

Galop 1

La découverte du cheval et de l'équitation

Écouter et découvrir le cheval



Connaissances générales

- ▶ Citer les règles principales de sécurité à mettre en pratique à pied 14
- ▶ Citer les règles principales de sécurité à mettre en pratique à cheval 15
- ▶ Se repérer et connaître les principaux espaces de son club 16
- ▶ Expliquer ce que sont son club, sa licence et sa Fédération 17
- ▶ Nommer les parties du licol 18
- ▶ Nommer les parties de la selle 18
- ▶ Nommer les parties du filet 19
- ▶ Nommer les parties de la sangle 19

Connaissance du cheval

- ▶ Être sensibilisé au respect du cheval 20
- ▶ Expliquer les caractéristiques principales du comportement du cheval 21
- ▶ Identifier les expressions et les postures principales du cheval et les comprendre 24
- ▶ Reconnaître et nommer les trois allures: le pas, le trot et le galop 26
- ▶ Reconnaître et nommer les trois robes de base: le noir, l'alezan et le bai 27
- ▶ Nommer et montrer les principales parties extérieures du cheval 28
- ▶ Définir les aides naturelles et artificielles 30

S'occuper du cheval

- ▶ Observer le poney ou le cheval et son comportement 31
- ▶ S'occuper du cheval ou du poney avant et après l'avoir monté ou attelé 32
- ▶ Capturer l'attention et aborder le cheval ou le poney au box et à l'attache 33
- ▶ Changer de côté en sécurité 33
- ▶ Caresser le cheval sur toutes les parties du corps 34
- ▶ Mettre un licol 34
- ▶ Utiliser une étrille, un bouchon et une brosse sur l'ensemble de son corps 35
- ▶ Reproduire un nœud d'attache 36
- ▶ Desseller, enlever le filet, laver le mors et ranger le matériel dans la sellerie 37
- ▶ Amener sa monture en licol, puis en filet en main sur le terrain 38

Pratique équestre à pied

- ▶ Faire respecter son espace personnel, se positionner à côté de son cheval ou de son poney en main 39
- ▶ Obtenir l'immobilité hors de votre espace 40
- ▶ Mener au pas sur un tracé simple et connu, alternant lignes droites et courbes des deux côtés 40
- ▶ S'arrêter, éloigner son cheval de soi 41

Pratique équestre à cheval

- ▶ Se mettre en selle avec l'aide d'un montoir et rester immobile 42
- ▶ Ressangler en selle avec une aide éventuelle 43

▶ Descendre seul	44
▶ Prendre et ajuster ses rênes, les tenir correctement, pouvoir les allonger, les lâcher et les reprendre	44
▶ Chaussé et déchaussé ses étriers quelques foulées au pas et au trot	45
▶ Galoper quelques foulées	46
▶ Effectuer des transitions simples et espacées entre l'arrêt, le pas et le trot	48
▶ Diriger au pas	48
▶ Trotter enlevé en rythme sur un tracé simple	49

Évaluez vos connaissances

50

Galop 2

La recherche d'une complicité mutuelle

Bouger avec le cheval



Connaissances générales

▶ Reconnaître et nommer l'étrille, le bouchon, la brosse douce, le peigne et le cure-pied	54
▶ Citer les règles de circulation à mettre en pratique dans un manège ou une carrière	55
▶ Dessiner sur un papier et nommer les figures de manège usuelles : cercle, volte, diagonale, doubler	56
▶ Caractériser les différents types de logements des chevaux : pré, paddock, stabulation, box, stalle	58
▶ Identifier les principales activités équestres de la FFE et celles proposées par son club	62
▶ Expliquer les aides pour avancer et leur graduation	63

Connaissance du cheval

▶ Nommer et reconnaître les robes unies : le blanc, le gris, le crème, le chocolat	64
▶ Nommer et reconnaître les robes à taches	65
▶ Décrire et montrer les parties principales des membres : genou, jarret, canon, boulet, paturon, couronne, sabot	66
▶ Nommer et reconnaître trois races de chevaux ou de poneys présentes dans son club	66
▶ Décrire les caractéristiques principales des cinq sens du cheval ou du poney	67
▶ Décrire les comportements des chevaux entre eux	68
▶ Décrire leur comportement alimentaire	68
▶ Décrire la bouche du cheval et comment il s'alimente	69
▶ Reconnaître les aliments de base suivants : herbe, foin, paille, céréales, granulés	70
▶ Connaître les besoins en eau et les modes d'abreuvement des chevaux	71

S'occuper du cheval

▶ Observer les comportements des chevaux ou des poneys entre eux	72
▶ Aborder un cheval ou un poney en stabulation, au paddock ou au pré	72
▶ Faire un pansage en utilisant l'étrille, la brosse douce et le bouchon	73
▶ Curer les pieds antérieurs, prendre un postérieur	74
▶ Mettre un filet	75
▶ Seller	76

▸ Entretien la selle.	77
▸ Lâcher le cheval ou le poney dans son box, son pré ou dans la stabulation	78
▸ Distribuer les aliments.	78

Pratique équestre à pied

▸ Faire reculer son cheval ou son poney de deux pas au minimum.	79
▸ Mener le cheval ou le poney en main sur un tracé précis alternant des lignes droites et des courbes des deux côtés	80
▸ Mener le cheval ou le poney en main au trot sur quelques foulées	81
▸ Déplacer les hanches du cheval ou du poney d'un pas au minimum, à partir de l'arrêt.	81
▸ Déplacer les épaules du cheval ou du poney d'un pas au minimum, à partir de l'arrêt	82
▸ Déplacer la tête du cheval ou du poney à droite et à gauche, en haut et en bas	83
▸ Baisser la tête du cheval en utilisant la longe	84

Pratique équestre à cheval

▸ Se mettre seul en selle	86
▸ Régler seul ses étriers à pied et à cheval.	86
▸ Mettre en pratique les règles de circulation.	88
▸ Lâcher ses rênes, les reprendre et les ajuster au trot enlevé	88
▸ Trotter assis en cherchant une bonne posture.	89
▸ Galoper assis en cherchant une bonne posture	90
▸ Alternner l'équilibre assis et sur les étriers au pas, au trot et au galop.	90
▸ Changer d'allure sur des transitions simples et progressives : arrêt/pas, pas/trot, trot/galop.	91
▸ Partir au galop et maintenir l'allure.	91
▸ Diriger au pas et au trot sur un tracé défini incluant cercle, volte, diagonale et doubler	92
▸ Sauter un petit obstacle sur la piste au trot et au galop.	93

Évaluez vos connaissances

94

Galop 3

Le contrôle du cheval *Agir sur le cheval*



Connaissances générales

▸ Expliquer l'action des aides : agir, résister, céder.	98
▸ Identifier quelques disciplines équestres sportives et leurs caractéristiques, dont celles pratiquées dans son club.	98
▸ Expliquer les aides pour tourner.	100
▸ Expliquer comment partir au galop par aides diagonales.	100
▸ Expliquer les conditions élémentaires du bon abord d'un obstacle : tracé, vitesse, équilibre.	101
▸ Dessiner sur un papier et nommer la demi-volte et la demi-volte renversée	102
▸ Décrire la posture du cavalier assis et expliquer l'assiette.	102
▸ Expliquer la raison du changement de diagonal au trot enlevé	103

Connaissance du cheval

- Expliquer la répartition des activités du cheval à l'état naturel 104
- Expliquer ce que sont le troupeau, la hiérarchie, la dominance, les affinités, l'instinct grégaire et leurs conséquences 104
- Expliquer les différentes litières 105
- Nommer et situer les parties extérieures du cheval 106
- Nommer et situer les parties du sabot 108
- Expliquer le rôle de l'entretien des pieds et de la ferrure 108
- Expliquer le mécanisme du pas et du trot 110
- Reconnaître et nommer les différentes marques blanches 112
- Reconnaître et nommer les différents épis 114
- Reconnaître, nommer et décrire les déclinaisons du bai et de l'alezan 115

S'occuper du cheval

- Effectuer un pansage complet de son cheval ou de son poney 116
- Curer les pieds postérieurs 116
- Graisser les pieds 116
- Doucher les membres 117
- Entretenir la litière 120
- Entretenir l'abreuvoir ou le lieu d'abreuvement 120
- Ajuster le harnachement 121
- Démonter, remonter et entretenir un filet 123

Pratique équestre à pied

- Mener son cheval ou son poney en main en enchaînant des courbes serrées au pas des deux côtés 124
- Reculer droit avec le cheval ou le poney sur quelques foulées 125
- Déplacer les épaules ou les hanches du cheval ou du poney sur plusieurs pas 125
- Déplacer l'arrière-main et l'avant-main sans utiliser le stick 127

Pratique équestre à cheval

- Trotter enlevé sur un diagonal défini et en changer à volonté 128
- Déchausser et rechausser ses étriers au trot et au galop 129
- Être stable en équilibre sur ses étriers au trot 129
- Maintenir son équilibre sur ses étriers au pas et au galop 132
- Être assis au trot et au galop en cherchant à conserver une bonne posture 133
- Obtenir une vitesse adaptée dans chaque allure 134
- Accélérer et ralentir aux trois allures 134
- Changer d'allure sur des transitions simples en un point précis: arrêt/pas, pas/trot, galop/trot 134
- Partir au galop sur le bon pied du pas ou du trot sur une courbe 136
- Diriger au trot sur un tracé précis comprenant des courbes serrées et au galop sur un tracé défini 137
- Sauter un obstacle isolé de 60 cm environ en contrôlant l'allure et la direction à l'abord et à la réception 137
- Enchaîner des obstacles isolés de 50 cm environ sur un tracé simple 138
- Sauter sur la piste des dispositifs simples d'obstacles rapprochés d'environ 60 cm dans une bonne posture 138
- Aller en extérieur et en terrain varié 139

La gestion élémentaire de son cheval en autonomie

Penser cheval



Connaissances générales

- Expliquer l'accord des aides 146
- Expliquer les règles de sécurité à appliquer en aire de travail et à l'extérieur..... 146
- Expliquer ce que sont le pli et l'incurvation 147
- Décrire la posture du cavalier à cheval à l'obstacle..... 148
- Nommer et reconnaître les mors de filet usuels..... 150

Connaissance du cheval

- Expliquer les conséquences de la vie domestique sur le cheval ou le poney 151
- Procéder à une identification de base : déterminer sur un cheval ou un poney son sexe, sa robe, ses marques, ses épis 152
- Nommer les différentes parties du livret signalétique : carte d'identité, carnet de santé..... 152
- Citer et expliquer les soins périodiques obligatoires (vaccination) et recommandés (vermifugation, soins dentaires)..... 153
- Citer les principales normes physiologiques du cheval : température, rythme cardiaque 154
- Identifier les signes de maladie : prostration, agitation, comportement inhabituel, inappétence, jetage, etc 155
- Expliquer le mécanisme du galop à droite et à gauche, et les reconnaître. 156
- Décrire les besoins du cheval en fourrages, concentrés et minéraux 158
- Reconnaître les grandes familles d'aliments à distribuer : fourrages, concentrés et compléments minéraux 158
- Reconnaître les principaux aliments à éviter : les végétaux toxiques et les contaminants alimentaires 158

S'occuper du cheval

- Mettre et enlever des protections de travail : protège-boulets, guêtres et cloches. 159
- Mettre et enlever des protections de transport 160
- Inspecter et soigner les membres avant et après le travail 160

Pratique équestre à pied

- Marcher en main quelques foulées en conservant un contact moelleux et permanent sur les deux rênes 161
- Trotter en main sur des lignes droites et des courbes larges 161
- Faire reculer son cheval ou son poney tout en restant à distance 162
- Faire venir le cheval vers soi 162
- Obtenir une flexion latérale de l'encolure des deux côtés 162
- Obtenir une flexion latérale du côté opposé 164
- Obtenir une flexion avec deux rênes..... 164
- Franchir des embûches simples au pas : flaques, bâches, plans inclinés, pont de van ou de camion..... 165

Pratique équestre à cheval

- Trotter enlevé dans une bonne posture lors de changements de direction ou d'amplitude. . . 169
- Être stable en équilibre sur ses étriers au galop et sur des dispositifs de sauts rapprochés à environ 80 cm 169

▶ Trotter, galoper et enchaîner des mouvements simples, assis dans une bonne posture	169
▶ Prendre et conserver un contact permanent et moelleux avec la bouche de son cheval ou de son poney aux trois allures	170
▶ Pouvoir, à volonté, évoluer sans contact avec la bouche de son cheval ou de son poney aux trois allures	171
▶ Partir au galop du pas sur le bon pied en ligne droite	171
▶ Varier la vitesse (l'amplitude) au trot enlevé et au galop	172
▶ Maintenir une vitesse régulière sur un enchaînement de courbes et lignes droites au galop	172
▶ Diriger sur des courbes aux trois allures avec un pli interne	173
▶ Déplacer les épaules de son cheval d'un quart de tour au pas	176
▶ Déplacer les hanches de son cheval d'un quart de tour au pas	176
▶ Contrôler l'allure, la vitesse et la direction sur un enchaînement de sauts isolés à environ 70 cm	177
▶ Contrôler l'allure, la vitesse et la direction en terrain varié	177
▶ Réaliser une reprise combinée ou une reprise de dressage et un parcours de CSO de niveau Club 4 ou de Hunter Galop 4 ou épreuve Poney équivalente	178
▶ Effectuer une sortie en extérieur aux trois allures	179