

Giancarlo Mazzoleni

EQUITARE CON SENTIMENTO

LA PRATICA

Quaderno 1

Il cavallo, l'apprendimento,
la terminologia



Questo quaderno è stato prodotto per il corso di formazione
S.I.A.E.C.-U.I.S.P. Lega attività equestri
per
«Educatori alle attività equestri. Tecnici di equimozione e isodinamica».

© Giancarlo Mazzoleni, 2005

© Equitazione Sentimentale, 2005

© Equitare, 2005

Prima edizione: marzo 2005

La riproduzione con qualsiasi processo di duplicazione delle pubblicazioni tutelate dal diritto d'autore è vietata e penalmente perseguibile (art. 171 della legge 22 aprile 1941, n. 633). Quest'opera è protetta ai sensi della legge sul diritto d'autore e delle Convenzioni internazionali per la protezione del diritto d'autore (Convenzione di Berna, Convenzione di Ginevra). Nessuna parte di questa pubblicazione può quindi essere riprodotta, memorizzata o trasmessa con qualsiasi mezzo e in qualsiasi forma (fotomeccanica, fotocopia, elettronica, ecc.) senza l'autorizzazione scritta dell'editore. In ogni caso di riproduzione abusiva si procederà d'ufficio a norma di legge.

Edizioni Equitare Srl, Strada Valacchio-Casella n. 30, Sovicille (Siena)

Il nostro sito internet è www.equitare.it

ISBN 88-88266-41-1

INDICE

IL CAVALLO, L'APPRENDIMENTO, LA TERMINOLOGIA

PREMESSA	p.	VII
IL CAVALLO	p.	3
1. La psiche	p.	4
2. La struttura anatomica	p.	6
3. La flessione naturale: l'equilibrio e la perpendicolarità	p.	14
4. La Cinetica ovvero l'Equimozione	p.	21
a. <i>Atteggiamenti dinamici</i>	p.	23
b. <i>Catene cinetiche</i>	p.	29
c. <i>Rapporto tra atteggiamento dinamico e catena cinetica</i>	p.	32
d. <i>La cadenza, il ritmo e l'impulso</i>	p.	41
e. <i>La «musicalità equestre»</i>	p.	44
5. La plasticità	p.	46
L'APPRENDIMENTO E ADDESTRAMENTO	p.	53
Educare cavallo e cavaliere	p.	53
L'apprendimento in tutte le sue forme	p.	54
<i>Cos'è l'apprendimento?</i>	p.	54
<i>L'alchimia della conoscenza</i>	p.	55
<i>Gli ingredienti dell'apprendimento</i>	p.	55
Psicologia e pedagogia	p.	56
<i>Il benessere</i>	p.	56
<i>L'attenzione</i>	p.	56
<i>La motivazione</i>	p.	57
<i>Privilegiare la cooperazione</i>	p.	57
<i>La coerenza</i>	p.	58
<i>L'antropofornismo condizionato</i>	p.	58
<i>I pregiudizi</i>	p.	59
<i>Le esperienze passate</i>	p.	59
<i>Essere creativo e innovatore</i>	p.	59
<i>La comunicazione</i>	p.	60
<i>L'apprendimento: fenomeno complesso e affascinante</i>	p.	61
L'Addestramento	p.	66
<i>Il dialogo</i>	p.	70

LA TERMINOLOGIA EQUESTRE	p.	75
<i>Il maneggio</i>	p.	76
<i>Flessione del cavallo</i>	p.	78
<i>Pista</i>	p.	79
<i>I bipedi</i>	p.	79
<i>Contro-lezioni</i>	p.	82
<i>Spalla in dentro</i>	p.	83
<i>Spalla in fuori</i>	p.	85
<i>Groppa in dentro</i>	p.	86
<i>Groppa in fuori</i>	p.	87
<i>Spalla in avanti</i>	p.	88
<i>Appoggiata</i>	p.	90
<i>La cessione alla gamba</i>	p.	92
<i>Il lavoro in campagna</i>	p.	94

PREMESSA

Questa pubblicazione fa seguito ad *Equitare con sentimento*, libro che attraverso la rivisitazione del mio personale percorso equestre voleva, per così dire, riordinare le idee e prospettare una via differente di interpretazione del medesimo iter ai tanti appassionati che come me non accettano l'equitazione = concorsi.

Propongo un'ottica in cui il cavallo è un compagno di gioco, di avventura, di piacere, non da sfruttare, spremere e poi gettare, ma da amare e rispettare, trovando con lui una piacevole collaborazione per rendere la nostra vita più gradevole, senza necessariamente ferire la sua. Cercare la soddisfazione nella crescita della comprensione reciproca del fare in sella, non solo del giocare. La proposta tecnica parte da questi elementi: studia il movimento del cavallo, ne valuta la migliore attitudine perché non subisca danni dall'attività dell'equitare, cerca la dinamica corporea del cavaliere più adeguata al dialogo con lui, la trasforma in un messaggio comprensibile anche ai neofiti. Alla base, una ricerca analitica culturale, con rivisitazione della storia tecnica dell'equitazione; in altre parole la traduzione pratica semplificata dei testi dei *Vecchi Maestri*, riprodotta in un linguaggio e con metodi aggiornati ai nostri tempi.

Il successo di *Equitare con sentimento* mi ha convinto a fare un ulteriore sforzo per qui meglio definire, nella pratica, ciò che là discutevo maggiormente a livello teorico. Sono nate così queste «dispense tecniche», soprattutto per dare una traccia scritta a tutti coloro che mi stanno seguendo nei corsi per Educatori alle attività equestri.

Giancarlo Mazzoleni

IL CAVALLO

CAVALLO

- Tutto ciò che è scritto in **rosso** inerisce al **cavallo**
- Tutto ciò che è scritto in **giallo** inerisce **all'uomo**

IL CAVALLO

ELEMENTI GENERALI

1. **La psiche**
2. **La struttura anatomica**
3. **La flessione naturale**
4. **La cinetica**
5. **La plasticità**

La conoscenza di questi elementi permette di comprendere una serie di questioni che possono altrimenti indurre il cavaliere ad errori che procurano danni al cavallo.

1. LA PSICHE

1. LA PSICHE

- **Il cavallo non è una macchina**
- **È un erbivoro**
- **Non aggressivo**
- **Sensibile**
- **Timido – allertato**
- **Sociale**
- **Comunica coi suoi simili mediante un linguaggio gestuale**
- **Intelligente**

Solo gli sciocchi possono pensare che non sia intelligente, semplicemente perché sopporta la loro presenza sopra il proprio dorso.

Il cavallo non è una macchina, affermazione scontata, ma troppo spesso dimenticata.

Il cavaliere frequentemente ha atteggiamenti schizofrenici, pieno di attenzioni superflue, zucherini, caramelle, e nel contempo è indifferente a condizioni che possono ledere il fisico e la psiche del suo cavallo.

Troppo spesso la nostra domestichezza con i mezzi meccanici ci dispone a comportamenti che non corrispondono alle esigenze ed alla natura degli equini.

La loro condizione di erbivori e di animali da branco determina due elementi molto importanti: il primo, la **non aggressività**, che si manifesta costantemente con la reazione istintiva di fuggire davanti a qualsiasi imprevisto. Il secondo, la **socialità** con i suoi simili.

Questi sono gli elementi psichici connaturati che permettono all'uomo di poterlo «usare», ma anche di stabilire con lui un rapporto di diversa natura.

La non aggressività del cavallo permette a tutti noi di avvicinarlo e montarlo, ed ai più ignoranti di violentarlo senza temerne le reazioni.

2. LA STRUTTURA ANATOMICA

La conoscenza della struttura anatomica del cavallo è assolutamente indispensabile per comprendere la necessità e la diversità delle tecniche equestri, soprattutto se ci vogliamo dedicare all'istruzione di cavalli e cavalieri. Uno studio anatomico morfologico-funzionale, cioè particolarmente indirizzato alla comprensione della sua corretta funzione.

Nell'attività dell'equare, infatti, la salute fisica e psichica del cavallo, il loro miglioramento o il loro deterioramento, dipendono dal corretto funzionamento dell'apparato muscolo-scheletrico. Come per l'uomo, anche per il cavallo vale il detto *mens sana in corpore sano*.

Quasi tutti i problemi che le differenti tecniche equestri tentano di risolvere dipendono appunto dalla sua particolare struttura anatomica. Infatti, se la colonna vertebrale equina fosse simile a quella dei rettili, non esisterebbero la necessità dell'impegno dei posteriori, la necessità di stabilire l'equilibrio, la necessità dell'aggruppamento, verrebbe a mancare la necessità stessa dell'addestramento.

Vediamo quindi di comprendere per linee essenziali i problemi della struttura anatomica in relazione all'attività dell'equare.

Se, apparentemente la condizione di quadrupede sembra essere ottimale e perfettamente adatta a sopportare il trasporto di pesi, ancor meglio di quella dei bipedi, ad un attento esame tale impressione risulta errata.

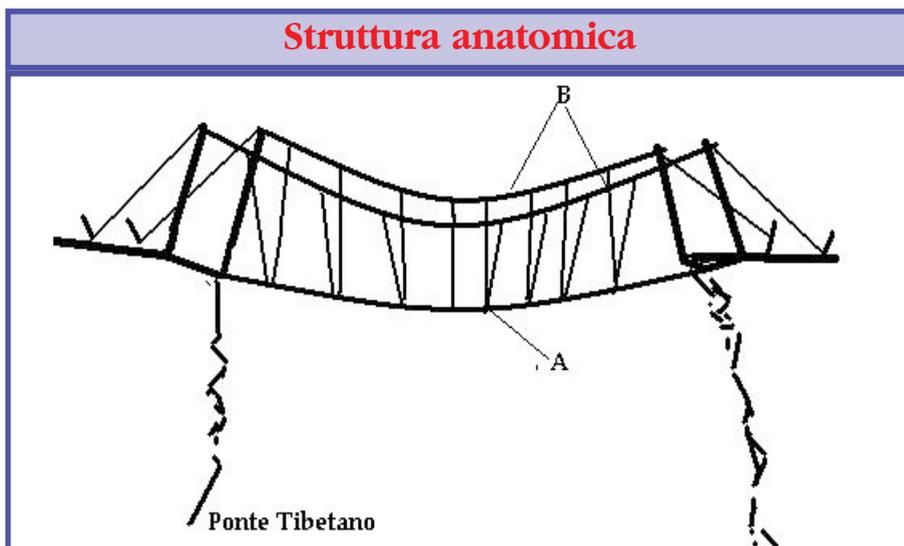
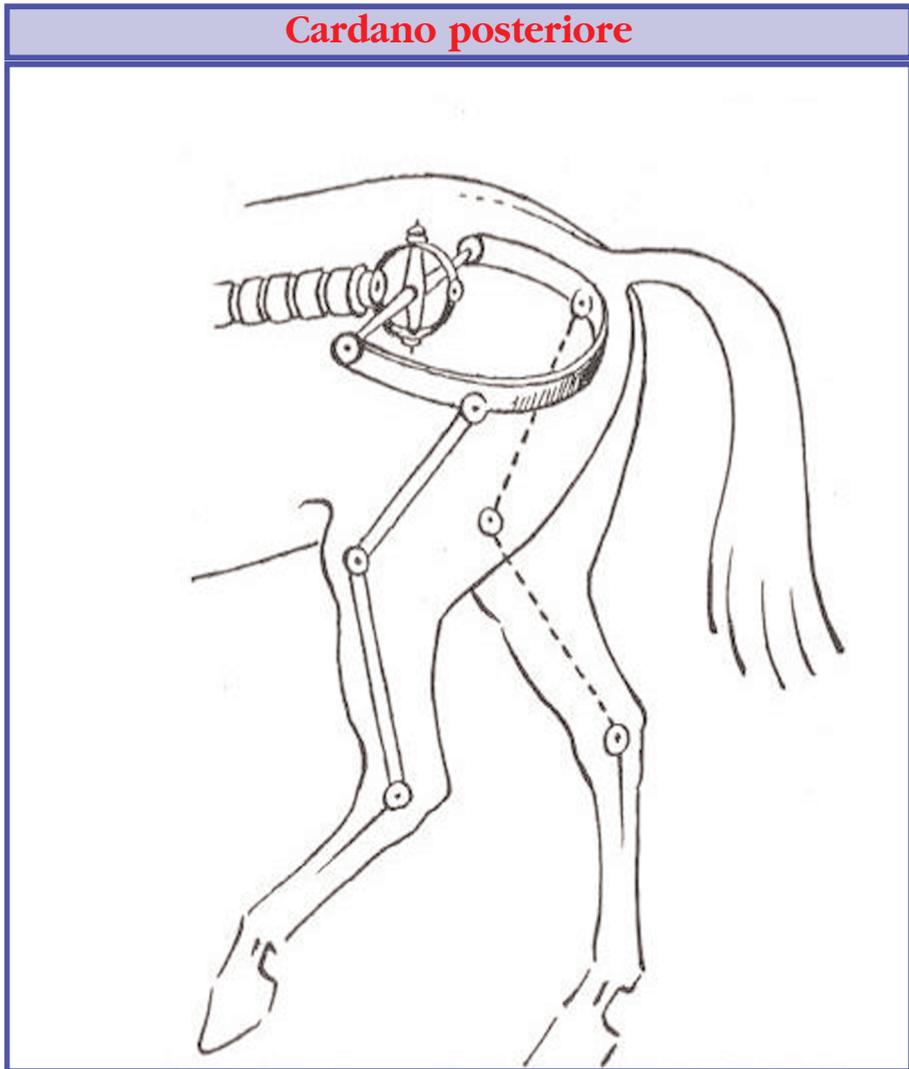


Figura 1

zano le ultime vertebre lombari (fig.3). Nello stesso tempo però combinando i movimenti verticali e laterali con quelli delle articolazioni dell'anca, della grassella e del garretto il cavallo può ottenere un aumento della torsione e della flessione laterale come si può dedurre dalla figura. (fig 4) che efficacemente paragona il sistema ad un giunto cardanico.



*Figura 4
(da Pierre Chambry)*

Questa collaborazione complessa permette al cavallo di eseguire un angolo o un cerchio senza procurarsi danni all'articolazione, ma solo nel caso in cui ad una diminuzione del raggio del cerchio corrisponda un adeguato abbassamento dell'anca interna, cioè un aumento appropriato dell'impegno del posteriore.

Tutti i movimenti possono effettuarsi senza danni solo se il complesso osteo-articolare rimane integro, soprattutto se le due interfacce articolari tra ultima vertebra lombare e prima vertebra sacrale si mantengono collimanti perfettamente. Se i due pezzi modificano il loro fisiologico modo di «combaciare» si manifesta una riduzione dell'efficienza del sistema con comparsa di dolori dorsali, zoppie incomprensibili, contrarietà al lavoro, rifiuti etc. etc..

La solidità del sistema è affidata a tutto l'apparato muscolare, in particolare ai muscoli lungo dorsali che consentono mobilità e resistenza con la loro capacità di contrazione e di decontrazione tonica. Quindi, tanto più l'apparato muscolare è solido, elastico, attivo, decontratto e nello stesso tempo tonico, tanto più questa articolazione sarà solida e dinamica.

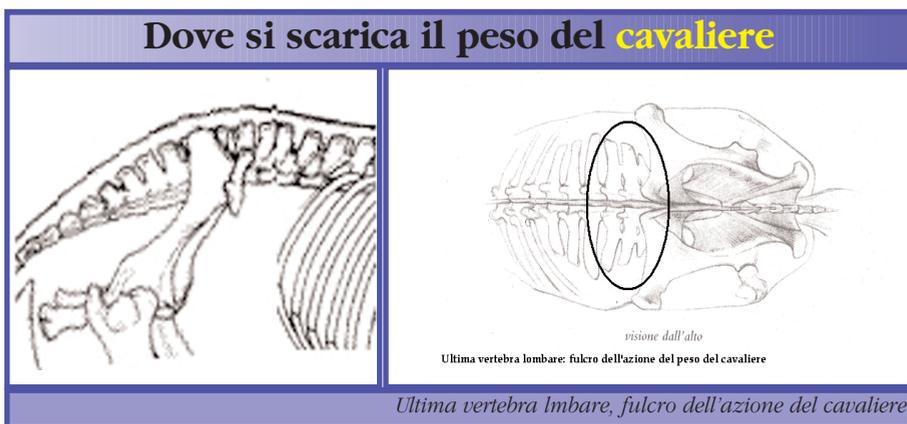


Figura 5

Se la muscolatura del dorso sarà eccessivamente contratta, come nei cavalli a dorso rigido, la possibilità di movimento dell'articolazione lombosacrale si ridurrà ed aumenterà relativamente lo sforzo a cui saranno sottoposte le articolazioni dell'anca, della grassella e del garretto.

Nel caso di una muscolatura flaccida o eccessivamente debole, come nel caso del cavallo ondulatorio a dorso concavo avverrà il contrario. La mancanza di tonicità consentirà all'articolazione un eccesso di movimento

Nel cavallo montato i possibili danni non sono solo dovuti alla variazione dei carichi che il peso del cavaliere determinerebbe, ma, soprattutto, al fatto che la sua presenza trasferisce il baricentro verso l'alto amplificando le forze esercitate da lui sulla colonna del cavallo. Questa amplificazione da una parte chiarisce perché un assetto corretto e adeguato possa ottenere ottimi risultati con azioni quasi invisibili, dall'altra spiega come l'instabilità o l'irregolarità nella distribuzione del peso del cavaliere possano interferire gravemente in senso negativo, minando la resistenza dell'apparato di sospensione.

L'integrità del «ponte sospeso» è legata a

- **Continuo e corretto sviluppo della muscolatura dorsale**
- **Corretta attività motoria dei posteriori**
- **Corretto assetto dinamico del cavaliere**
- **Corretto uso degli aiuti**

Ogni condizione che blocca o limita l'attività del treno posteriore interferisce con l'attività della muscolatura dorsale

Ogni condizione che tende a bloccare o limitare l'attività del treno posteriore interferisce con l'attività della muscolatura dorsale, ne riduce l'elasticità, e determina irregolarità cinetiche producendo col tempo i danni sopradetti.

Vi è solo da aggiungere che qualsiasi azione di mani esercitata per trazione o qualsiasi raccorciamento delle redini inadeguato al livello di istruzione del cavallo e, o del cavaliere, determina un ostacolo alla attività dei posteriori e, quindi, per questo motivo contribuisce in modo importante a creare danni al sistema articolare lombosacrale.

3. LA FLESSIONE NATURALE: L'EQUILIBRIO E LA PERPENDICOLARITÀ

3. LA FLESSIONE NATURALE: L'EQUILIBRIO E LA PERPENDICOLARITÀ

- **Animali e umani nascono asimmetrici e col tempo aumentano la monolateralità**
- **In genere la parte destra è più forte della sinistra**

Tutti gli animali, compreso l'uomo, sono asimmetrici. Prevale cioè una parte del corpo rispetto all'altra. Nei piccoli umani è in genere la destra più attiva, più forte, più precisa. Col tempo, la crescita e l'abitudine quotidiana, **questa lateralità, se non viene corretta, si accentua**. Nelle scuole addirittura la bilateralità o il mancinismo, comportamenti in ogni caso rari, erano considerati anormali e combattuti vivacemente.

Il cavallo in natura non è simmetrico

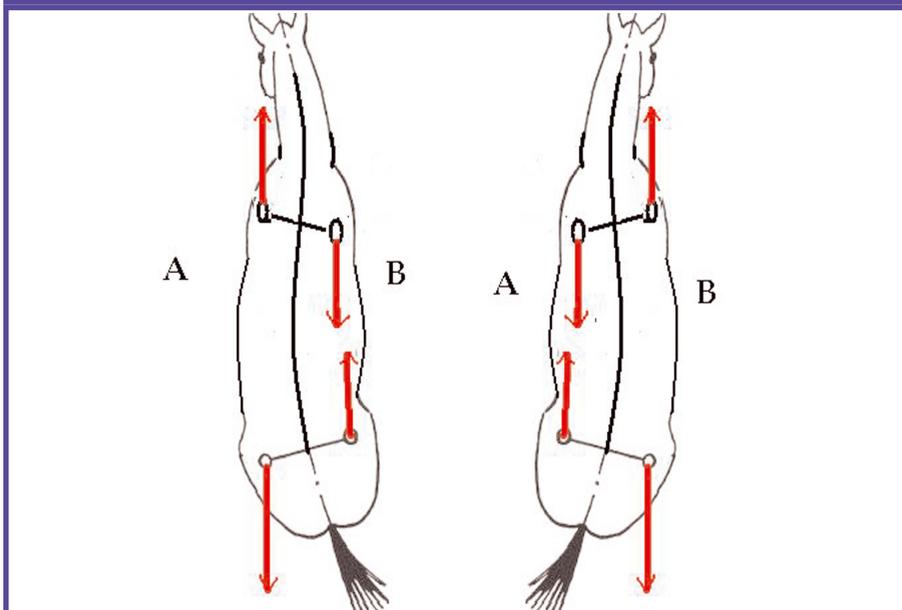


Figura 7

Anche nei cavalli esiste una differenza tra i comportamenti delle due componenti laterali. Essendo dei quadrupedi la differenza dei comportamenti nella deambulazione è ovviamente più evidente di quanto non lo sia negli umani. Come nell'uomo, anche nella maggior parte dei cavalli la parte destra è più forte della sinistra, ne consegue che il posteriore destro spinge più del sinistro.

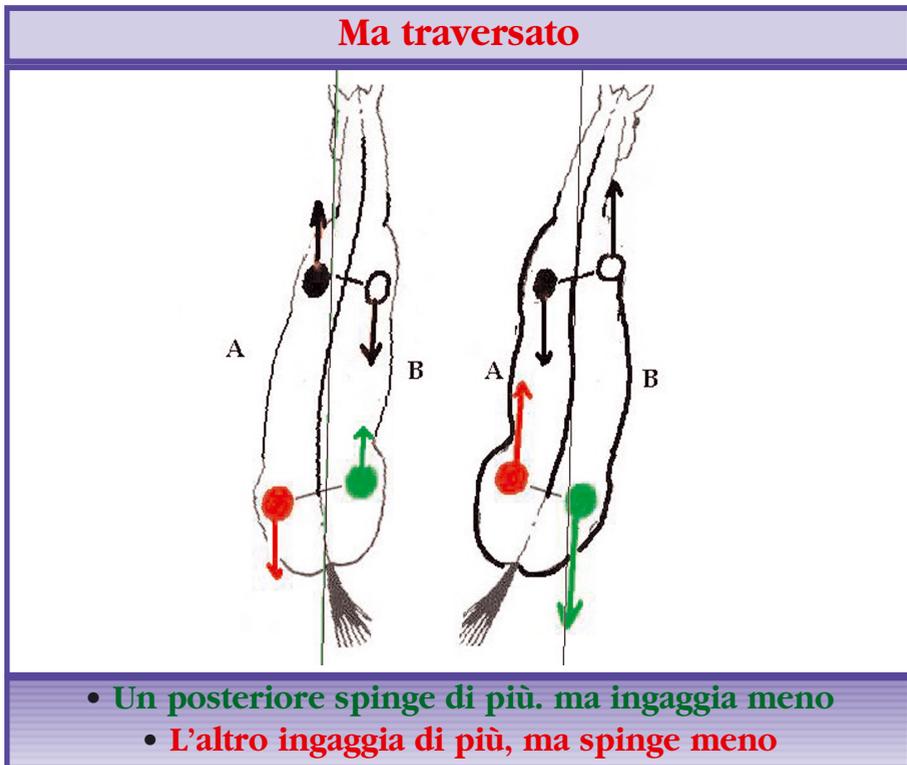


Figura 8

Da questa naturale condizione dipendono il **traversamento** e il **coricamento** laterale sinistro, cioè il fatto che la maggior parte dei cavalli è considerato «sinistrorso», in termini più semplici, che la maggior parte dei cavalli in natura si muove traversandosi leggermente a sinistra rispetto alla direzione di marcia e con una preponderanza di peso sul bipede laterale sinistro.

Dalla prevalenza monolaterale dipendono

- **traversamento**
- **coricamento**

Solo in casi rari il movimento naturale del cavallo è ben strutturato, armonico, equilibrato; nella maggior parte, invece, è mal strutturato, disarmonico e soprattutto squilibrato. Sia nell'uomo, sia nel cavallo, un'attività atletica basata sull'atteggiamento naturale e non impostata su esercizi fisici riequilibranti, adeguati al singolo soggetto, può essere più svantaggiosa che utile. Per questo motivo "montare un cavallo nel suo equilibrio naturale" può essere una condizione molto logorante, che si aggrava ancor di più se il cavaliere si muove sul suo dorso in modo poco appropriato.

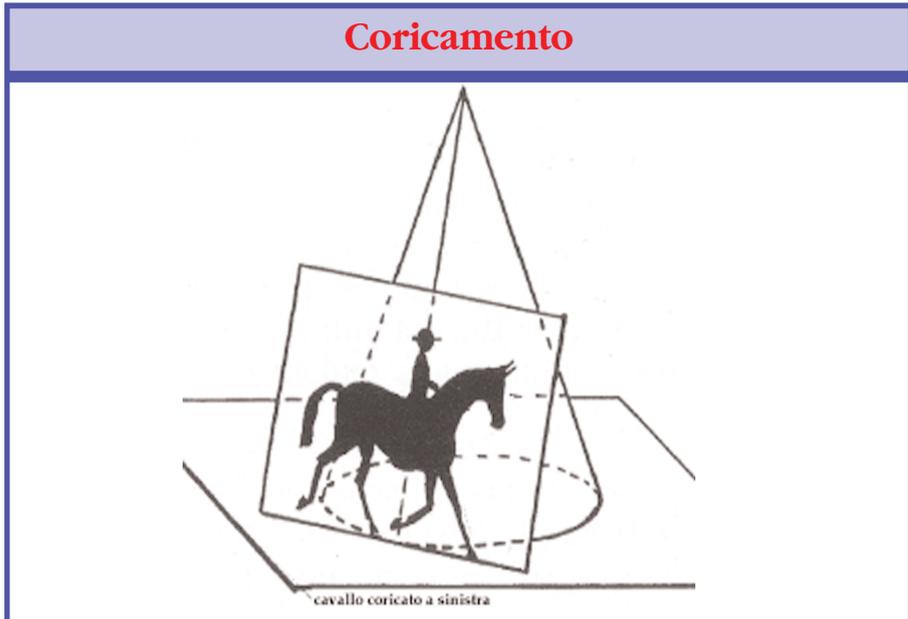


Figura 9

Per esempio, il cavallo che ha una dominanza di spinta del posteriore destro, è portato a **gravare naturalmente** sull'anteriore sinistro e a «*coricarsi*» sul bipede laterale sinistro. Se un cavaliere lo montasse nel suo equilibrio naturale, la conseguenza sarebbe un logoramento più rapido del bipede laterale sinistro, con facile comparsa di danni all'anteriore sinistro (tendiniti, formelle, navicolite, patologie della spalla).

La flessione naturale del cavallo, dunque, è il problema più impegnativo per il cavaliere, che deve correggerla con un attento addestramento, finalizzato al raddrizzamento del cavallo soprattutto sul piano verticale, pareggiando spinta e impegno di entrambi i posteriori. Il cavallo si raddrizza, raggiunge la verticalità e, di conseguenza, il baricentro cade esattamente perpendicolare al centro della massa.

L'addestramento ha il fine di sviluppare precipuamente un'omogenea condizione muscolare, di uniformare la spinta dei posteriori e il loro ingaggio, di correggere cioè, con l'esercizio, quelle condizioni naturali che rendono il cavallo «*coricato*», per preservarlo fisicamente, mettendolo in equilibrio perpendicolare.

Ad-destrare =

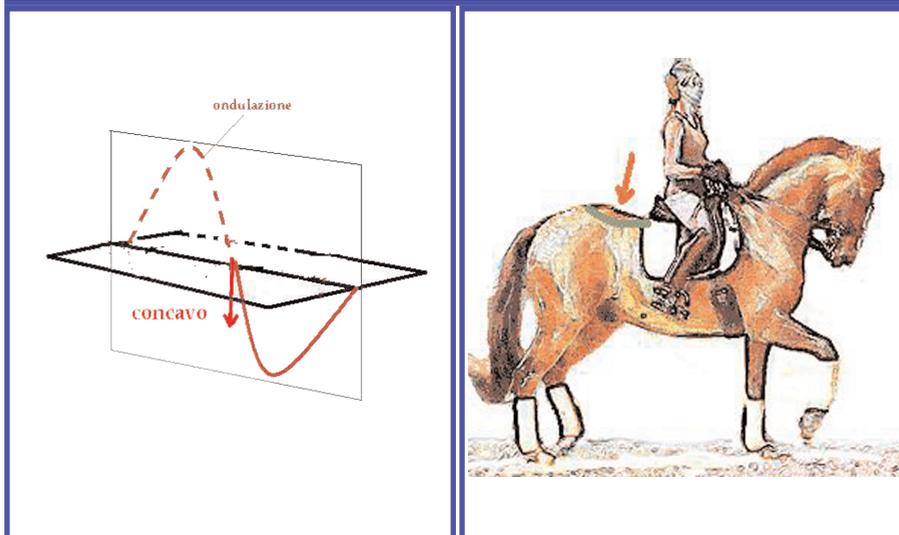
- **Pareggio di spinta e ingaggio**
- **Perpendicolarità**
- **Equa distribuzione dei pesi**
- **Equilibrio**
- **Maggior resistenza agli sforzi**
- **Aumento delle prestazioni**
- **Minor uso degli aiuti**
- **Maggior «conducibilità»**
- **Maggior sicurezza**
- **Riduzione delle spese veterinarie**

Risultato: **la perpendicolarità**



Figura 10

Atteggiamento ondulatorio concavo



L'atteggiamento ondulatorio concavo

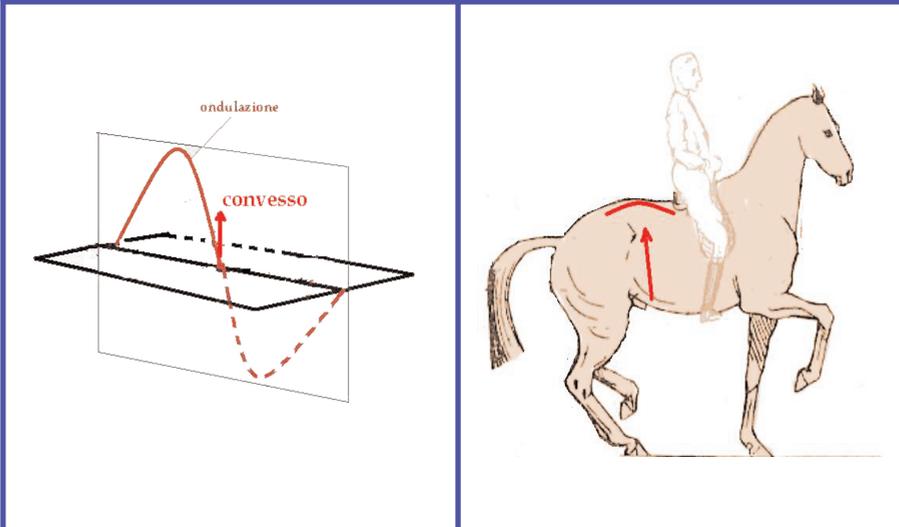
- **Riduce la resistenza del dorso**
- **Riduce la manovrabilità**
- **Rende il cavallo eccitabile**
- **Peggiora il rapporto col cavaliere**
- **Aumenta l'uso degli aiuti**

Figura 13

- **A dorso convesso:** il cavallo si muove sviluppando una convessità del dorso, **aggroppamento**, con movimenti simili a quelli dei felini. I passi non sollevano polvere, il dorso sostiene adeguatamente il cavaliere. Questa caratteristica si riscontra in natura in soggetti dotati di una particolare eleganza e leggerezza delle andature, che sembrano muoversi quasi sospesi nell'aria.

L'atteggiamento dinamico della colonna è, in genere, identico a tutte le andature, cioè, se il singolo soggetto è ondulatorio al passo lo è anche al trotto, se è rigido al passo lo è anche al trotto. Ciò non vale per il galoppo. Infatti, come vedremo più avanti, il galoppo, essendo un'andatura sal-

Atteggiamento ondulatorio convesso



L'atteggiamento ondulatorio convesso

- **Garantisce la solidità del dorso del cavallo**
- **Migliora la sua manovrabilità**
- **Migliora il rapporto con il cavaliere**
- **Riduce l'uso degli aiuti**

Figura 14

tata, si presta a predisporre tutti i cavalli ad una cinetica tendenzialmente ondulatoria.

I tre prototipi dinamici, oscillatorio, rigido, ondulatorio, non si comportano in modo identico, ma qui è interessante sottolineare come l'integrità fisica della colonna vertebrale sia coinvolta in maniera differente a seconda della specifica modalità.

I comportamenti oscillatorio, rigido e ondulatorio concavo, risentono in modo più negativo del peso del cavaliere rispetto a quello ondulatorio convesso, per lo stesso principio architettonico degli archi. È quindi la modalità ondulatoria convessa, cioè aggroppata o a cupola, la più adatta a

Trazione: il cavallo nuota

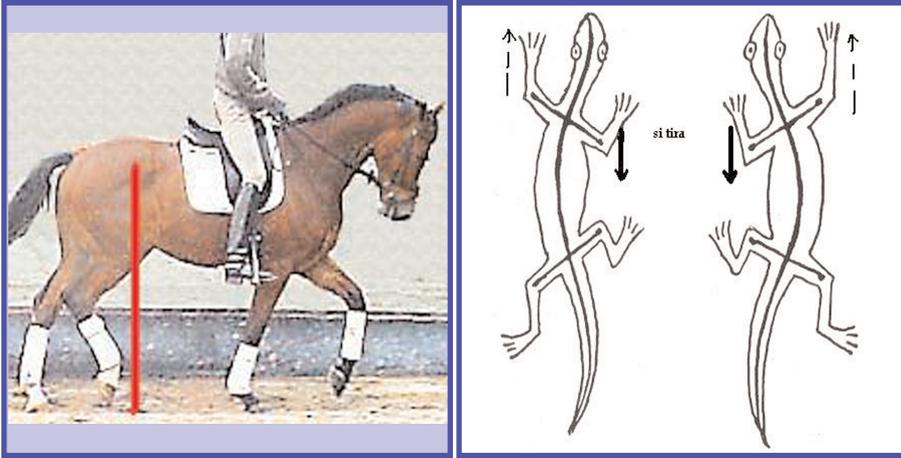
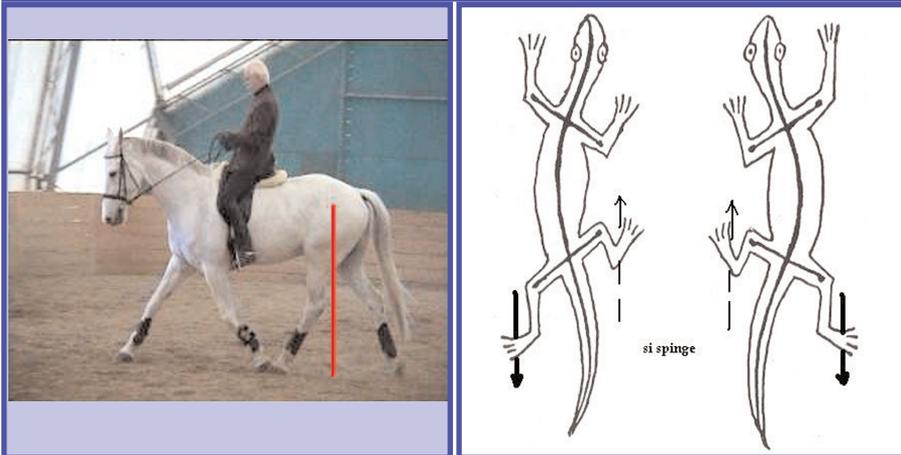


Figure 15 e 16

Catena cinetica di spinta: è la catena cinetica in cui predomina l'attività del treno posteriore. Sviluppata comunemente nel cavallo mai montato, corrisponde alla condizione naturale in cui il treno posteriore è deputato al movimento e quello anteriore è preposto al sostegno e alla direzione. Diciamo che questo cavallo «**spinge**». Il mantenimento di questa catena cinetica nel cavallo montato è il frutto di una gestione sapiente da parte del cavaliere e di esercizi appropriati sviluppati nel tempo.

Spinta: il cavallo spinge



c. Rapporto tra catena cinetica e atteggiamento dinamico

RAPPORTO TRA CATENE CINETICHE E ATTEGGIAMENTO DINAMICO

1. **Oscillatorio** può *nuotare o spingere*
2. **Rigido** può *solo nuotare*
3. **Ondulatorio**
 - **concavo** può *solo nuotare*
 - **convesso** può *solo spingere*

Vi è una relazione importante e a volte esclusiva tra l'atteggiamento dinamico e le catene cinetiche, e i due elementi si sviluppano reciprocamente.

- A. **Cavallo con atteggiamento dinamico oscillatorio o reptiforme:** questo cavallo può con relativa facilità mettere in atto entrambe le catene cinetiche:
- se parte con l'anteriore si tira, ovvero «nuota»
 - se parte col posteriore si spinge

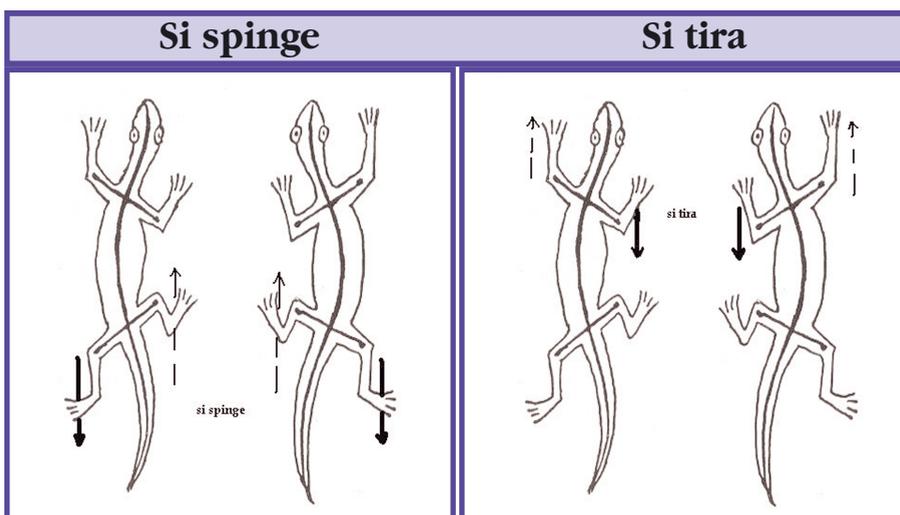


Figura 17

**Cavallo ondulatorio concavo:
diminuisce l'ingaggio e aumenta la spinta**

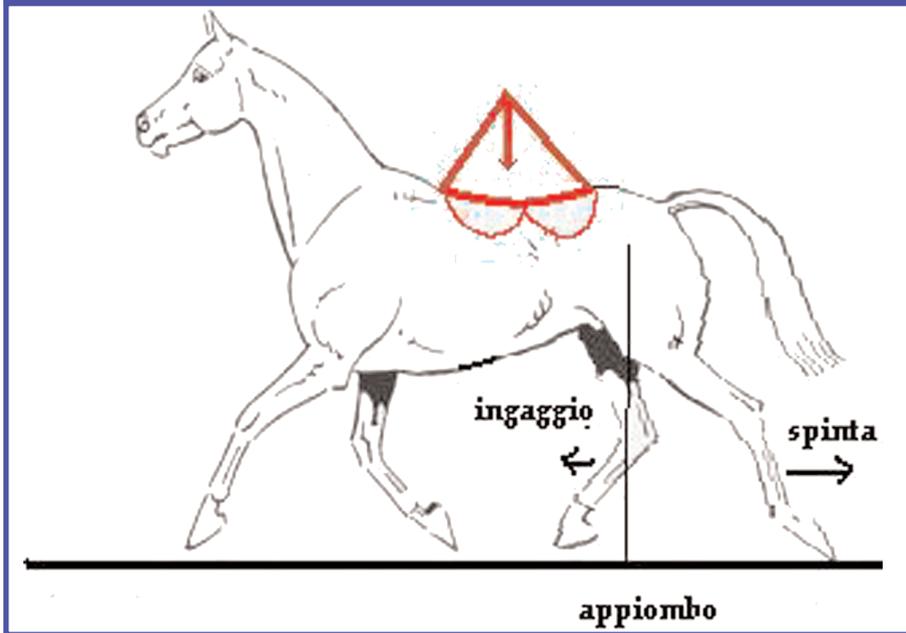


Figura 21

mico è compatibile esclusivamente con un cavallo che “spinge”, non può essere messo in atto da un cavallo sulle spalle che «nuota».

Cavallo ondulatorio convesso

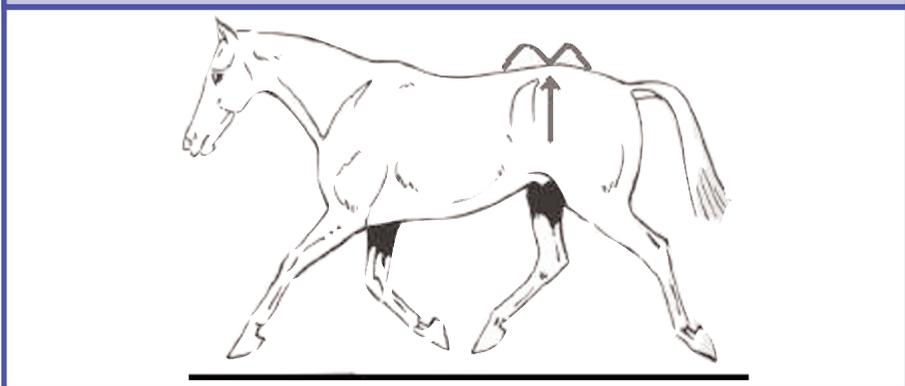


Figura 22

L'AGGROPPAMENTO

- **minor disagio a portare il cavaliere**
- **minore usura del treno anteriore**
- **maggior equilibrio**
- **maggiore agilità e manovrabilità**
- **maggior serenità**
- **più disponibilità**
- **più elasticità**
- **più mobilità**
- **più salute fisica e psichica**
- **aumento delle prestazioni fisiche**

Questa è la condizione inseguita nei secoli da tutti i cavalieri nella **ricerca della riunione** e che ha fatto versare fiumi di inchiostro per individuare la modalità più facile, rapida e sicura per conseguirla.

La ricerca della riunione, ovvero **la ricerca dell'atteggiamento dinamico ondulatorio convesso e della catena cinetica di spinta**, deve essere il punto forte del lavoro perché **salvaguarda lo stato di salute del cavallo e coincide ovviamente con un maggior sviluppo delle sue potenzialità fisiche.**

d. La cadenza, il ritmo e l'impulso

IL RITMO, LA CADENZA, L'IMPULSO

- **Il ritmo:** frequenza delle battute sul terreno (N. BATTUTE/TEMPO)
- **La cadenza:** è il tempo di sospensione tra una battuta e l'altra (FORZA X SPOSTAMENTO/TEMPO)
- **L'impulso:** è la forza impressa ad ogni battuta (forza x spostamento)

Questi tre termini sono indissolubilmente legati, in quanto elementi sinergici nella costruzione dell'andatura. Per il cavaliere sono elementi di grande importanza per individuare la correttezza del proprio modo di equitare.

Ogni cavallo, come ogni essere vivente, esprime nella propria attività deambulatoria una soggettività molto complessa a cui concorrono il ritmo e la cadenza delle battute alle varie andature.

Il **ritmo**: è la frequenza delle battute sul terreno ed è regolato dall'attività propria degli arti.

IL RITMO

è regolato dall'attività propria degli arti

La **cadenza** è il tempo di sospensione tra una battuta e l'altra, prodotto dalla compartecipazione della muscolatura dorsale.

LA CADENZA

è il prodotto della compartecipazione della muscolatura dorsale

Questi due elementi sono inversamente proporzionali: **più veloce è il ritmo, minore è la cadenza**. Minore è la partecipazione del dorso, maggiore sarà la frequenza delle battute.

L'APPRENDIMENTO
E
L'ADDESTRAMENTO

L'APPRENDIMENTO E L'ADDESTRAMENTO*

SIGNIFICATI E MOTIVAZIONI

EDUCARE CAVALLO E CAVALIERE

Se il nostro compito è l'educazione alle attività equestri, nell'espletarlo ci troveremo inesorabilmente di fronte al problema fondamentale di confrontarci con due soggetti differenti: l'allievo uomo e l'allievo cavallo. La loro educazione non è ovviamente contemporanea né può esserlo (evitare!! di avere allievi poco esperti con cavalli giovani ed inesperti), ma è intrinsecamente legata, cioè non potremo ottenere buoni risultati in tutti gli aspetti dell'educazione del nostro allievo umano, se non avremo acquisito capacità educative nei confronti del cavallo, col quale dovremo esserci precedentemente relazionati per poter permettere all'allievo umano, a sua volta, di relazionarsi in modo corretto, sereno e vantaggioso.

È assolutamente necessario, quindi, essere a conoscenza dei meccanismi dell'apprendimento.

Come preambolo essenziale per chi si volesse dedicare all'istruzione, riporto qui di seguito ciò che in merito scrive **Marthe Kiley-Worthington**, probabilmente l'etologa con maggior esperienza sui mammiferi ed in particolare sugli equidi.

* Per sviluppare la sezione riguardante *L'apprendimento* si sono utilizzati articoli di MARTHE KILEY-WORTHINGTON, per la sezione *L'addestramento* articoli dell'Autore già pubblicati sulla rivista *Equitare con sentimento*.

L'APPRENDIMENTO IN TUTTE LE SUE FORME

Capire come funziona il modo di apprendere del cavallo, e il metodo di insegnamento che meglio gli si addice, facilita considerevolmente la sua formazione. I metodi equestri, senza questa base indispensabile, possono essere comparati a quei manuali che pretendono di insegnare una lingua, dando elenchi di frasi e parole. Ahimè! Senza buone basi grammaticali, si potrà soltanto storpiare, cadendo incessantemente nell'equivoco e nel ridicolo.

Dal punto di vista etico, dovrebbe essere normale considerare i cavalli come esseri aventi una propria psicologia. Purtroppo non è sempre questo il caso. L'espressione molto ricorrente "conoscere i comandi" (del cavallo), rivela che l'idea del dispositivo automatico è molto radicata nell'ambiente equestre.

Cos'è l'apprendimento?

APPRENDIMENTO

«acquisizione di una conoscenza, derivata da un'esperienza, che produce un cambiamento comportamentale con effetto relativamente permanente»

L'apprendimento è «l'acquisizione di una conoscenza, derivata da un'esperienza vissuta dall'individuo, che produce un cambiamento comportamentale avente un effetto relativamente permanente».

Da una ventina di anni, le ricerche condotte da psicologi, etologi e neurofisiologi hanno smentito la teoria secondo la quale l'apprendimento degli animali è soltanto «istinct» e riflessi condizionati. Ci hanno permesso dunque di sapere come, sia l'uomo, sia l'animale, possano conseguire la conoscenza. Ma siamo lontani dall'aver scoperto ciò che ogni animale può apprendere.

I ricercatori non si sono mai particolarmente interessati agli equidi, perché hanno sempre creduto di più alle facoltà di apprendere dei predatori. Così, nessuno può dire a tutt'oggi sino a che punto possano progredire i cavalli.

La comunicazione

State attenti al modo in cui l'insegnante e/o l'ambiente costantemente trasmettono messaggi al cavallo. Gli odori insoliti esercitano la loro influenza, come i gesti e la posizione. La voce è «l'attrezzo» più facile per gli umani. Non esitate dunque a servirvene.

Il **rafforzamento negativo** è una situazione **sgradevole momentanea**. Il cavallo compie un'azione per evitare il fastidio.

Ad esempio: si mette in avanti per evitare la pressione delle gambe. Si ferma per evitare di avere male nella bocca.

La **punizione** è un fastidio che arriva **dopo un'azione**.

Es.: un colpo di frusta dopo un rifiuto sull'ostacolo può significare per il cavallo che non **OCCORRE** saltare (apprendimento associativo: ostacolo = dolore).

Il **rafforzamento positivo** è un'**esperienza piacevole** (sinonimo di ricompensa).

La comunicazione

- Rafforzamento negativo: esperienza sgradevole
- Rafforzamento positivo: esperienza piacevole

La punizione
=
rafforzamento negativo di un'azione

La punizione
=
rafforzamento negativo di un'azione

Frusta dopo rifiuto

=

Ostacolo > dolore

=

Non saltare!

L'APPRENDIMENTO È UN FENOMENO
COMPLESSO E AFFASCINANTE

Modalità di apprendimento

1. Abitudine
2. Imprinting
3. Apprendimento Pavloviano
4. Condizionamento strumentale
5. Assuefazione
6. Apprendimento associativo
7. Apprendimento per osservazione
8. Imitazione
9. Apprendimento per tentativi
10. Apprendimento conoscitivo
11. Apprendimento invertito o «disapprendimento»

Qui di seguito consideriamo le molte vie mentali che usa il cavallo per acquisire conoscenze e comprendere il mondo.

1. *L'abitudine*

Abituarsi significa imparare a diminuire l'intensità della propria reazione di fronte ad una situazione insopportabile che si ripete.

I cavalli della polizia, ad esempio, apprendono a restare indifferenti in mezzo alla folla che urla, alla circolazione caotica ed alle sommosse.

Nonostante le apparenze, l'abitudine richiede un lavoro mentale. Ad esempio, quando ci si abitua ad un rumore molto forte, se quest'ultimo cambia d'intensità, si reagisce. Il fatto di avere osservato la differenza prova che abbiamo memorizzato ed analizzato il rumore/stimolo.

All'inizio, l'abitudine richiede, come qualsiasi altra forma di apprendimento, la capacità di decidere, l'analisi della situazione e la motivazione.

Nella circolazione intensa, ad esempio, il cavallo deve superare la propria tendenza naturale a fuggire. Di conseguenza, deve essere cosciente dell'oggetto (la circolazione), come pure del proprio impul-

L'ADDESTRAMENTO

L'Arte Equestre è ricevere, creare, orientare e mantenere le forze del cavallo in una condizione di armonia fisica e morale.

Ad una prima lettura il termine addestramento ha il significato di preparare qualcuno a qualche cosa. È la trasformazione di una condizione definita, in una nuova condizione differente, con il fine di ottenere un migliore e più complesso risultato.

La storia dell'addestramento non è solo un elenco dei vari cavalieri addestratori, è anche la successione di esperienze tecniche correlate, e ridefinite costantemente sulla base delle esperienze precedenti, per adeguarle a nuove esigenze. Ogni metodo di addestramento ha una sua logica intrinseca, propria dell'addestratore, ma è anche sintesi delle esperienze dei maestri precedenti, e può essere letto come l'insieme omogeneo di trucchi, con cui il cavaliere può meglio riuscire a soddisfare le proprie richieste, oppure come ricerca di esercizi che contribuiscono, attraverso lo sviluppo muscolare, al buon mantenimento fisico del cavallo. In questo caso il singolo movimento è elemento necessario ad un particolare sviluppo fisico, e l'addestramento è la ricerca specifica della pluralità dei movimenti più adeguati, nonché la loro applicazione. In ciò sta l'essenza, non solo dell'antitesi tra equitazione d'uso e equitazione circense del secolo scorso, ma soprattutto il contrasto tra corretto addestramento, inteso come sviluppo della struttura fisica del cavallo, ed equitazione dei «trucchi» che si va sempre più diffondendo ai nostri giorni, dove il cavaliere insegnerebbe tutto al cavallo, mediante espedienti fantasiosi, e spesso assolutamente contrari alla sua fisicità.

È quindi opportuno ripristinare una corretta terminologia, per meglio comprendere differenze che oggi appaiono confuse.

1. **L'ammaestramento:** la parola deriva dal latino *magister*, maestro, abile, colui che possiede maestria, e quindi significa **trasmettere abilità**. Da quasi un secolo, la pedagogia non usa più il termine «ammaestrare gli alunni», da quando cioè l'insegnamento ha iniziato ad assumere più un significato formativo che informativo, cioè di sviluppo delle capacità, più che di trasmissione di «abilità». Il termine è rimasto applicato «all'istruzione» animale, nel senso di rendere l'animale abile, capace di eseguire esercizi. Nelle concezioni di Pavlov,

l'ammaestramento trova la sua teorizzazione più sofisticata ed elaborata. Sulla base di tale teoria, si sfruttano i riflessi condizionati, facendoli corrispondere all'esecuzione di determinate richieste, premi o punizioni. Linguaggio ternario: richiesta - rifiuto - punizione, richiesta - esecuzione - premio. In tal modo si può instaurare una sorta di dialogo o codice, su cui costruire gradualmente la possibilità di attuazione di uno o più esercizi. Questo metodo non ha nessuna relazione con lo sviluppo fisico o mentale. Le richieste possono essere assolutamente disparate: far sedere, far sdraiare, far contare con la zampa, far impennare. Non è un caso che nell'ammaestramento vi sia una ricerca di esecuzione di esercizi propri dell'uomo.

Ammaestramento

Magister

=

Trasmettere maestria, abilità

2. L'**allenamento**: termine prettamente sportivo. Dal latino *lena*: forza, fiato. Sostanzialmente ***dare forza mediante il potenziamento delle doti naturali del soggetto e migliorarle con il graduale aumento della richiesta specifica***, studiando progressione ed esercizi che sviluppino esclusivamente le masse muscolari necessarie all'aumento della risposta. L'obiettivo è ovviamente conseguire il massimo risultato possibile. L'allenamento è, dei tre metodi, il più semplice e meno «colto», giacché si basa essenzialmente sulle doti fisiche proprie del soggetto da allenare e sul loro potenziamento, anche se ci può essere elaborazione intellettuale del metodo, che ovviamente procurerà migliori risultati quanto più sarà adeguato e puntuale.

Allenamento

Lena

=

Forza, fiato

= Aumentare la forza

3. L'**addestramento**: termine di derivazione equestre, *render destro*. Il cavallo, com'è noto, è asimmetrico e prevalentemente sinistrorso. Per il combattimento all'arma bianca era necessario ren-

LA TERMINOLOGIA EQUESTRE

La terminologia è elemento essenziale nella vita; quando è condivisa è il mezzo che consente di comprenderci reciprocamente. L'approssimazione lessicale rende impossibile la comunicazione, induce in errore, crea confusione ed ignoranza.

LA TERMINOLOGIA

se condivisa

- **consente di comprenderci reciprocamente**

L'APPROSSIMAZIONE LESSICALE

- **rende impossibile la comunicazione**
- **induce in errore**
- **crea confusione**
- **sviluppa l'ignoranza**

Nel caso dell'equitazione, gli equivoci che derivano dall'uso improprio dei termini rendono difficile la comprensione dei testi tecnici, già di per sé di ardua consultazione, e possono avere conseguenze negative sul lavoro che effettueremo con il nostro cavallo.

Nel nostro paese l'abbandono delle tecniche di addestramento in maneggio, tanto contrastate da sedicenti «caprilliani», ha prodotto il totale

impoverimento della fraseologia attinente, con frequente alterazione dei significati propri. La comparsa di terminologie autarchiche, lontane o differenti da quelle internazionalmente e storicamente riconosciute, ha contribuito al diffondersi di un'ignoranza che ci costringerà ad un lungo lavoro di recupero e di riqualificazione semantica.

Qui di seguito ripropongo alcune espressioni, cercando, dove esistano differenze tra le varie scuole, di farne i parallelismi. I termini si riferiscono al lavoro di maneggio, anche se per alcuni versi possono riferirsi anche al lavoro in campagna.

Il maneggio

È uno spazio di lavoro coperto delimitato da una cavallerizza. Deve essere rettangolare con misure ottimali che non superino i 20 x 60 m e non deve essere inferiore a 10 x 30.

Il rettangolo è uno spazio delimitato da una recinzione, le cui misure ottimali sono le medesime del maneggio.

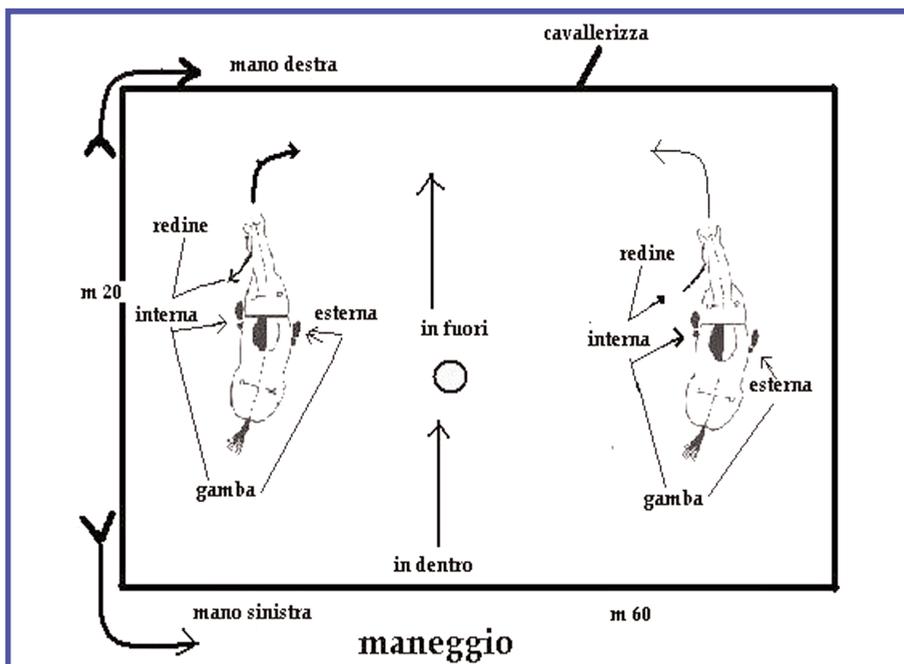


Figura 26

Chi pensa che tali riferimenti possano essere confusi o possano essere considerati sinonimi, non potrà poi spiegare gli aiuti della groppa in fuori a mano sinistra o della spalla in fuori a mano destra. Quale sarà la gamba interna? Mai quella verso l'interno del maneggio!

Flessione del cavallo

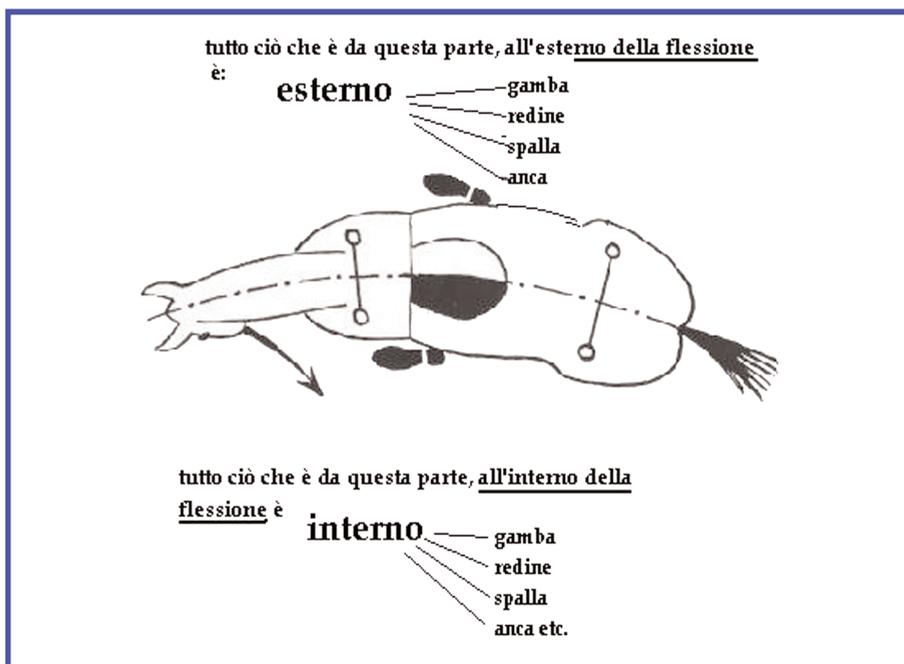


Figura 27

- **Interno:** dalla parte della concavità della flessione costale del cavallo
- **Esterno:** dalla parte della convessità della flessione del cavallo

Questi due termini *non devono essere mai usati in relazione allo spazio del maneggio*, se non si vuole ingenerare nei propri allievi complicazioni di interpretazione quando il lavoro diventerà avanzato.

Indipendentemente dalle correnti di pensiero a cui facciamo riferimento, il cavallo si muove, per costituzione fisica, con una flessione più o meno pronunciata, con un fianco leggermente concavo ed uno leggermen-

Contro-lezioni

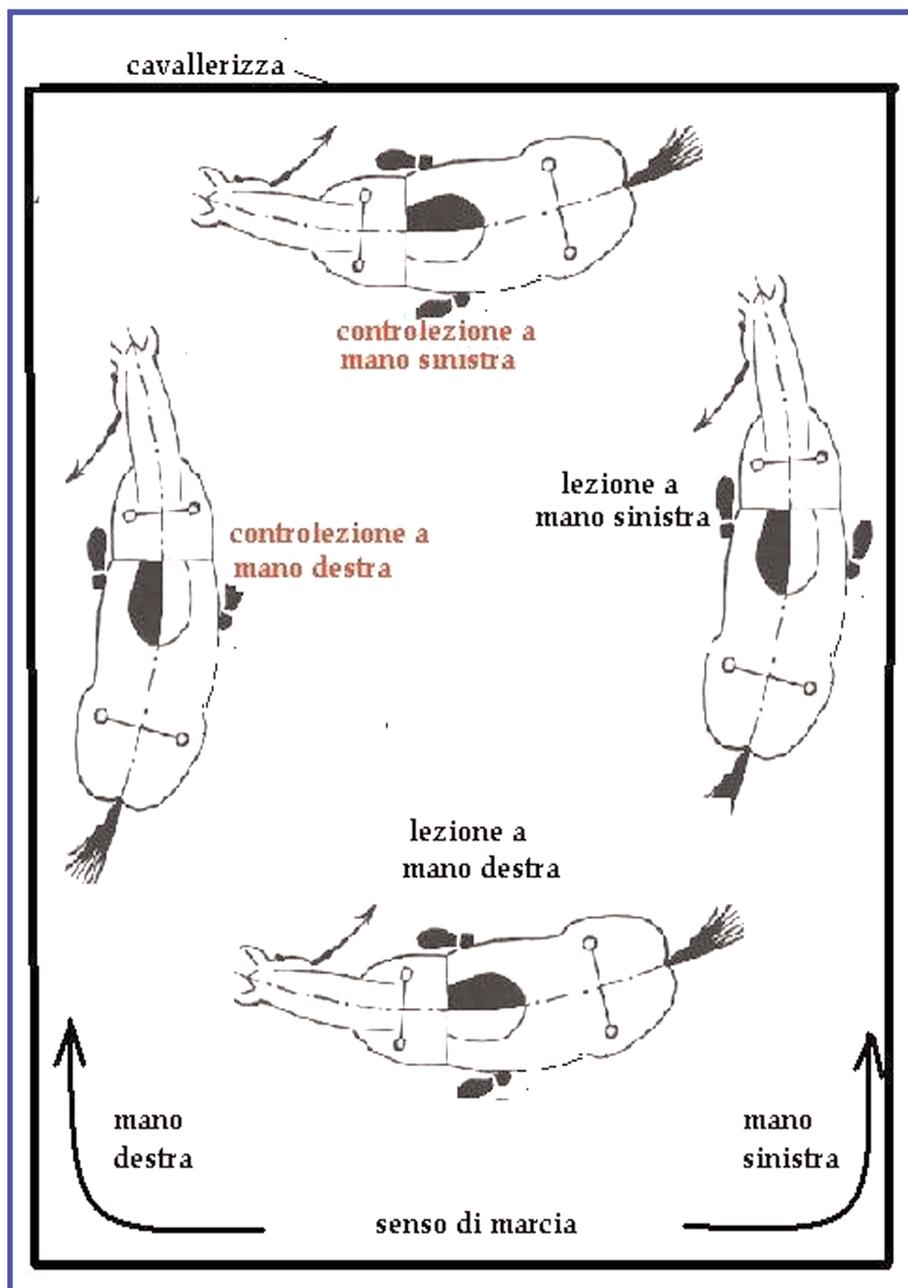


Figura 28

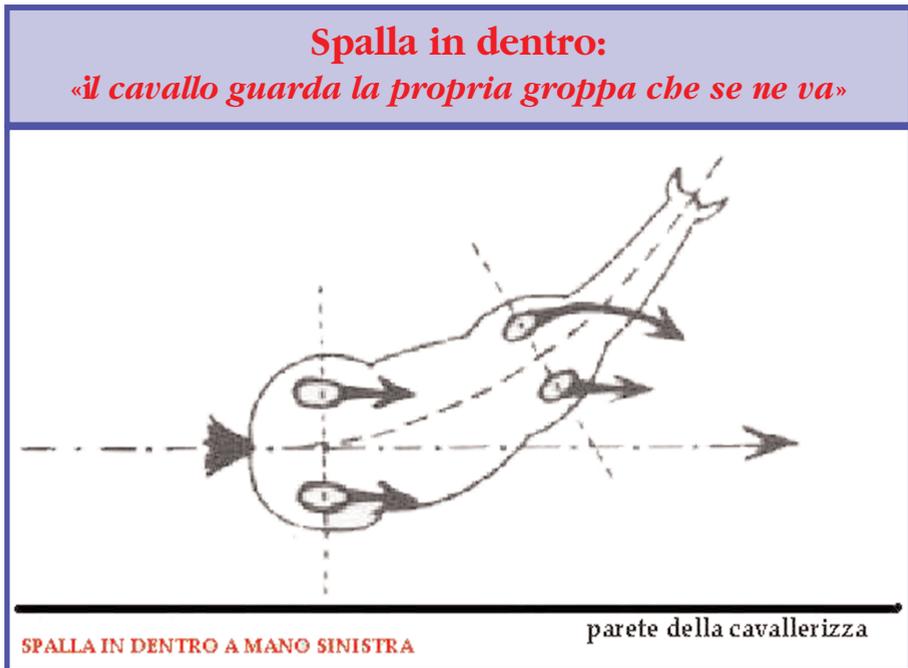


Figura 29

Il bipede laterale interno sopravanza il laterale esterno, in particolare: l'anteriore interno **scavalca** l'esterno, mentre i posteriori lavorano su piste parallele.

Col costato modicamente concavo, il cavallo procede verso il proprio lato convesso.

Funzione: aumenta la flessibilità del costato e **l'impegno e la forza del posteriore interno**, con conseguente sviluppo della motricità e delle masse muscolari di sostegno del posteriore interno. Aiuta a sviluppare la riunione.

FUNZIONE

- **aumenta la flessibilità del costato**
- **aumenta l'impegno e la forza del posteriore interno**

Nella gropa in dentro l'angolazione è inferiore, quindi mentre il bipede laterale esterno sopravanza quello interno, solo il posteriore esterno in realtà scavalca francamente quello interno; **nell'appoggiata** invece, aumentando l'angolo, **si ottiene anche lo scavalcamento da parte dell'anteriore esterno**.

FUNZIONE

- **scavalcamento del bipede laterale interno da parte del bipede laterale esterno**
- **potenziamento degli adduttori e abduttori**

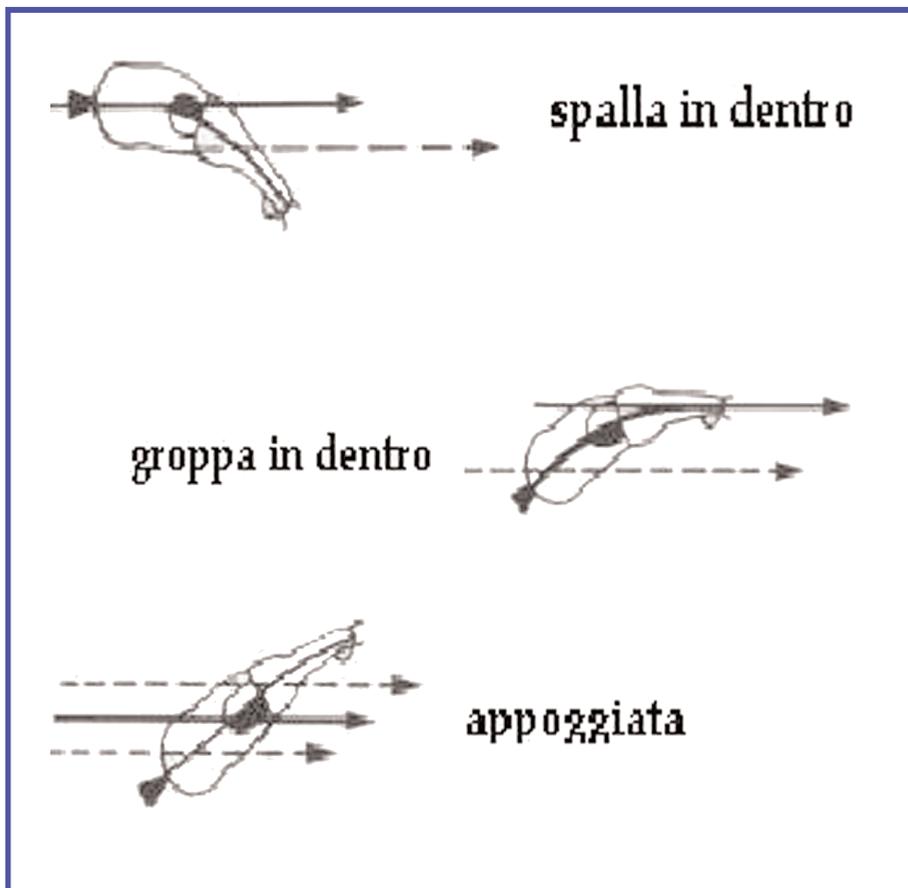


Figura 35

Lavoro in campagna

Alcuni cavalieri, abituati ad usare il cavallo solo in campagna, ritengono che la terminologia precedentemente analizzata non abbia per loro alcun valore.

I cavalli che usano, però, hanno gli stessi problemi che presentano quelli che lavorano nei maneggi; così, a meno che non siano cavalli particolarmente addestrati, gli uni come gli altri hanno una flessione laterale. La maggior parte sono sinistrorsi.

Trottando su un sentiero diritto, ai cavalieri poco esperti sfugge la differenza di andatura alle due mani, perché il cavallo induce il proprio cavaliere a trottare sempre sullo stesso diagonale, quello che gli è più confacente. Questa prevalenza aggrava l'asimmetria della muscolatura del cavallo e logora di conseguenza le articolazioni della parte più sovraccaricata, dove, in seguito, insorgeranno più frequentemente le patologie.

I cavalieri più esperti, invece, anche su percorso rettilineo, riconoscono la flessione laterale con cui stanno facendo lavorare il cavallo, la modificano frequentemente, insistendo sulla flessione meno gradita, per sviluppare le masse muscolari in modo simmetrico. Solo in questo caso il lavoro del cavallo in campagna è corretto e utile al suo fisico.

Ne consegue che anche lavorando in campagna dobbiamo avere riferimenti.

Il più corretto fa capo alla flessione del cavallo, ne risulta che si deve parlare di gamba interna ed esterna, relative a questa, esattamente come in maneggio. Di conseguenza il cavaliere trotta a mano destra se, con la flessione a destra, si solleva sul diagonale sinistro e viceversa trotterà a mano sinistra, se mantenendo una flessione a sinistra, si solleva sul diagonale destro.

Fare riferimento solo al bipede diagonale può far cadere in un errore indotto dal cavallo medesimo, errore complicato da spiegare, ma che tende sempre ad aggravare la situazione naturale. Per esempio: un comune cavallo sinistrorso, quindi coricato tendenzialmente sul lato sinistro, quando il cavaliere trotta sul diagonale destro (posteriore sinistro – anteriore destro), aiuta la naturale flessione a sinistra e quindi, grazie a questa, aiuta il posteriore sinistro ad ingaggiarsi; ma quando il cavaliere trotta sul diagonale sinistro la flessione può rimanere quella naturale, come nella maggior parte dei casi, e quindi la spinta determinata dal tempo di sollevamento del cavaliere non induce il posteriore destro ad impegnarsi sotto la massa, perché la flessione è contraria, e quindi lo spinge ad uscire dalla massa, sovraccaricando ancora una volta l'anteriore sinistro. Per questi motivi anche un cavaliere di campagna dovrebbe affrontare un iter di istruzione in maneggio, se ha a cuore l'integrità del proprio cavallo.