

PERUGIA'RT

436 chemin du viaduc

42550 USSON EN FOREZ

Email: contact@alexandredelperugia.com

Tel: 0685377370



Cheval-partenaire module 2 : la présence guidée par le cheval

Module n°2 et suite de la formation "Cheval-Partenaire module 1", le cheval sera abordé dans une dimension corporelle, organique et rythmique en vue d'améliorer nos qualités de mouvement, de placement et de geste.

Présence, intention et territoire continueront d'être approfondis.

Par ailleurs, les caractéristiques physiques et biomécaniques du cheval et de ses allures (pas, trot et galop) seront un appui pour développer notre coordination, notre écoute et notre sens du rythme.

Selon les objectifs et besoins du groupe, le travail se déroulera tantôt au sol et tantôt monté.

Durée: 35.00 heures (5.00 jours)

Profils des stagiaires

- Artistes du spectacle vivant
- Ouvert à tous publics
- Artistes

Prérequis

- Avoir effectué la formation « Cheval-Partenaire module 1 » (il n'est cependant pas nécessaire de savoir monter à cheval)

Objectifs pédagogiques

- Affirmer/ajuster sa présence dans l'espace
- Développer son sens du rythme en s'harmonisant à la locomotion du cheval
- Adapter ses déplacements aux partenaires, coordonner l'intention et le mouvement
- S'équilibrer dans l'espace avec son/ses partenaire.s

Contenu de la formation

- Lundi : connexion et confiance
 - Présentation en cercle de chaque stagiaire et exposé de son parcours, de ses attentes et objectifs
 - Mise au point des acquis du stage « Cheval-Partenaire : session 1 »
 - Règles du jeu du stage (consignes de sécurité)
 - Rencontre des humains entre eux (jeu de connexion), puis rencontre du groupe chevaux/humains au pré
 - Rencontres individuelles avec chacun des quatre chevaux : s'affirmer pour gagner la confiance du cheval, établir un début de complicité
 - Convoyage des chevaux vers le rond de longe
 - Rencontre individuelle avec le troupeau (seul avec les 4 chevaux).
- Mardi : apprivoiser son mouvement et l'espace
 - Temps d'échanges sur la journée de la veille et présentation de la journée à venir
 - Aiguiser ses perceptions (jeu des nuances)

PERUGIA'RT

436 chemin du viaduc

42550 USSON EN FOREZ

Email: contact@alexandreperugia.com

Tel: 0685377370



- Rencontres individuelles avec chacun des quatre chevaux : agir sur la locomotion et la direction du cheval en adaptant son attitude corporelle au besoin de la situation
- Jeu de porter et d'être porté en recherchant liant et harmonie
- Chercher la manière appropriée de monter sur le cheval avec l'aide d'un partenaire (coordonner intention et geste, sentir et écouter le cheval)
- Apprivoiser le mouvement et l'espace avec le cheval à l'arrêt : appréhender le haut, le bas, la montée et la descente
- Mercredi : rythmes et locomotion
 - Temps d'échanges sur la journée de la veille et présentation de la journée à venir
 - Jeu des longues rênes en binôme
 - Expérience du rythme avec cheval en longe : jeu de crinière au pas, puis se mettre à cheval et descendre avec l'aide d'un partenaire et en respectant la locomotion du cheval
 - Jeux de crinière au pas, au trot et au galop en fonction de la situation : se déplacer en rythme avec l'allure, coordonner l'intention et le mouvement
 - Découvrir comment agir sur la locomotion du cheval dans l'allure en augmentant ou en réduisant l'amplitude de ses foulées, puis en passant d'une allure à l'autre
- Jeudi : gestion de l'équilibre et du déséquilibre
 - Temps d'échanges sur la journée de la veille et présentation de la journée à venir
 - Appréhender son équilibre et réajuster sa posture, jeux de bambou (d'abord en statique, puis en mouvement)
 - Monter à cheval et en descendre avec l'aide d'un partenaire dans le mouvement du pas du cheval : être attentif et en phase avec l'allure et avec les partenaires. Appréhender l'espace sous différents angles de vue.
 - Sortie en extérieur et en silence : chaque binôme se voit attribuer un cheval et l'un des deux partenaires mène le cheval en main pendant que l'autre monte et ajuste sa position et son équilibre aux mouvements du cheval et au dénivelé du terrain.
 - Pansage (soin aux chevaux) silencieux sous les arbres
- Vendredi : apprivoiser la vitesse
 - Temps d'échanges sur la journée de la veille et présentation de la journée à venir
 - Jeu du crescendo : convoquer sa force et son ancrage pour gagner en assurance et aller plus loin dans les jeux avec le cheval, notamment en apprivoisant la vitesse.
 - Expérience du seau au centre du rond de longe : agir sur la vitesse du cheval en limitant progressivement ses propres déplacements. Convoquer sa force pour agir avec calme et précision.
 - Rencontres individuelles avec chacun des chevaux, puis avec le troupeau.
 - Bilan de fin de stage

Organisation de la formation

Equipe pédagogique

Avec Vanessa Prioux

Enseignante d'équitation (diplôme d'Etat BPJEPS Activités Équestre).

Développe depuis 2017 une approche spécifique du cheval, adaptée aux besoins de chaque apprenant :

Cycle de formations Cheval-Partenaire (marque déposée INPI)

2 modules :

- 1) Cheval-Partenaire : La présence guidée par le cheval, module 1
- 2) Cheval-Partenaire : La présence guidée par le cheval, module 2

Moyens pédagogiques et techniques

- Troupeau de quatre chevaux
- Espace dédié à la formation équestre (rond-de-longe de 20 mètres de diamètre)
- Jeux de sensation et de perception
- Exposés théoriques
- Etude de cas concrets

Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Feuilles de présence

PERUGIA'RT

436 chemin du viaduc

42550 USSON EN FOREZ

Email: contact@alexandredelperugia.com

Tel: 0685377370



- Mises en situation
- Formulaire d'évaluation de la formation