

MESSA IN SELLA ALLA LONGIA

U.D. 2

Le domande più comuni, gli errori e le risposte

a cura di Gilberto Sebastiani

Dipartimento Formazione



Questa presentazione/testo fa parte del materiale didattico realizzato dalla FISE la quale possiede i diritti patrimoniali dell'opera. Pertanto tutte le informazioni, i dati, i contenuti editoriali, le immagini, i grafici, i disegni e, in generale, il materiale ivi contenuto e pubblicato (di seguito “ i Contenuti”) sono protetti dalle leggi in materia di proprietà intellettuale.

L'Utente si obbliga a non copiare, modificare, creare lavori derivati da o, comunque, disporre in qualsiasi altro modo dei Contenuti.



1

Chi porta il cavallo dalla scuderia al campo con un principiante (caso A un bambino e caso B un adulto) alla prima lezione?

A - Lo porta l'istruttore e il bambino tiene il fiocco finale delle redini così ha l'impressione di portare lui stesso il cavallo

B - Se l'adulto non ha troppa soggezione, lo porta lui stesso e l'istruttore si posiziona vicino all'allievo (NON si posiziona alla destra del cavallo).



2

Quanti modi conosci per montare a cavallo?

Sono 4:

- 1. in appoggio** (usato poco e comunque non adatto ai principianti),
- 2. con la staffa** (adatto per allievi più esperti),
- 3. con la gamba** (troppo faticoso per far montare un principiante adulto ma adatto per un bambino),
- 4. con la scaletta** (ideale per un principiante adulto e per un bambino sovrappeso).



3

**E' consigliabile
mettere un
collare?**

Si



4

1. Avendo il collare durante la prima lezione alla longia è meglio far tenere all'allievo solo il collare?
2. Oppure è meglio fargli tenere in contemporanea collare e redini
3. Oppure solo le redini e solo in caso di bisogno può usare il collare?

La risposta sbagliata è la terza

Le altre due possibilità sono entrambe utili.



5a

Dopo che l' allievo ha eseguito la ginnastica da fermo, i primi passi come dovrebbero essere impostati?

- 1. Allontanando l'allievo da noi tanto è alla longia?**
- 2. Oppure portiamo il cavallo normalmente mentre spieghiamo all'allievo come deve stare?**
- 3. Oppure teniamo con la mano sinistra la longia vicino all'imboccatura e con la mano destra teniamo la caviglia dell'allievo per qualche passo?**

L'opzione 3 è quella giusta anche perché dà maggiore sicurezza.



5b



6

Qual è il modo corretto per agganciare la longia?



7

Come si tiene una longia?



8

Come fermo il cavallo montato dal principiante?

Non sollecitandolo con la frusta ma usando la voce.



9

Con un principiante conviene insegnare al cavallo a fermarsi rimanendo nel circolo e poi saremo noi ad avvicinarci a lui, oppure è meglio che il cavallo si fermi al centro avvicinandosi a noi?

Meglio che il cavallo impari a fermarsi rimanendo nel circolo.



Alla prima lezione si trotta?

Si, alla fine della lezione si può trottare per far sentire la sensazione del trotto all'allievo e per dargli un obiettivo per le prossime lezioni.



Alla prima lezione si cambia di mano?

Sì , per far sentire all'allievo la differenza e le diverse sensazioni.



12

Quante lezioni si fanno fare ad un allievo alla longia?

Il meno possibile (2-3) a meno che non mostri troppo timore , in tal caso si prolungano le lezioni alla longia sino a che l' allievo acquista fiducia.



Qual è l'obiettivo dell'uso della longia con un principiante?

Fargli acquisire la minima conduzione



Cos'è la minima conduzione?

Consiste nel far acquisire ad un allievo principiante la capacità di partire, fermare, girare a destra e girare a sinistra a cavallo.



15

Come si insegna la minima conduzione alla longia?

- **Fermare il cavallo resistendo con le mani e rimanere fermi nel circolo.**
- **Partire al passo con l'uso di entrambe le gambe.**
- **Per girare a sinistra si insegna la redine di apertura sinistra e gli si fa stringere il circolo.**
- **Per girare a destra si insegna la redine di apertura destra e gli si fa allargare il circolo.**



