

Quelques idées pour animer des séances de voltige

Par Gwenola Benis, Sandrine Courtoux et Virginie Boireau (enseignantes DE)



Les idées d'aménagement, de jeux et d'exercices présentés dans le tableau ci-dessous peuvent s'adresser à tous types de publics et de niveaux de cavaliers. En effet, les consignes d'exécution seront différentes selon l'âge et le niveau des cavaliers.

Consignes élémentaires à mettre en avant, dès la première séance et à rappeler chaque fois que nécessaire :

- La voltige, quelque soit son aboutissement (support d'animation ou sportive) est une discipline équestre : le cheval ou le poney doit donc rester la principale source de préoccupation, c'est-à-dire :

- ▶ Avoir un matériel adapté pour le cheval, tenue de circonstance pour le voltigeur
- ▶ Ne pas laisser monter les personnes seules (c'est la meilleure façon de voir votre équidé se transformer en "lion" à la vue d'un cavalier et de lui faire mal au dos). Mettre une parade ou un montoir.
- ▶ Le dos du cheval n'est pas un mur d'escalade, d'où l'importance de faire prendre conscience au cavalier de ses appuis.
- ▶ Valoriser le cheval, en incitant les voltigeurs à encourager dans les abords et lorsqu'ils quittent le cheval (par la caresse, la voix...)

- Consignes de sécurité : même domestiqué, le cheval reste un animal de proie donc peureux. Il est donc important de la rappeler au groupe afin de parer à certaines réactions du cheval qui pourrait mettre les voltigeurs en danger.

- ▶ Ne jamais surprendre le cheval (capital d'attention du cheval avant toute action) donc toujours l'aborder progressivement en étant dans son champ de vision.
- ▶ Le sens de circulation se fait toujours dans le même sens que le cheval.
- ▶ Ne pas passer par-dessus ou par-dessous la longe.
- ▶ Tout nouveau matériel utilisé avec le cheval doit d'abord lui être présenté

Atout économique

Un cheval pour plusieurs voltigeurs

Permet de créer une séance supplémentaire sans augmenter la cavalerie, au même tarif qu'un cours d'équitation

Atout diversité de l'activité

Tous les âges
Tous les niveaux
Tous les publics
Variété de l'activité

ATOUS DE LA VOLTIGE



Atout humain

Partage du cheval,
Favorise l'entraide
Apprend à observer
Confiance en soi et dans les autres
Développe l'expression corporelle

Atout équestre

Connaître et comprendre le cheval : référence à l'éthologie

Règles d'abord
Se déplacer avec le cheval
Compréhension des allures
Longer un cheval
Se mouvoir et s'équilibrer à cheval

Personnes dépendantes

Tous types de handicap
Efface les différences

Cavaliers débutants

Mise en confiance idéale
Approche du cheval
Diminue les craintes à pied comme à cheval

Cavaliers confirmés

Améliorer le liant et l'équilibre

Scolaires

Activité répondant aux objectifs pédagogiques de l'Education Nationale
Permet aux instituteurs de s'impliquer grâce aux ateliers à pied

Permet une ouverture sur une pratique sportive : compétition
Donne une ouverture sur d'autres pratiques sportives et artistiques