

Soy  
équitation



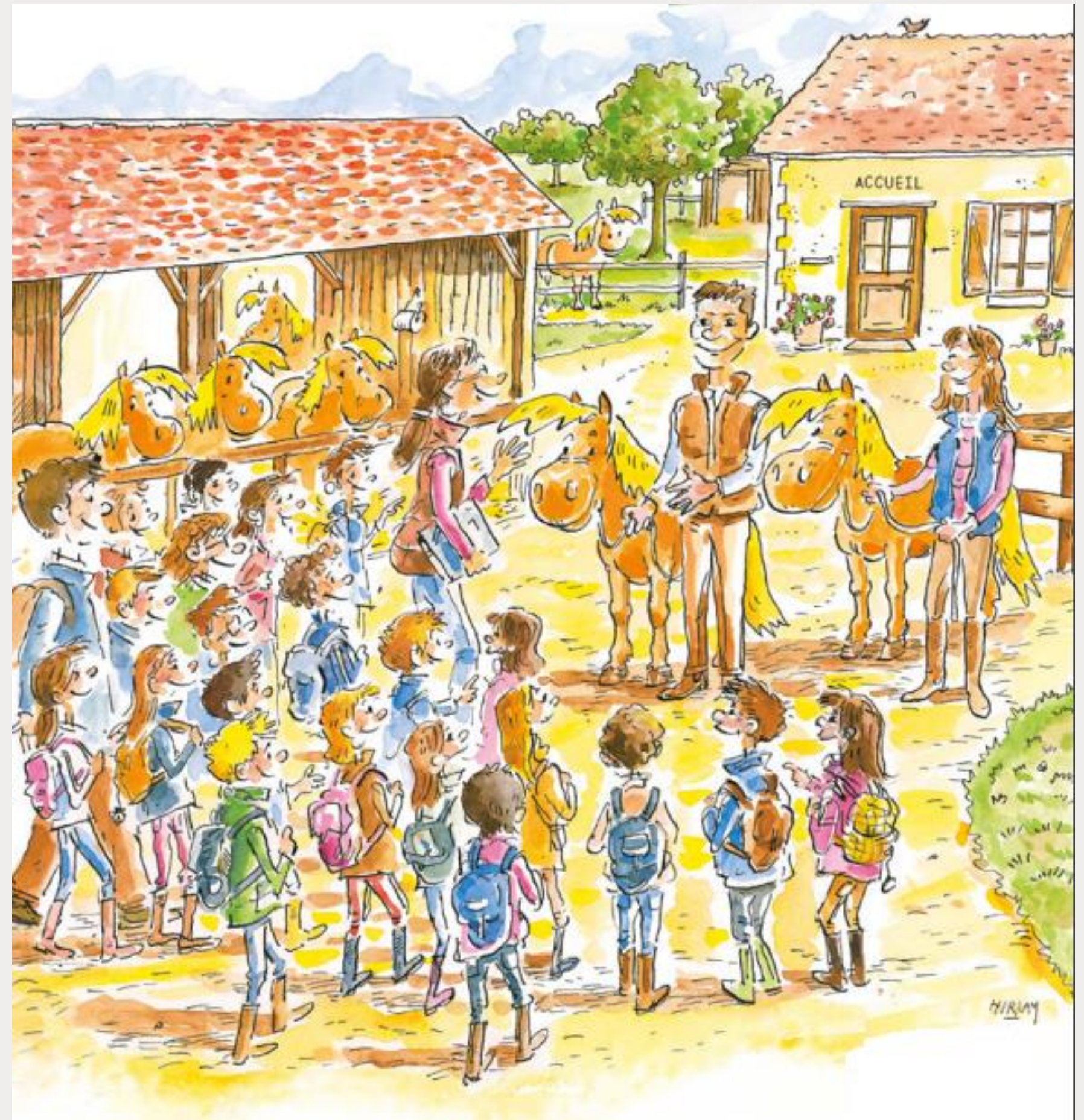
**FELICITATIONS !!!  
TU ES SUR LA  
BONNE VOIE 😊  
CONTINUE COMME  
CA**



LE MOT DE MON MONITEUR :



Soy  
équitation



**MON CARNET  
DE BORD A  
PONEY**





NOM :  
PRENOM :

CETTE ANNÉE, JE PRÉPARE LE  
GALOP D'ARGENT.  
VOICI CE QUI M'EST DEMANDÉ  
À LA FIN DE L'ANNÉE :

<p><b>JE FAIS DES CHOIX EN FONCTION DE MES SENSATIONS ET DES RÉACTIONS DU PONEY</b></p>	<p>Expliquer la fédération, la licence Décrire 4 métiers liés au Poney-Club : moniteur, palefrenier, maréchal-ferrant, vétérinaire Expliquer les distances de sécurité à poney</p>	<p>Entretien la selle Mettre un licol Reproduire un noeud d'attache Prendre et curer les postérieurs Utiliser étrille, bouchon et brosse douce</p>
	<p>Reconnaître les caractéristiques principales du comportement des poneys Différencier poney et ponette. Décrire les 5 robes de base : alezan, bai, gris, noir et pie Reconnaître des attitudes spécifiques du poney Décrire les principales parties du corps du poney (en plus de celles du Poney® d'argent) : garrot, ventre, hanches et épaules Décrire l'alimentation distribuée dans mon Poney-Club</p>	<p>Faire reculer le poney Faire trotter le poney quelques foulées en ligne droite Ajuster ma position près de mon poney en fonction des situations</p> <p>Me mettre seul en selle Descendre au pas Ressangler en selle avec aide Effectuer un parcours simple de barres au sol au trot, en alternant postures en équilibre et assis Enchaîner un parcours alternant courbes et transitions Accélérer et ralentir le trot Partir au galop, conserver le galop et repasser au trot</p>

ALLONS VOIR  
ENSEMBLE CE QUE JE  
SAIS DÉJÀ FAIRE ET  
LES POINTS QUE JE  
DOIS ENCORE  
AMÉLIORER



Connaissances générales et théoriques	
Connaitre le rôle de la licence	
Connaitre 4 métiers liés à l'équitation	
Connaitre le comportement du poney (grégaire, aime le contact, curieux + émotions du poney (attentif et confiant, relâché, craintif, de mauvaise humeur))	
Différencier poney/ponette	
Connaitre les parties principales du poney	
Connaitre l'alimentation du poney (foin, granulé, eau, céréale...)	
Connaitre 5 robes	
Pratique à poney	
Monter seul sur le poney avec ou sans montoir	Immobilité du poney
	Rênes ajustées
	Monter avec souplesse
Descendre au pas	Se pencher en avant
	Descendre du poney correctement
	Garder le pas
Accélérer et ralentir le trot	Utiliser la voix
	Se grandir sans tirer sur les rênes
	Pression de jambes pour avancer
Passer des barres au sol au trot en équilibre et au trot assis	Garder l'allure
	Changer son équilibre
	Découvrir la position équilibre
Effectuer des transitions simples	Utiliser la voix
	Utiliser ses aides pour changer d'allure
	Accélérer le trot et ralentir le trot
Partir au galop	Utiliser la voix
	Mouvement du bassin pour accélérer
	Mains posées en avant du garrot
Conserver le galop	Pression de jambes
	Utiliser la voix
	Accompagner le mouvement avec son bassin
	Épaule légèrement en arrière
	Garder les jambes serrées
	Pratique à pied
Faire reculer son poney	
Trotter quelques foulées en main	Positionnement du cavalier à côté de son poney
	Pas de tension sur les rênes
	Courir en rythme avec son poney
Prendre et curer les postérieurs	
Savoir mettre un licol	
Savoir-faire un noeud d'attache	
Bien se positionner en fonction de l'allure	