue adaptée à l'équitation : bas ou pantalon long, bottes ou baskets seront privilégiés, trousse de premiers secours, téléphone, liste des numéros de première urgence.



AMÉNAGEMENT DE L'ESPACE

Sur tous les sites autorisés : centre équestre, ferme pédagogique, mais également en extérieur. L'affichage de la carte professionnelle est obligatoire. Elle garantit à son titulaire la compétence et l'autorisation d'encadrer la séance.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Découvrir et se familiariser avec le monde du cheval : le centre équestre et le poney club offrent un environnement pédagogique riche et variés, des lieux (manège, écurie, sellerie...) et une terminologie spécifiques (la selle, les rênes, le mors...), différentes disciplines (le concours de saut d'obstacles, la voltige, l'attelage, le western, le pony-game...). Plus largement, la vie du cheval nécessite la présence de plusieurs personnes et différents corps de métiers (éducateur, vétérinaire, maréchal-ferrant, éleveur...)
- Développer une motricité spécifique : la pratique de cette activité suppose la maîtrise de soi et celle de l'animal (seule activité individuelle qui se pratique à 2). Elle conduit à l'acquisition d'une gestuelle technique spécifique dans laquelle l'équilibre et la coordination permettent l'accès à l'autonomie. La pratique repose sur les capacités, la motivation et le respect des consignes, notamment de sécurité.
- Découvrir une nouvelle forme de communication : apprendre à monter à cheval, c'est apprendre à communiquer autrement. La relation développée entre l'enfant et l'équidé permet de sensibiliser à la communication non verbale. L'équitation, c'est aussi apprendre à faire confiance à l'autre (et l'autre, en l'occurrence, est un animal de 500 kg !). Sur un cheval, l'élève doit être concentré pour être à l'écoute.
- Favoriser une approche éducative basée sur l'interdisciplinarité : le calcul des distances parcourues, les vitesses aux différentes allures, les plans du centre équestre, la mythologie par les chevaux (exemple : le cheval et les grottes de Lascaux ou Chauvet), les races de chevaux sur les territoires français, européen, mondial, etc.

PRINCIPE ET DÉROULEMENT

L'équitation favorise la connaissance de soi, le respect des autres, de la vie animale et du milieu naturel. Elle développe le goût de l'effort, de l'engagement et de la persévérance.

Le jeune cavalier commence par apprendre à connaître le matériel nécessaire à la pratique de l'équitation, à s'équiper et à équiper sa monture. Par ailleurs, les différentes mises en situation lui permettront d'acquérir des techniques et outils variés, à pied (effectuer un pansage complet, etc.) comme à cheval (connaître les aides que le cavalier doit employer pour faire une demande à son cheval, etc.)

L'équitation exige du cavalier une motricité et une posture spécifiques qui le placent sur le dos d'un équidé. Le déplacement du cheval favorise le travail d'équilibre et de coordination du cavalier.

RÔLE DU DIRECTEUR

Proposer des activités physiques et sportives en cohérence avec les objectifs du projet pédagogique.

- Intégrer le projet de l'activité dans le projet pédagogique.
- Informer les parents de la nature exacte du projet (autorisation parentale obligatoire).
- S'assurer que les enfants sont en capacité de participer à l'activité.
- S'assurer que le professionnel ou les bénévoles sont en capacité réglementaire d'encadrer (qualification fédérale, diplôme d'État, carte professionnelle, assurance, récépissé de déclaration à la DDCSPP du département du lieu d'exercice).
- Informer le ou les intervenant(s) des objectifs du projet éducatif et prendre connaissance des attentes des éducateurs qui vont encadrer l'activité.
- Définir avec les éducateurs sportifs et les animateurs le rôle de chacun : avant, pendant et après l'activité.

RÔLE DE L'ANIMATEUR EN PRÉSENCE D'UN ENCADRANT DIPLÔMÉ

ÉTAPE 1 : AVANT LA SÉANCE

Préparer le projet avec les enfants : connaissance de l'activité, du cheval, du matériel, découverte du centre équestre, de son environnement. Veiller à ce que tous les enfants soient en capacité de participer. Informer l'encadrant des caractéristiques du public (âges, niveaux de pratique...).

ÉTAPE 2 : PENDANT LA SÉANCE

Accompagner et optimiser l'intervention du moniteur : jeux d'équilibre, animation nature, sensibilisation à l'écoresponsabilité...

En cas de rotation de groupes d'activité : proposer des animations en lien avec le projet aux enfants qui ne sont pas en activité.

ÉTAPE 3 : APRÈS LA SÉANCE

Faire un bilan de la séance (ou du stage) et valoriser la participation de chacun. Informer des possibilités locales de poursuivre cette pratique régulièrement.

CONSEILS

Plusieurs diplômes permettent l'encadrement de l'équitation. Les conditions d'exercice et les limites d'exercice de ces diplômes sont précisées dans l'annexe II-1, art. A212-1 (code du sport).

L'accès à tous les publics est possible (même publics avec handicap) et la sécurité de chacun, y compris celle de l'animal, doit être assurée.

Cette animation est propice à une approche éducative plus large et plusieurs activités parallèles sont possibles : réaliser ou voir des spectacles, visiter des haras, découvrir les métiers du cheval, réaliser des photos et vidéos, etc.

LIEN

[Autres ressources pédagogiques du PRNSN.](#)