



# GALOP 3

## **PARTIE SPECIFIQUE ( MODULE 1 )**

### **PRATIQUE EQUESTRE ( à cheval )**

- Trotter enlevé sur un diagonal défini et en changer à volonté.
- Déchausser et rechausser ses étriers au trot et au galop.
- Être stable en équilibre sur ses étriers au trot.
- Maintenir son équilibre sur ses étriers au pas et au galop.
- Être assis au trot et au galop en cherchant à conserver une bonne posture.
- Changer d'allure sur des transitions simples en un point précis : arrêt-pas; pas-trot; galop-trot.
- Partir au galop sur le bon pied du pas ou du trot sur une courbe.
- Accélérer et ralentir aux trois allures.
- Obtenir une vitesse adaptée dans chaque allure.
- Diriger au trot sur un tracé précis comprenant des courbes serrées et au galop sur un tracé défini.
- Sauter un obstacle isolé de 60 cm environ en contrôlant l'allure et la direction à l'abord et à la réception.
- Enchaîner des obstacles isolés de 50 cm environ sur un tracé simple.
- Sauter sur la piste des dispositifs simples d'obstacles rapprochés d'environ 60cm ds une bonne posture.
- Aller en extérieur et en terrain varié.

**Réaliser un parcours type Galop® 3**

### **S'OCCUPER DU CHEVAL**

- Ajuster le harnachement.
- Démonter, remonter et entretenir un filet.

### **CONNAISSANCES GENERALES**

- Expliquer les aides pour tourner
- Expliquer comment partir au galop par aides diagonales.
- Expliquer les conditions élémentaires du bon abord d'un obstacle: tracé, vitesse, équilibre.
- Dessiner sur un papier et nommer la demi- volte et la demi-volte renversée.
- Décrire la posture du cavalier assis et expliquer l'assiette.
- Expliquer la raison du changement de diagonal au trot enlevé.

## **PARTIE COMMUNE ( MODULE 2 )**

### **PRATIQUE EQUESTRE ( à pied )**

- Mener son cheval ou son poney en main en enchaînant des courbes serrées au pas des deux cotés.
- Reculer avec lui droit sur quelques foulées.
- Déplacer ses épaules ou ses hanches sur plusieurs pas.

Nom:

Prénom:

### **S'OCCUPER DU CHEVAL**

- Effectuer un pansage complet de son cheval ou de son poney.
- Curer les pieds postérieurs.
- Doucher les membres.
- Graisser les pieds.
- Entretenir la litière.
- Entretenir l'abreuvoir ou le lieu d'abreuvement.

## **PARTIE COMMUNE ( MODULE 3 )**

### **CONNAISSANCES**

#### CONNAISSANCES DU CHEVAL

- Expliquer la répartition des activités du cheval à l'état naturel.
- Expliquer ce que sont: le troupeau, la hiérarchie, la dominance, les affinités, l'instinct grégaire et leurs conséquences
- Expliquer les différentes litières.
- Nommer et situer les parties extérieures du cheval.
- Nommer et situer les parties du sabot.
- Expliquer le rôle de l'entretien des pieds et de la ferrure.
- Expliquer le mécanisme du pas et du trot.
- Reconnaître et nommer les différentes marques blanches : liste, en tête, balzane.
- Reconnaître et nommer les différents épis: de tête, de crinière.
- Reconnaître, nommer et décrire :
  - les déclinaisons du bai : isabelle et souris,
  - les déclinaisons de l'alezan : alezan brûlé, café au lait, palomino
- Nommer et reconnaître 3 races de poneys et 3 races de chevaux minimum.

#### CONNAISSANCES GENERALES

- Expliquer l'action des aides : agir, résister, céder.
- Identifier quelques disciplines équestres sportives et leurs caractéristiques, dont celles pratiquées dans son club.