

1. Jeu de l'amitié ou de la confiance (friendly game)

Ce jeu consiste à **développer une confiance absolue** du cheval envers le cavalier.

Faire accepter au cheval la présence de l'humain, son corps, ses outils et tous les objets que le cheval sera amené à rencontrer

⇒ **jeu de la désensibilisation.**

Technique:

Utiliser le **principe d'approche-retrait**

Agiter un stimulus progressivement avec du rythme jusqu'à ce que le cheval cesse de bouger ses pieds ou témoigne une attitude sereine.

Les premières étapes se font avec la main (ou avec un stick si vous ne connaissez pas les réactions du cheval) : pouvoir caresser le cheval sur tout son corps, depuis les oreilles jusqu'à la queue. *L'objectif est de commencer à caresser une zone que le cheval tolère pour venir ensuite progressivement sur les zones les plus sensibles. En revenant toujours à la zone de départ.*

Les étapes suivantes se font avec les outils : le licol, la longe, le stick, la cordelette.

Puis une fois que le cheval est à l'aise avec tous les outils on peut passer à l'étape supérieure : agiter un sac plastique au bout du stick, un k-way, une bâche, une brosse à dent électrique (introduction à la tondeuse), un spray etc...

Mots clefs: Rythme - Relaxation - Retrait

2. Jeu du porc-épic (porcupine game)

Ce jeu consiste à apprendre au cheval à **suivre une sensation**.

Le cheval doit céder à notre pression

⇒ **jeu de la pression**.

Technique:

Utiliser le **principe de confort / inconfort**

Appliquer une pression physique constante et progressive jusqu'à ce que le cheval cède.

La pression est inconfortable pour le cheval, il doit réfléchir et trouver la bonne réponse pour que la pression s'arrête.

Exercer une pression lentement et retirer la pression rapidement afin que le cheval comprenne.

Action qui se fait en *différentes phases*, suffisamment *longues pour laisser le temps au cheval de réfléchir*.

La pression correspond à celle du stick, de la main, de la rêne ou encore de la jambe.

Mots clefs: **Timing - Respecter les 4 Phases de Politesse.**

3. Jeu de la conduite (driving game)

Ce jeu consiste à apprendre au cheval à **suivre une suggestion**

Faire bouger les différentes parties du cheval à distance

⇒ **jeu de la suggestion.**

Technique:

Utiliser une **pression visuelle et rythmique à distance pour mener le cheval depuis différentes zones.**

Dans un premier temps, faire sortir le cheval de sa zone personnelle en demandant progressivement et rythmiquement de s'éloigner (langage du corps puis utilisation des outils si le cheval ne répond pas) = *le faire reculer.*

Puis bouger les épaules ou les hanches du cheval à distance.

Quand le cheval a compris les premiers exercices on peut les recombinaisonner en bougeant par exemple les épaules puis les hanches dans un mouvement fluide.

L'énergie et la gestuelle que l'on utilise va influencer la communication: une énergie basse et une attitude neutre du cavalier = pas de pression ou mise de confort, à l'inverse une énergie haute et attitude orientée du cavalier = pression et demande.

Mots clefs: **Pression visuelle et rythmique – Phases 1 à 5 – Energie**

4. Jeu du yo-yo (yo-yo game)

Ce jeu consiste à **faire reculer son cheval et le ramener vers soi**

Envoyer le cheval loin de soi et le ramener vers soi à distance, avec la même impulsion

⇒ **jeu du respect et aspiration (rappel).**

Technique:

Utiliser son **langage corporel** pour mettre de la pression à distance et faire reculer le cheval de quelques pas.

Le reculer va renforcer la notion de respect et le ramener joue sur le lien de confiance.

Le ramener **à soi en l'aspirant** et en serrant progressivement les doigts sur la longe si le cheval ne comprend pas la demande.

Mots clefs: **Fluidité entre avancer/reculer – Rectitude – Dosage de l'énergie**

5. Jeu du cercle (circling game)

Ce jeu consiste à **envoyer le cheval sur un cercle**

Le cheval doit maintenir l'allure et la direction sur le cercle.

⇒ **jeu de l'envoyer et autonomie (responsabilisation) du cheval**

Technique:

Utiliser le jeu du yo-yo et de la conduite pour envoyer le cheval sur le cercle.

Après avoir fait reculer le cheval, envoyer les épaules sur le cercle et autoriser le cheval à maintenir l'allure demandée.

Si le cheval rompt l'allure alors on redemande poliment.

Ce jeu apprend au cheval à être responsable.

Il joue sur le **mental du cheval** à l'opposé de la longe classique où le longeur "micro-manage" le cheval et ne l'autorise pas à faire l'erreur.

Mots clefs: Reculer – Envoyer – Autoriser – Dosage de l'énergie – Gestuelle

6. Jeu du déplacement latéral (sideways game)

Ce jeu consiste à **apprendre au cheval à se déplacer latéralement**

Faire bouger les pieds du cheval de manière latérale.

⇒ jeu de **mobilisation avant / arrière main simultanée**

Technique:

Utiliser le jeu de la conduite pour déplacer alternativement les épaules et les hanches du cheval.

Ce jeu recombine les exercices précédents et **développe l'équilibre du cheval.**

Une fois que le cheval est à l'aise avec le déplacement latéral, on peut décliner le jeu en différentes variantes (au dessus d'une barre au sol, d'un tonneau, d'un point à un autre etc...).

C'est une bonne introduction au travail monté car il *permet de réaliser l'exercice sans le poids du cavalier dans un premier temps.*

Mots clefs: **Calme - Latéralisation du mouvement - Fluidité**

7. jeu du passage étroit (squeeze game)

Ce jeu consiste à **développer la confiance du cheval dans différentes situations**

Envoyer le cheval sur différents types de surfaces, entre des objets et au dessus d'embûches.

⇒ jeu de **passage d'embûches / nouveautés environnementales**

Technique:

Utiliser le jeu de la conduite pour mener le cheval entre un obstacle et vous.

Réduire progressivement le passage étroit et désengager les postérieurs quand le cheval est passé.

Ce jeu permet de **tester la confiance du cheval et de l'habituer à différentes situations**: différentes textures de sol, introduction à l'embarquement dans le van, saut d'obstacle etc...

Mots clefs: **Calme – Franchise – Curiosité : "Le bout du nez, l'encolure et peut-être les pieds"**