

Amélioration des pratiques de préparation des jeunes chevaux de CSO et CCE - préparation à la labellisation cavalier SHF

Contenu pédagogique - plan de formation

Session 1

1. Dressage (3h) - Pratique à cheval

- Être capable de stabiliser la mise sur la main et la recherche de l'engagement.
- Être capable de travailler la rectitude et la régularité des allures sur des tracés simples.
- Être capable d'obtenir une réponse immédiate aux aides de propulsion et de transition.

2. Dressage (3h) - Pratique à cheval

- Être capable d'exécuter des transitions inter-allures et intra-allures (allongements/compressions) en gardant l'équilibre.
- Être capable de maintenir une attitude stable sur des cercles de différents diamètres.

3. Les ulcères gastriques chez le cheval de CCE (2h) - Théorie en salle

- Comprendre l'anatomie de l'estomac équin et les mécanismes de formation des ulcères (squameux vs glandulaires).
- Être capable d'identifier les signes cliniques subtils (baisse de performance, irritabilité au sanglage, mauvais état général).
- Savoir adapter le management : fractionnement des repas, apport de fibres (foin à volonté), et gestion du stress lié au transport et à la compétition.

Session 2

1. CSO (3h) - Pratique à cheval

- Être capable de cadencer son galop pour aborder des lignes de gymnastique.
- Être capable de conserver la fixité du buste et la souplesse des articulations du cavalier lors du saut.

2. CSO (3h) - Pratique à cheval

- Être capable de gérer les contrats de foulées dans des lignes et des combinaisons.
- Être capable de rééquilibrer son cheval rapidement après la réception pour préparer l'obstacle suivant.

3. Biomécanique et dorsalgies chez le cheval de sport (2h) - Théorie en salle

- Comprendre le fonctionnement de la chaîne de flexion et d'extension (ligament nuchal et supra-épineux).
- Identifier les pathologies fréquentes : Conflits de Processus Épineux (CPE), arthrose facettaire.
- Être capable de prévenir les douleurs par un travail de stretching (bas et rond) et une adéquation du matériel

Session 3 : Initiation au Cross et Effort Physique

1. Cross : Galop et équilibre (3h) - Pratique à cheval

- Être capable de maîtriser les différentes positions d'équilibre (2 points, 3 points) selon la vitesse.
- Être capable de gérer le "galop de chasse" et d'adapter sa vitesse à l'aide d'un chronomètre.

2. Cross : Franchissement de profils (3h) – Pratique à cheval

- Être capable d'aborder des obstacles directionnels et des profils spécifiques (troncs, haies).
- Être capable de gérer l'équilibre et la franchise lors du franchissement de dénivelés (montées, descentes).

3. La récupération du cheval de complet (2h) – Théorie en salle

- Comprendre la physiologie de l'effort : fréquence cardiaque, lactates et température corporelle.
- Être capable de mettre en place un protocole de récupération post-cross (cooling down, soins des membres, hydratation, électrolytes).
- Savoir surveiller les signes de coup de chaleur ou de fatigue excessive.

Session 4 : Enchaînement et Bilan de Formation

1. Dressage : Déroulement de reprise (3h) – Pratique à cheval

- Être capable d'enchaîner les figures d'une reprise de CCE en soignant la précision des tracés.
- Être capable de présenter un cheval disponible et brillant sous l'œil des juges.

2. Cross et CSO : Mise en situation (3h) – Pratique à cheval

- Être capable d'enchaîner un parcours de type "Derby" ou mixte.
- Être capable d'adapter son pilotage entre les sauts de CSO (verticaux) et les sauts de Cross (volée).

3. Débriefing et plan de carrière (2h) – Théorie et Bilan

- Synthèse des trois modules théoriques : établir un calendrier de compétition respectant l'intégrité physique du cheval (gestion dos/estomac/récupération).
- Débriefing individualisé des progressions techniques.
- Bilan collectif et remise des attestations de fin de formation.