

PROGRAMME OFFICIEL DU GALOP® 1

DEVENIR CAVALIER

Programme applicable au 1^{er} septembre 2012.

Le Galop® 1 se compose de la partie spécifique du Galop® 1 de cavalier, plus la partie commune à tous les Galops® 1

Les parties communes à tous les types de Galops® sont identifiées : • pour le module commun A et ► pour le module commun B.

Les parties spécifiques aux Galops de Cavalier sont identifiées avec ❖.

Dans le respect de la charte du cavalier de la FFE :

- Découvrir le poney ou le cheval et l'équitation.
- Côtoyer son poney ou son cheval à pied et au box.
- A pied : mener son cheval ou son poney sur un itinéraire simple et connu.
- En selle : marcher au pas, s'arrêter et diriger au pas, trotter enlevé en rythme sur un tracé simple, galoper quelques foulées.

CONNAISSANCES GÉNÉRALES	S'OCCUPER DU CHEVAL
<ul style="list-style-type: none"> ❖ 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. ► 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. ► Nommer les parties du licol. 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Desseller, enlever le filet, laver le mors et ranger le matériel dans la sellerie. ❖ Amener sa monture en filet en main sur le terrain. • Observer le poney ou le cheval et son comportement. • S'en occuper 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. • Mettre un licol. • Utiliser une brosse sur l'ensemble de son corps et passer une étrille. • Reproduire un nœud d'attache.
CONNAISSANCE DU CHEVAL	PRATIQUE ÉQUESTRE À PIED
<ul style="list-style-type: none"> ► 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. ► 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. 	<ul style="list-style-type: none"> • 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.
PRATIQUE ÉQUESTRE À CHEVAL	
<ul style="list-style-type: none"> ❖ Se mettre en selle avec l'aide d'un moniteur. ❖ 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. ❖ Chausser et déchausser ses étriers au pas. ❖ Être assis dans une bonne posture au pas. 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ 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. <p>➔ Réaliser un parcours type Galop® 1.</p>