

Galop 3 : Conduite, contrôle et saut

Pratique équestre à pied

- Mener son cheval en main en enchaînant des courbes serrées au pas des deux cotés.
- Reculer avec lui droit sur quelques foulées.
- Déplacer ses épaules ou ses hanches sur plusieurs pas

Pratique équestre à cheval

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

Soins

- Ajuster le harnachement.
- Démonter, remonter et entretenir un filet.
- Effectuer un pansage complet de son cheval ou de son poney.
- Doucher les membres et graisser les pieds.

Connaissances

- Expliquer les aides pour tourner et celle du départ au galop
- Expliquer les conditions élémentaires du bon abord d'un obstacle: tracé, vitesse, équilibre.
- Dessiner sur un papier et nommer la demi- volte et la demi-volte renversée.
- Décrire la posture du cavalier assis et expliquer l'assiette.
- Expliquer la raison du changement de diagonal au trot enlevé.
- Expliquer l'action des aides : agir, résister, céder.
- Identifier quelques disciplines équestres sportives et leurs caractéristiques
- Expliquer la répartition des activités du cheval à l'état naturel.
- Définir : troupeau, hiérarchie, dominance, affinités, instinct grégaire et leurs conséquences.
- Nommer et situer les parties extérieures du cheval et du sabot.
- Expliquer le rôle de l'entretien des pieds et de la ferrure.
- Expliquer le mécanisme du pas et du trot.
- Reconnaître et nommer les différentes marques blanches : liste, en tête, balzane.
- Reconnaître et nommer les différents épis : de tête, de crinière.
- Reconnaître, nommer et décrire : les déclinaisons du bai : isabelle et souris, les déclinaisons de l'alezan : brûlé, café au lait, palomino.
- Nommer et reconnaître 3 races de poneys et 3 races de chevaux minimum.