

## SECURITE ET BONNES PRATIQUES

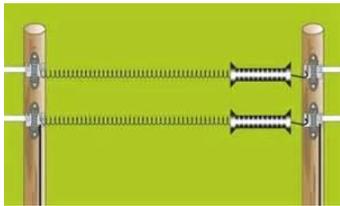
### 1- Règles de sécurité autour des poneys et chevaux

Même s'ils sont de nature plutôt pacifique, les poneys restent des animaux qui peuvent devenir dangereux de par leur taille et leur force.

Tu sais maintenant que ce sont des animaux plutôt peureux, ils peuvent donc avoir des réactions violentes s'ils se sentent en danger. Il y a donc un certain nombre de REGLES DE SECURITE à respecter pour que tout se passe bien, pour toi comme pour ton poney !

De manière générale rappelle-toi qu'il ne faut jamais s'énerver, courir ou crier autour des poneys car cela les inquiète.

On évite aussi de les surprendre par derrière car ils ne te voient pas arriver et peuvent prendre peur.



- Au pré ou au paddock...

Le pré est la maison de ton poney. Tu ne dois pas y aller sans demander l'autorisation, et en général à ton niveau tu n'es pas autorisé à y entrer tout seul. En entrant ou en sortant, referme bien la porte.



- Pour ABORDER ton poney

Aborder ton poney, c'est lui dire bonjour, c'est un peu comme faire la bise ou serrer la main. Tu dois t'assurer que ton poney t'a vu : pour cela, avant même de t'approcher, vérifie en l'appelant qu'il accepte de te regarder (pense que le poney regarde avec ses yeux mais aussi... avec ses oreilles ☺). S'il est de mauvaise humeur, ses oreilles seront très en arrière, cachées dans sa crinière. Plus tu apprendras à observer ton poney pour connaître son humeur plus tu progresseras. Les oreilles, mais aussi sa queue, son regard... nous renseignent sur son humeur.

Quand ton poney est d'accord, tu peux aller le caresser en t'approchant vers son épaule ou son encolure puis lui mettre le licol ou le brosser s'il est déjà attaché.



- Marcher avec ton poney et l'attacher

Quand tu marches avec ton poney EN MAIN (c'est-à-dire à côté de toi), tu ne dois jamais enrouler la longe autour de ta main ou de tes doigts. Pour l'attacher, si les longues ne sont pas déjà nouées sur la barre d'attache, il faut faire un nœud spécial. Si tu n'y arrives pas encore, demandes à un plus grand de t'aider mais ne fais pas n'importe quoi !

## 2- Règles de sécurité en selle

Une fois arrivés en carrière, pas question de faire n'importe quoi !

Pour mener ton poney, tiens-le correctement, puis après l'avoir échauffé à pied dans la carrière, tu peux venir **te ranger sur la ligne du milieu**, en évitant de te coller aux autres poneys. S'il y a des mérens dans le cours, ne te **place pas trop près** d'eux, ils risquent de se disputer avec ton poney !



Evidemment pour monter à poney, il faut penser à ta sécurité en mettant **une tenue adaptée** : un casque, des bottes en caoutchouc ou des boots d'équitation. Tu peux aussi porter un gilet de cross pour protéger ton dos en cas de chute. Les gants sont indispensables quand il fait froid.

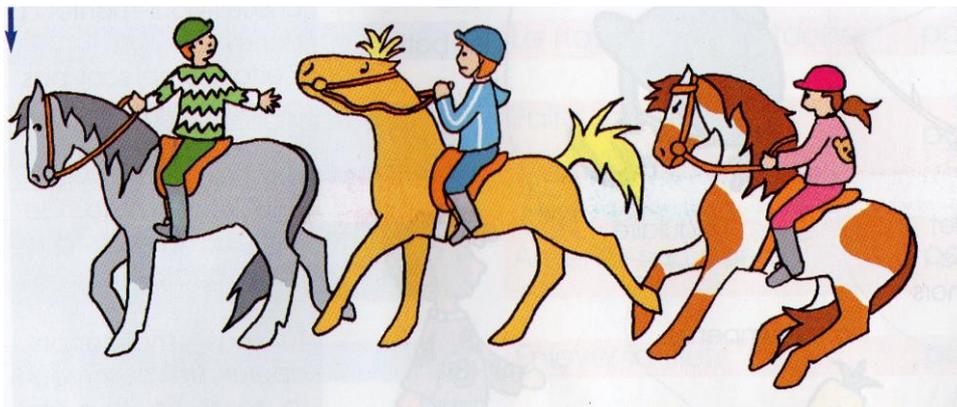
Pense également au matériel : tu dois attendre que quelqu'un soit venu t'aider à **RESSANGLER** et bien régler tes étriers.

Le casque :  
INDISPENSABLE !



Une selle bien  
sanglée...c'est mieux ☺

Une fois le cours commencé, pense à rester à ta place et à **garder tes distances**. Certains poneys n'aiment pas du tout qu'on les colle.... Pour vérifier si tu as bien placé, rappelle-toi d'un point de repère bien pratique : tu dois toujours apercevoir la queue du poney précédent entre les oreilles de ton poney !

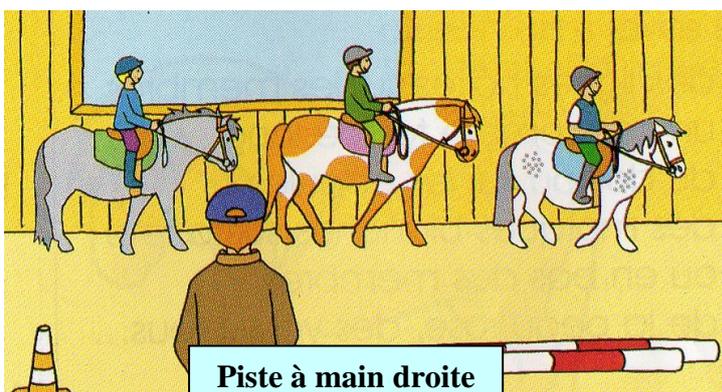


### 3- Le vocabulaire équestre à connaître

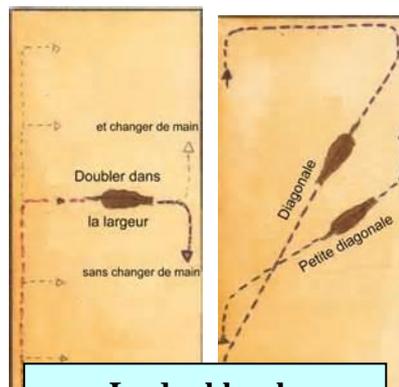
Pour se comprendre, il faut parler la même langue....Tu dois connaître certains termes :

#### - DANS LA CARRIERE....

- **La piste** : c'est le chemin imaginaire qui fait le tour de la carrière. Il longe la barrière. Quand tu n'as pas de consignes particulières, tu dois marcher SUR LA PISTE, c'est-à-dire le long de la barrière.
- **Piste à main droite** : tu marches piste à main droite si ta main droite est vers l'intérieur de la carrière. Ta main gauche est donc vers la barrière.
- **Piste à main gauche** : tu marches piste à main gauche si ta main gauche est vers l'intérieur de la carrière. Ta main droite est donc vers la barrière.
- **Changer de main** : c'est tout simplement changer de sens. Pour changer de main, on doit faire un tracé précis, et pas faire demi-tour n'importe comment. Tu apprendras les différentes figures au fur et à mesure des galops. Pour le galop 1, tu dois savoir faire une **DIAGONALE** (qui fait toujours changer de main) et un **DOUBLER** (qui peut faire changer de main ou pas, comme on veut !)



**Piste à main droite**



**Le doubler, la diagonale**

#### SPECIAL – 10 ANS :

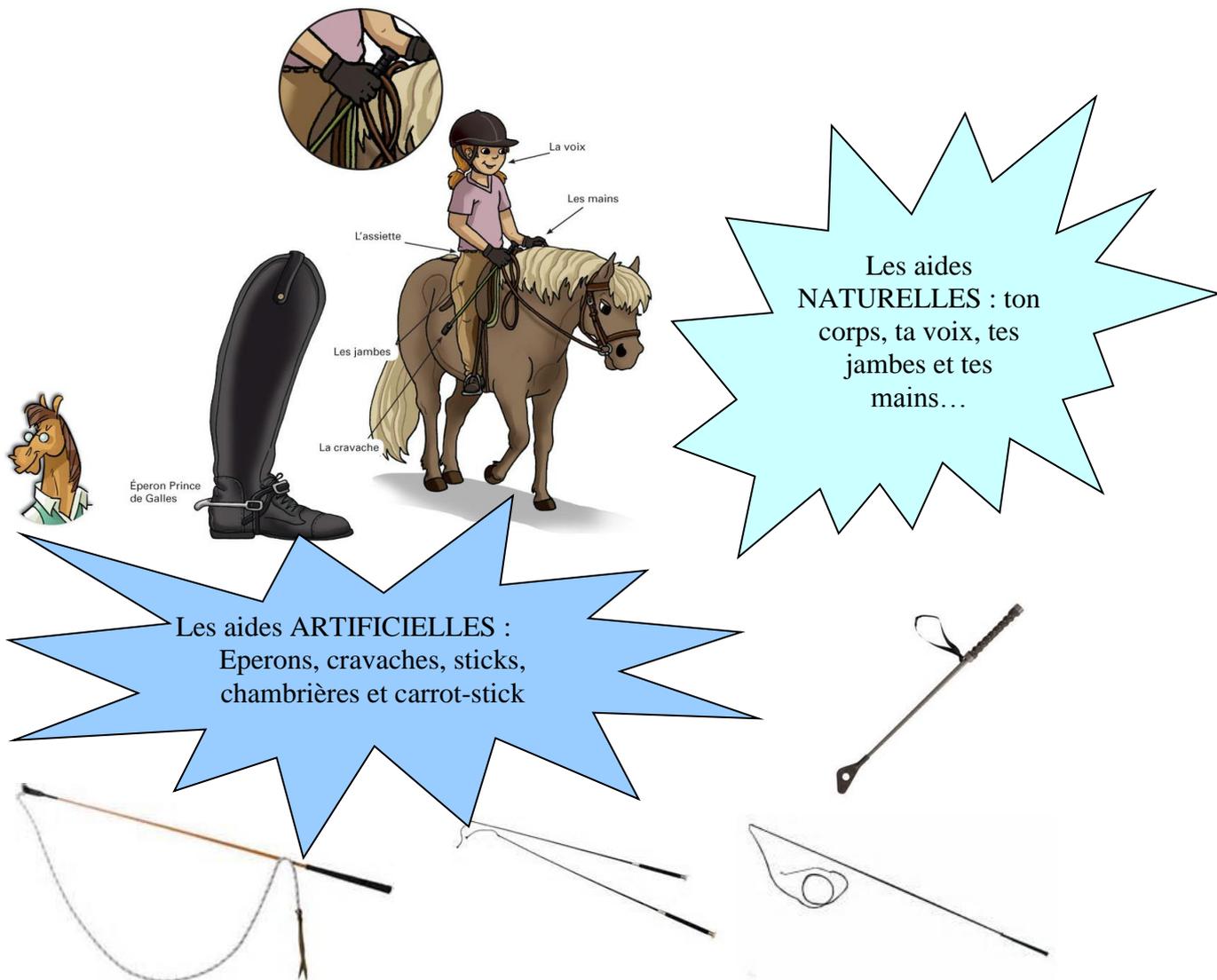
Dans cette leçon, il faut retenir :

- Quelques règles de sécurité : ne pas s'agiter, ne pas aller dans le pré tout seul, porter un casque, faire attention aux distances entre les poneys.
- Un peu de vocabulaire : marcher sur la PISTE (droite gauche si c'est possible mais parfois c'est encore compliqué !)
- Savoir dessiner sur un papier une diagonale.

## - LES AIDES NATURELLES ET ARIFICIELLES

Les aides, ce sont les moyens à ta disposition pour parler avec ton poney. Les aides naturelles sont sur ton corps : la voix, les jambes, les mains, l'assiette (c'est-à-dire ta position, le langage de ton corps, ton énergie aussi).

Les aides artificielles ce sont les outils que tu peux utiliser pour être plus précis : la cravache, les éperons (pour les grands !), le stick, la chambrière ou le carrot-stick pour le travail à pied...



### SPECIAL – 10 ANS :

Au moins savoir avec quoi on peut parler avec son poney.... Il faudra pouvoir m'expliquer clairement les aides au galop 2 au plus tard !