



GALOP 1

PARTIE SPECIFIQUE (MODULE 1)

PRATIQUE EQUESTRE (à cheval)

- Se mettre en selle avec l'aide d'un montoir.
- Ressangler en selle avec une aide éventuelle.
- Descendre en autonomie.
- Prendre et ajuster ses rênes. Les tenir correctement. Pouvoir les allonger, les lâcher et les reprendre.
- Chaussier et déchausser ses étriers au pas.
- Être assis dans une bonne posture au pas.
- Rester en équilibre sur ses étriers quelques foulées au pas et au trot.
- Galoper quelques foulées.
- Effectuer des transitions simples et espacées entre l'arrêt, le pas et le trot.
- Diriger au pas.
- Trotter enlevé en rythme sur un tracé simple.

Réaliser un parcours type Galop® 1

S'OCCUPER DU CHEVAL

- Desseller, enlever le filet, laver le mors et ranger le matériel dans la sellerie.
- Amener sa monture en filet en main sur le terrain.

CONNAISSANCES GENERALES

- Citer les règles élémentaires de sécurité à mettre en pratique à cheval.
- Nommer les principales parties de la selle.
- Nommer les principales parties du filet

PARTIE COMMUNE (MODULE 2)

PRATIQUE EQUESTRE (à pied)

- Se positionner à côté de son cheval ou de son poney.
- Mener en main au pas sur un tracé simple et connu alternant lignes droites et courbes des deux côtés.
- S'arrêter.
- Éloigner son cheval ou son poney de soi.

Nom:

Prénom:

S'OCCUPER DU CHEVAL

- Observer le poney ou le cheval et son comportement.
- S'occuper du cheval avant et après l'avoir monté ou attelé.
- Capter l'attention du cheval ou du poney au box et à l'attache.
- Aborder le cheval ou le poney au box et à l'attache, changer de côté en sécurité.
- Le caresser.
- L'éloigner de soi.
- Mettre un licol.
- Utiliser une brosse sur l'ensemble de son corps et une étrille.
- Laver le mors et ranger le matériel dans la sellerie.
- Reproduire un nœud d'attache.

PARTIE COMMUNE (MODULE 3)

CONNAISSANCES

CONNAISSANCES DU CHEVAL

- Être sensibilisé au respect du cheval.
- Expliquer les caractéristiques principales du comportement du cheval.
- Identifier les expressions et postures principales du cheval et ce qu'elles expriment.
- Nommer les parties du licol.
- Reconnaître et nommer les trois allures : le pas, le trot et le galop.
- Reconnaître et nommer les 3 robes de base : le noir, l'alezan et le bai.
- Nommer et montrer les principales parties extérieures du cheval.
- Définir les aides naturelles et artificielles.

CONNAISSANCES GENERALES

- Citer les règles élémentaires de sécurité à mettre en pratique à pied.
- Se repérer et connaître les principaux espaces de son club.
- Expliquer ce qu'est son club, sa licence et sa fédération.
- Comprendre le vocabulaire spécifique du Guide fédéral de préparation au Galop® 1.