

RIDER - TRAINER & HORSEMANSHIP

BLOC COMU

MODUL 1

TEORIA

CONEIXEMENTS PRACTICS I

- Aprendre a observar
- El món sensorial del cavall
- Els “signes de comunicació” i el seu significat

CONEIXEMENTS PRACTICS II

- Saber com convertir-se en un referent per al cavall
 - Sigues tu qui “porta el ball”
 - Controla els moviments
- Sigues un professor en lloc d'un entrenador
 - La capacitat d'adaptació
 - La capacitat d'atenció
 - La capacitat de memorització
 - La capacitat d'anticipació
 - La capacitat de visualització
 - Planifica la sessió
- Lligar el cavall, nusos de seguretat
- Verificar els cascos
- Criteris per ajustar la cabeçada i el filet per treballar

CONEIXEMENTS TEORICS

Comprendre l'esperit d'una bona relació home-cavall

- La confiança
- El respecte
- El cavall és la nostra “parella de ball”
- El control del moviment

Conèixer les eines naturals a disposició del genet per comunicar a peu:

- La veu
- El llenguatge corporal
- La posició en l'espai en relació al cavall
- La intenció

ELS FONAMENTS DEL PROCES D'APRENTATGE

Introducció sobre la teoria de l'aprenentatge del cavall

- Reforç negatiu
- Reforç positiu
- Habitució - El principi «Apropament / Allunyament»
- Sensibilitzar – dessensibilitzar
- Càstig

La repetició

La noció de treball i repòs

Les capacitats del cavall

- La capacitat d'adaptació
- La capacitat d'atenció
- La capacitat de memorització
- La capacitat d'anticipació

PRACTICA

COMPRENDRE I APROPAR-SE AL CAVALL

TREBALL A PEU

Captar l'atenció i obtenir la confiança i el respecte en tot moment de la sessió.

Observables en el cavall

Observables en el genet

EXERCICIS PRÀCTICS

- Captar l'atenció del cavall
- Apropar-se a un cavall al camp/paddock
- Apropar-se a un cavall al box
- Posar una capçada
- Relaxar un cavall al camp/paddock
- Sortir i entrar al paddock amb el cavall
- Caminar de la mà

COMUNICACIÓ A PEU (amb filet i capçada)

TREBALL PEU A TERRA

Captar l'atenció i obtenir la confiança recíproca en tot moment de la sessió

La utilitat del treball a peu

Com demanar educadament: les quatre fases successives

EXERCICIS PRÀCTICS

- Mobilitzar el cap, els malucs i les espatlles
- «Donar el cap a les mans»
- Cedir a la tracció de la corda cap avall, dreta, esquerra, cap amunt
- Connectar la regna als peus
- El botó «on» + la regna d'impulsió
- Els exercicis bàsics per mobilitzar el cavall

COMUNICACIÓ A CAVALL

TREBALL A CAVALL

DESCRIPCIÓ D'UNA SESSIÓ A CAVALL

- Escalfament a peu
- Pujar al cavall
- Primeres passes: escalfament a una regna
- Sessió de treball variada
- Refredament progressiu
- Fi de la sessió

EXERCICIS PRÀCTICS

- Pujar al cavall
- El treball a 1 regna + 1 regna
- El treball a una regna: els gestos de les mans
- Connectar la regna: demanar/deixar
- Flexió lateral del coll
- Desplaçament lateral dels posteriors
- Botó «on» + regna d'impulsió
- Botó «off» : parada d'emergència

INTRODUCCIO AL TREBALL EN LLIBERTAT

Coneixements teòrics

- El picadero rodó
- Les eines de prolongació del nostre cos
- El posicionament respecte al cavall

EXERCICIS PRÀCTICS

- Els 2 canvis de direcció: interior i exterior
- Els 3 aires
- Les transicions

MODUL 2

TEORIA

CONEIXEMENTS PRACTICS

Conèixer les eines de comunicació a disposició del genet a cavall

- La veu
- Les regnes
- Les cames
- El seient
- La mirada
- La posició i l'equilibri

Conèixer les qualitats principals per fer-se comprendre

- Tenir un programa
- La claredat
- Aprendre a visualitzar
- L'educació
- L'adaptabilitat

Controlar els moviments: la seguretat

Conèixer els signes de decontracció del cavall

Els diferents tipus de conducció a peu i el seu interès en funció del cavall

Els criteris per preparar bé el cavall

- La sella
- La brida
- Els protectors

Altres

- Dutxar
- Nocions d'alimentació

CONEIXEMENTS TEORICS

Modes de vida, ritmes, salut, estereotípies

Variacions individuals, temperament del cavall

Vida social: estructura, organització del grup

- Vida salvatge
- Vida domèstica
- Conèixer les conseqüències dels nostres comportaments de depredació

PRACTICA

COMUNICACIÓ A PEU (amb filet i capçada)

TREBALL PEU A TERRA

EXERCICIS PRÀCTICS

Pivotar sobre els anteriors
Pivotar sobre els posteriors
Desplaçaments laterals
Control de la posició del cap i del coll
Controlar els aires i la direcció

Sobre un terreny sense obstacles

- Trotar a la mà
- La parada
- Pas enrere
- Volta interior
- Volta exterior

COMUNICACIÓ A CAVALL

TREBALL A CAVALL

Canvi de direcció amb els posteriors
Pivotar sobre el terç anterior (espatlles)
Pivotar sobre el terç posterior (malucs)
Desplaçament lateral de les espatlles en la direcció oposada a la flexió
Pas enrere
Tres aires a regnes soltes
La immobilitat

EL TREBALL EN LLIBERTAT

EXERCICIS PRÀCTICS

Control dels canvis de direcció
Control del pas enrere
Control dels 3 aires

MODUL 3

TEORIA

CONEXIMENTS PRACTICS

Diferències entre els cavalls

Saber com adaptar-se a cada cavall

CONEXIMENTS PRACTICS

Comportament social del cavall

- Mode de vida, funcionament dins de la "la manada"
- El cavall: un animal lliure
- Comportaments socials naturals

Pla de sessió: Pujar i baixar del remolc

- Exercicis preparatoris
- La lliçó de remolc
- Pujar a la manera "etològica"

El llenguatge del cos a cavall

- Les mans
- Les cames
- El seient

PRACTICA

COMUNICACIÓ A PEU

TREBALL PEU A TERRA

- Més impulsió
- Més lleugeresa
- Més equilibri
- Preparar els desplaçaments laterals

A través d'obstacles simples

- Serpentine
- Passar per sobre de les barres
- Maniobrabilitat: barres per terra, quadrat, estrella...
- Ull de pany
- Pas lateral sobre barres per terra
- Exercici del pneumàtic
- Passar zones estretes

TREBALL EN LLIBERTAT

- Control de les transicions
- Control de la parada, la mirada i l'atenció
- Control del cap: flexió lateral del coll
- Desplaçaments laterals
- Conducció virtual

TREBALL A LA CORDA

- Donar corda sobre un cercle
- Donar corda sobre un quadrat
- Gestió dels 3 aires i les transicions
- Conducció des del darrere
- Introducció al treball de regnes llargues

COMUNICACIÓ A CAVALL

TREBALL A CAVALL

- El llenguatge del cos
 - Les mans
 - Les cames
 - El seient
- Desplaçaments laterals
- Control de la velocitat
- Control de la posició del cap i el coll
- Control del moviment dels malucs i les espatlles
- Els observables
- Afinar el treball a dos regnes
- Afinar el treball a 1 regna + 1 regna
- Afinar el treball a 1 regna
- Regnes soltes / regnes tenses
- La independència de les ajudes
- Control dels aires

MODUL 4

TEORIA

CONEIXEMENTS PRACTICS

Saber organitzar, gestionar, adaptar el treball del cavall

- Mil i una lliçons
- Tenir un programa: ocupa al cavall durant la sessió
- Genet Actiu, no Reactiu
- Concentrar-se
- Visualitzar el moviment
- Tenir energia
- Adaptar-se permanentment

CONEIXEMENTS TEORICS

- Aprofundir en les nocions teòriques dels Valors 1 a 4
- L'Equitació etològica en resum
- Els principis de l'equitació tradicional
- Ni clàssica ni western
- Una equitació d'alt rendiment
- Sobre la impulsió: sempre i encara més
- El control d'un mateix

PRACTICA

COMUNICACIÓ A PEU (amb filet i capçada)

TREBALL PEU A TERRA

- Més impulsió
- Més lleugeresa
- Més equilibri
- Control dels desplaçaments laterals

TREBALL A LA CORDA

- Control dels 3 aires
- Control de la direcció
- Control de la posició del cap i del coll
- Passar obstacles

TREBALL EN LLIBERTAT

- Control dels 3 aires : el cavall “self carry”
- Control de les espatlles
- Conducció virtual +++
- Control de la direcció: traçats
- De l'Est a l'Oest

COMUNICACIÓ A CAVALL

El treball a dos regnes ++
El treball a 1 regna + 1 regna ++
El llenguatge del cos ++
La independència de les ajudes
Ajudes flotants
Control dels aires ++
Control de les transicions ++
Control del pas enrere en traçats
Els desplaçaments laterals

EXERCICIS PRÀCTICS

Petit cercle
Conduir els malucs
Conduir les espatlles
Entrar els malucs
Cap a l'espatlla endins
Cap a “l'apoyo” (diagonal de costat)

PERFECCIONAMENT DE LA COMUNICACIÓ

La incurvació
La connexió de les regnes als malucs
La connexió de les regnes a les espatlles
La impulsió
La flexió vertical
La rectitud
L' Equilibri
Un cavall reunit amb ajudes lleugeres
Els cavall “self-carry”

PASSAR OBSTACLES

Lones, barres, cortines, desnivells, passatges estrets...