PROGRAMME GALOP 1

📖 Connaissances générales

- ⬜ Connaître les règles de sécurité à pied et à cheval
- ⬜ Expliquer ce qu'est un centre équestre et connaître ses principaux espaces
- ⬜ Connaître le rôle de la Fédération Française d'Équitation (FFE) et de la licence
- ⬜ Connaître le vocabulaire du Galop 1

🐴 Connaissance du cheval

- ⬜ Comprendre l'importance du respect du cheval
- ⬜ Expliquer les caractéristiques du comportement du cheval
- ⬜ Reconnaître les attitudes du cheval et comprendre leur sens
- ⬜ Reconnaître et nommer les 3 allures du cheval : pas, trot, galop
- ⬜ Reconnaître et nommer les 3 robes de base du cheval : noir, alezan, bai
- ⬜ Nommer et situer les principales parties du corps du cheval

🫧 S'occuper du cheval

- ⬜ Observer le cheval et son comportement
- ⬜ Aborder le cheval et changer de côté en sécurité
- ⬜ Nommer et utiliser une étrille et une brosse
- ⬜ Nommer les parties du licol
- ⬜ Mettre un licol
- ⬜ Reproduire un nœud d'attache
- ⬜ Nommer les parties du filet
- ⬜ Nommer les parties de la selle
- ⬜ Desseller, enlever le filet, laver le mors et ranger le matériel dans la sellerie

🐎 Pratique à pied

- ⬜ Se placer correctement à côté du cheval
- ⬜ Mener le cheval en main
- ⬜ Amener le cheval dans le manège
- ⬜ Éloigner le cheval de soi

🏇 Pratique à cheval

- ⬜ Monter à cheval avec un montoir
- ⬜ Ressangler en selle, avec une aide si nécessaire
- ⬜ Tenir ses rênes : les prendre, les ajuster, les rallonger, les lâcher et les reprendre
- ⬜ Chausser et déchausser ses étriers au pas
- ⬜ Être assis dans une bonne position au pas
- ⬜ Diriger le cheval au pas
- ⬜ Rester en équilibre sur ses étriers quelques foulées au pas et au trot
- ⬜ Trotter enlevé en rythme
- ⬜ Galoper quelques foulées
- ⬜ Faire des transitions simples entre l'arrêt, le pas et le trot
- ⬜ Descendre seul de cheval
- ⬜ Définir les aides naturelles et les aides artificielles

🏆 Évaluation /35

✨ **À toi de jouer !**
Révise en t'amusant avec les quiz du Galop 1 sur Petit Galop !