

GALOP 1

Connaissances

Citer les règles élémentaires de sécurité à mettre en pratique à pied.

Identifier les expressions et postures principales du cheval et ce qu'elles expriment.

Nommer les parties du licol, les principales parties de la selle, les principales parties du filet.

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.

Se repérer et connaître les principaux espaces de son club.

Être sensibilisé au respect du cheval.

Savoir faire

Aborder le cheval ou le poney au box et à l'attache, changer de côté en sécurité.

Mettre un licol.

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'occuper du cheval avant et après l'avoir monté ou attelé.

Utiliser une étrille et une brosse sur l'ensemble de son corps.

Reproduire un nœud d'attache.

Se mettre en selle avec l'aide d'un montoir et descendre en autonomie.

Ressangler en selle avec une aide éventuelle.

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.

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.