

SQY  
équitation



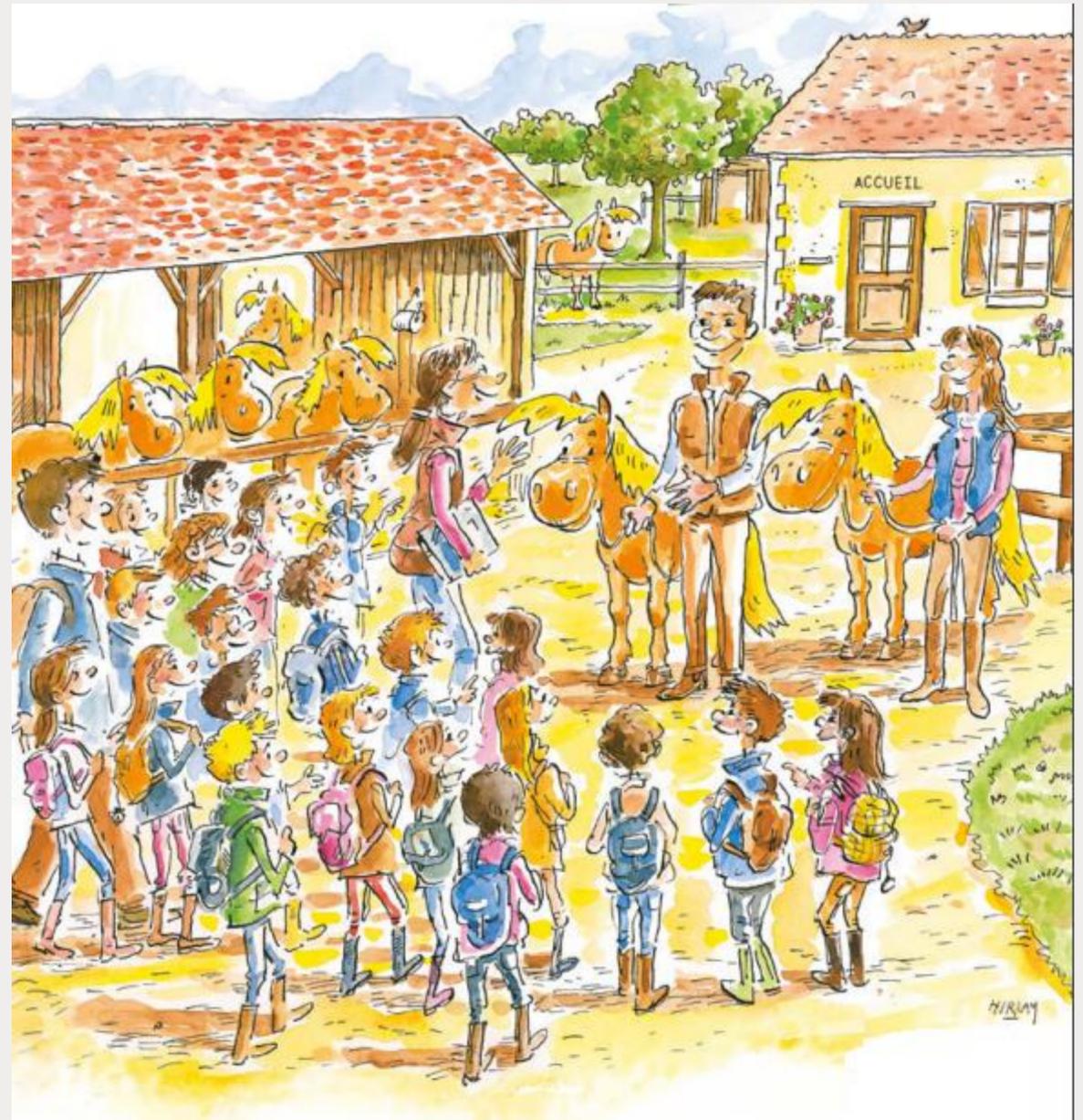
**FELICITATIONS !!!  
TU ES SUR LA  
BONNE VOIE 😊  
CONTINUE COMME  
CA**



LE MOT DE MON MONITEUR :



SQY  
équitation



**MON CARNET  
DE BORD A  
PONEY**





NOM :  
PRENOM :

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

<p>JE COMPRENDS LES BASES DE LA COMMUNICATION AVEC LE PONEY</p>	<p>Décrire les aides naturelles : poids du corps, jambes, mains Décrire les parties du licol (en plus de celles du Poney® d'argent) : boucle, sous-gorge Décrire les parties du filet (en plus de celles du Poney® d'argent) : montants, sous-gorge, anneaux Citer les principales règles de sécurité Dessiner un cercle, une diagonale, un doubler Décrire 2 disciplines : l'équifun et les pony-games</p>	<p>Aborder au boxe Desseller Enlever le filet Rincer le mors et ranger le filet</p>
	<p>Citer et reconnaître 2 robes Reconnaître et nommer les 3 allures Expliquer le paragraphe respect du poney de la Charte du Cavalier FFE</p>	<p>Éloigner le poney de moi Déplacer les hanches du poney en main Faire faire demi-tour au poney dans un cercle Faire baisser la tête du poney en main</p> <p>Ajuster et varier la longueur des rênes Accélérer et ralentir le pas. Passer de l'arrêt au pas et au trot et inversement Franchir des barres au sol au pas Utiliser la voix Compter le rythme du trot au trot assis Conduire au trot Galoper quelques foulées</p>

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



Connaissances générales et théoriques		
Connaître les aides naturelles		
Parties du filet (têtière, frontal, montant, sous-gorge, musserolle, mors, rênes)		
Dessiner les figures de manège simples (cercle, diagonale, doubler)		
Connaître 3 disciplines équestres		
Nommer les 3 allures		
Règles de sécurité		
Connaître 3 brosses		
Pratique à poney		
Varier la longueur des rênes	Rênes tendues entre la main du cavalier et la bouche du poney	
Varier la vitesse au pas	Jambes serrées contre le ventre du poney	
	Utiliser la voix	
	Se grandir pour ralentir	
Savoir utiliser la voix		
Passer des barres au sol au pas en équilibre assis		
Partir arrêt / pas / trot et inversement	Mains et orientation du haut du corps pour ralentir	
	Utiliser la voix	
	Serrer les jambes pour accélérer	
Compter le rythme du trot assis	Bassin qui accompagne le mouvement	
	Réussir à compter le rythme du trot assis	
Diriger au trot	Couloir de rênes pour diriger	
	Garder le trot	
Découvrir le galop		
Pratique à pied		
Éloigner le poney de moi	Repousser le poney en appuyant sur son épaule	
	Etre positionné correctement à côté du poney	
Déplacer les hanches du poney en main	Ramener la tête du poney vers soi	
	Pousser les hanches	
Faire baisser la tête du poney		
Faire effectuer un ½ tour au poney	Soit en déplaçant les hanches	
	Soit en déplaçant les épaules	