

**PROGRAMME OFFICIEL DU GALOP® 1**  
**DEVENIR CAVALIER**

*Programme applicable au 1<sup>er</sup> 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.
- Côtayer 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"> <li>❖ Citer les règles élémentaires de sécurité à mettre en pratique à cheval.</li> <li>❖ Nommer les principales parties de la selle.</li> <li>❖ Nommer les principales parties du filet.</li>   <li>▶ Citer les règles élémentaires de sécurité à mettre en pratique à pied.</li> <li>▶ Se repérer et connaître les principaux espaces de son club.</li> <li>▶ Expliquer ce qu'est son club, sa licence et sa fédération.</li> <li>▶ Comprendre le vocabulaire spécifique du <b>Guide fédéral de préparation au Galop® 1</b>.</li> <li>▶ Nommer les parties du licol.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Desseller, enlever le filet, laver le mors et ranger le matériel dans la sellerie.</li> <li>❖ Amener sa monture en filet en main sur le terrain. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Observer le poney ou le cheval et son comportement.</li> <li>• S'en occuper avant et après l'avoir monté ou attelé.</li> <li>• Capter l'attention du cheval ou du poney au boxe et à l'attache.</li> </ul> </li> <li>• Aborder le cheval ou le poney au box et à l'attache, changer de côté en sécurité.</li> <li>• Le caresser.</li> <li>• Mettre un licol.</li> <li>• Utiliser une brosse sur l'ensemble de son corps et passer une étrille.</li> <li>• Reproduire un nœud d'attache.</li> </ul>

CONNAISSANCE DU CHEVAL	PRATIQUE ÉQUESTRE À PIED
<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Etre sensibilisé au respect du cheval.</li> <li>▶ Expliquer les caractéristiques principales du comportement du cheval.</li> <li>▶ Identifier les expressions et postures principales du cheval et ce qu'elles expriment.</li> <li>▶ Reconnaître et nommer les trois allures : le pas, le trot et le galop.</li> <li>▶ Reconnaître et nommer les 3 robes de base : le noir, l'alezan et le bai.</li> <li>▶ Nommer et montrer les principales parties extérieures du cheval.</li> <li>▶ Définir les aides naturelles et artificielles.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se positionner à côté de son cheval ou de son poney.</li> <li>• Mener en main au pas sur un tracé simple et connu alternant lignes droites et courbes des deux côtés.</li> <li>• S'arrêter.</li> <li>• Éloigner son cheval ou son poney de soi.</li> </ul>

PRATIQUE ÉQUESTRE À CHEVAL	
<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Se mettre en selle avec l'aide d'un montoir.</li> <li>❖ Ressangler en selle avec une aide éventuelle.</li> <li>❖ Descendre en autonomie.</li> <li>❖ Prendre et ajuster ses rênes. Les tenir correctement.</li> <li>❖ Pouvoir les allonger, les lâcher et les reprendre.</li> <li>❖ Chausser et déchausser ses étriers au pas.</li> <li>❖ Être assis dans une bonne posture au pas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Rester en équilibre sur ses étriers quelques foulées au pas et au trot.</li> <li>❖ Galoper quelques foulées.</li> <li>❖ Effectuer des transitions simples et espacées entre l'arrêt, le pas et le trot.</li> <li>❖ Diriger au pas.</li> <li>❖ Trotter enlevé en rythme sur un tracé simple.</li> </ul> <p style="text-align: center;">➔ <b>Réaliser un parcours type Galop® 1.</b></p>