

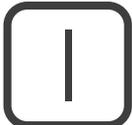
Referenciais de FORMAÇÃO EQUITAÇÃO GERAL

Grau 

Ajudante de Monitor



Referenciais de FORMAÇÃO EQUITACÃO GERAL

Grau 

Ajudante de Monitor



Edição: Instituto Português do Desporto e Juventude, I.P.
Conteúdos: Federação Equestre Portuguesa
Data: Dezembro'13

Linguagem inclusiva: Por economia de espaço e simplificação da leitura, este documento não faz recurso a uma referência explícita a ambos os sexos através da marcação sistemática e simétrica do género gramatical, pelo que o uso da forma masculina refere-se invariavelmente também à forma feminina.

Notas úteis: Se já efetuou o carregamento deste documento há algum tempo, verifique se existe uma versão mais atualizada, confirmando o número na capa (canto superior esquerdo).



Por uma questão ambiental, evite imprimir o documento.



Índice

A. PREÂMBULO	4
B. UNIDADES DE FORMAÇÃO	6
1. TEORIA DE EQUITAÇÃO	8
2. EQUITAÇÃO PRÁTICA	11
3. PEDAGOGIA EQUESTRE	13
4. HIPOLOGIA E NUTRIÇÃO	16
5. MANEIO	18
6. EQUITAÇÃO TERAPÊUTICA	20
7. INTRODUÇÃO AO DESBASTE	22
8. PRÁTICA DE COMPETIÇÃO (PREPARAÇÃO DO EXAME)	24



A. Preâmbulo



Preâmbulo

Os referenciais de formação específica vão caracterizar a segunda componente de formação dos cursos de treinadores, contemplando as unidades de formação e os temas associados às competências do treinador diretamente relacionadas com os aspetos particulares da modalidade desportiva em causa, respeitando, naturalmente, o perfil de treinador estabelecido legalmente para essa qualificação e as necessidades da preparação dos praticantes nas etapas em que ele pode intervir.

Seguindo uma estrutura e uma apresentação idênticas às utilizadas nos referenciais de formação geral, este documento estará na base da homologação dos cursos de treinadores correspondentes, realizados por qualquer entidade formadora devidamente certificada e em condições de organizar este tipo de formação.

A autoria deste documento pertence à Federação com Estatuto de Utilidade Pública Desportiva que regula a modalidade, correspondendo, por isso, à opção por si assumida relativamente às necessidades de formação dos respetivos treinadores.

O Programa Nacional de Formação de Treinadores estabelece, para cada grau, uma carga horária mínima, podendo, cada federação de modalidade chegar a valores superiores, em função das suas próprias características e necessidades.



B.

Unidades de Formação



Unidades de Formação e Cargas Horárias – Equitação Geral Grau I

UNIDADES DE FORMAÇÃO	HORAS
1. TEORIA DE EQUITAÇÃO	8
2. EQUITAÇÃO PRÁTICA	10
3. PEDAGOGIA EQUESTRE	15
4. HIPOLOGIA E NUTRIÇÃO	3
5. MANEIO	1
6. EQUITAÇÃO TERAPÉUTICA	1
7. INTRODUÇÃO AO DESBASTE	2
8. PRÁTICA DE COMPETIÇÃO (PREPARAÇÃO DO EXAME)	7
Total	47



UNIDADE DE FORMAÇÃO/

Teoria de Equitação

GRAU DE FORMAÇÃO_1/

SUBUNIDADES	HORAS	TEÓRICAS/PRÁTICAS (H)
1. TEORIA GERAL DA EQUITAÇÃO	8	8 / 0
Total	8	8 / 0



TEORIA DE EQUITAÇÃO

- 1.1. Modalidades Equestres
 - 1.1.1. Caracterização das várias disciplinas
 - 1.1.2. Regulamentos das disciplinas Olímpicas
- 1.2. História da Equitação
- 1.3. Base do ensino do cavalo, princípios da doutrina equestre, conceitos e métodos:
 - 1.3.1. O que é a doutrina equestre
 - 1.3.2. Os 8 princípios da doutrina equestre
 - 1.3.3. Os 10 conceitos
 - 1.3.4. Os métodos do ensino do cavalo
- 1.4. As bases psicológicas do ensino do cavalo
 - 1.4.1. A inteligência prática dos cavalos versus a inteligência humana
 - 1.4.2. A memória do cavalo e sua importância no seu ensino
 - 1.4.3. O princípio da associação das sensações
 - 1.4.4. Os 2 objetivos do ensino do cavalo (estabelecer uma linguagem e fazer obedecer)
- 1.5. As fases do ensino do cavalo e sua caracterização
- 1.6. As ajudas: Regras gerais do seu emprego e acordo
 - 1.6.1. Ajudas naturais, artificiais e complementares
 - 1.6.2. As mãos, as pernas e o peso do corpo
 - 1.6.3. O acordo de ajudas
- 1.7. Emprego das rédeas simples e seus efeitos
- 1.8. Os andamentos naturais
 - 1.8.1. Características e caracterização dos 3 andamentos do cavalo
 - 1.8.2. O trabalho do cavalo nos 3 andamentos
- 1.9. A «Escala de Treino» – Desenvolvimento das fases de Compreensão e Confiança, da Força Propulsora e de Sustentação (Ritmo, Flexibilidade, Contacto, Impulsão, Retitude e Concentração)
- 1.10. Colocação em sela – Princípios gerais (Posição normal e posição à frente e sua caracterização)
 - 1.10.1. Os reflexos do cavaleiro principiante
 - 1.10.2. A ginástica para melhorar a colocação em sela
- 1.11. O trabalho à guia – Utilização de rédeas auxiliares
- 1.12. A modalidade Equestre
 - 1.12.1. Caracterização das várias disciplinas
 - 1.12.2. Regulamentos das disciplinas Olímpicas

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar e caracterizar os principais conceitos da teoria da Equitação.
- Caracterizar a história da equitação desde a antiguidade até à equitação moderna.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Define, caracteriza e relaciona devidamente os diversos conceitos da teoria da equitação.
- Relaciona as etapas de desenvolvimento da equitação ao longo dos tempos.

Continua>

**COMPETÊNCIAS DE SAÍDA**

- Descrever as bases psicológicas do ensino do cavalo. A importância da memória e saber diferenciar a inteligência prática do instinto animal. O processo de aprendizagem do cavalo, a linguagem e a obediência.
- Identificar os 8 princípios, definir os 10 conceitos e interpretar o que é o método.
- Identificar as 4 fases do ensino do cavalo pela sua ordem de progressão.
- Enunciar e caracterizar as ajudas. Diferenciar as diversas resistências do cavalo (força e peso).
- Diferenciar os tipos de rédeas conforme a sua ação e/ou efeito.
- Descrever e caracterizar a importância do conhecimento da mecânica dos andamentos. Qual a ginástica específica para cada andamento.
- Identificar a escala de treino e, a sequência e interação dos conceitos.
- Enunciar os princípios orientadores. Descreve as duas posições, suas diferenças e para que servem. Reconhece os reflexos do cavaleiro principiante.
- Descrever a forma de usar a guia em segurança.
- Identificar quais as disciplinas olímpicas. Conhece genericamente os seus regulamentos e a forma como estão articulados.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Aplica processo e os mecanismos de interagir com o seu cavalo de forma a pode escolher o método mais adequado ao ensino do seu cavalo.
- Identifica quais os objetivos e finalidade de cada fase do ensino do cavalo.
- Estabelece a importância do seu papel no ensino do cavalo como método de treino.
- Identifica e caracteriza as duas posições e conhece os exercícios ginásticos para melhorar cada uma delas e a forma de os aplicar.
- Utiliza a forma correta de trabalhar o cavalo à guia.
- Usa as principais rédeas auxiliares (gogue, chambon e rédeas fixas).

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Teste escrito.



UNIDADE DE FORMAÇÃO/

Equitação Prática

GRAU DE FORMAÇÃO_I/

SUBUNIDADES	HORAS	TEÓRICAS/PRÁTICAS (H)
1. EQUITAÇÃO PRÁTICA	10	0 / 10
Total	10	0 / 10



EQUITAÇÃO PRÁTICA

- 1.1. Colocação em Sela – Volteio com cilhão e arreio
 - 1.1.1. Ginástica da Posição Clássica (G1)
 - 1.1.2. Ginástica da Posição à frente (G2)
- 1.2. Ensino de base – Método de Trabalho
 - 1.2.1. Desenvolvimento do Ritmo, da Souplesse, do Contacto e da Impulsão (escala de treino) com vista à execução da Prova E1
- 1.3. Ensino do cavalo de obstáculos - Trabalho no plano e ginástica sem de varas e cavaletes
- 1.4. O salto isolado, o salto na volta e de través
- 1.5. Compostos e interdependências. Trabalho no plano e condução em percurso de obstáculos

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- . Adotar a colocação em sela correta.
- . Executar o ensino de base do cavalo, trabalhando corretamente os conceitos – Ritmo, Souplesse, Contacto e Impulsão.
- . Executar corretamente as técnicas do ensino do cavalo de obstáculos ensinadas.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- . Demonstra uma correta colocação em sela nas diversas situações.
- . Planeia e executa a aprendizagem de um cavalo na disciplina de ensino, no nível elementar.
- . Planeia e executa o ensinamento do cavalo de obstáculos em provas.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- . Realização de provas de Dressage e Saltos de Obstáculos.
-



UNIDADE DE FORMAÇÃO/

Pedagogia Equestre

GRAU DE FORMAÇÃO_I/

SUBUNIDADES	HORAS	TEÓRICAS/PRÁTICAS (H)
1. INTRODUÇÃO À PEDAGOGIA EQUESTRE	3	3 / 0
2. PRÁTICA PEDAGÓGICA	12	0 / 12
Total	15	3 / 12



PEDAGOGIA EQUESTRE

SUBUNIDADE 1.

INTRODUÇÃO À PEDAGOGIA EQUESTRE

- 1.1. Evolução histórica; conhecimento das técnicas pedagógicas
- 1.2. Métodos da Pedagogia equestre
 - 1.2.1. Método didático, expositivo ou dogmático
 - 1.2.2. Método demonstrativo
 - 1.2.3. Método demonstrativo ou descoberta
 - 1.2.4. Método ativo
- 1.3. Princípios e regras da Pedagogia equestre
- 1.4. Planeamento, organização e preparação de uma lição de equitação
 - 1.4.1. As 5 etapas da preparação de um treino
 - 1.4.2. A organização de uma escola
 - 1.4.3. O lugar do treinador durante a lição, a sua conduta e o uso da sua voz e a linguagem
- 1.5. Qualidades do treinador de equitação como cavaleiro e como pedagogo
- 1.6. Segurança, controle e condução de um treino ou lição

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- . Descrever e caracterizar a história, a importância e os princípios da Pedagogia equestre.
- . Preparar e conduzir o treino de atletas de nível iniciação, em segurança.
- . Identificar as qualidades pedagógicas do treinador.
- . Identificar o melhor método aplicado a cada sessão de treino.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- . Utiliza os princípios da Pedagogia equestre no treino de atletas principiantes.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- . Teste Escrito.

SUBUNIDADE 2.

PRÁTICA PEDAGÓGICA

- 2.1. Lições de ginástica de colocação em sela – posição normal
- 2.2. Lições de volteio com cilhão e com arreo

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- . Identificar a técnica pedagógica necessária para ensinar a posição clássica, através de lições de volteio e em escola.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- . Organiza, dirige e avalia lições, evidenciando conhecimento das técnicas pedagógicas.

Continua>



COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar a técnica pedagógica necessária para ensinar a posição de obstáculos, isolado ou em escola.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS.

- Execução de uma lição de colocação em sela – de posição clássica e de posição de obstáculos.
-



UNIDADE DE FORMAÇÃO/

Hipologia e Nutrição

GRAU DE FORMAÇÃO_I/

SUBUNIDADES	HORAS	TEÓRICAS/PRÁTICAS (H)
1. HIPOLOGIA	3	3 / 0
Total	3	3 / 0



HIPOLOGIA E NUTRIÇÃO

SUBUNIDADE 1.

HIPOLOGIA

- 1.1. Exterior do cavalo – regiões e pelagens
- 1.2. Anatomia e fisiologia do cavalo – noções elementares
- 1.3. Sinais exteriores de doença
- 1.4. Enfermagem hípica – noções elementares

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- . Descrever e reconhecer as diferentes regiões e pelagens dos cavalos.
- . Reconhecer o estado de saúde e os sinais de doença do cavalo.
- . Demonstrar noções elementares de enfermagem hípica.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- . Identifica as regiões e pelagens dos cavalos.
- . Conhece e avalia as constantes fisiológicas do cavalo.
- . Trata feridas e pequenas lesões.
- . Identifica e deteta os sinais exteriores de doença.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- . Em situações concretas, utiliza os conceitos e executa as técnicas abordadas.
- . Teste escrito.



UNIDADE DE FORMAÇÃO/

Maneio

GRAU DE FORMAÇÃO_I/

SUBUNIDADES	HORAS	TEÓRICAS/PRÁTICAS (H)
1. MANEIO	1	1 / 0
Total	1	1 / 0



MANEIO

- 1.1. Maneio da cavalaria – procedimentos
- 1.2. Limpeza e tratamento de cavalos
- 1.3. Arreios – nomenclatura e conservação
- 1.4. Aparelhação
- 1.5. Normas gerais de segurança – nas cavalariças, nos picadeiros e no exterior.
- 1.6. Tratamento, limpeza e aparelhação dos cavalos utilizados no curso
- 1.7. Embarque e desembarque de cavalos – Formas de transporte e proteção.
- 1.8. Noções de alimentação.

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar, descrever e executar todos os procedimentos e técnicas de maneio.
- Caracterizar os diversos tipos e formas de transporte de cavalos.
- Identificar as disposições legais e normas de segurança de exigidas para o transporte de cavalos.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Demonstra os procedimentos corretos de maneio.
- Procede à preparação do cavalo para apresentação.
- Identifica os diferentes tipos e formas de transporte de cavalos e as técnicas de embarque em segurança.
- Especifica as normas legais que autorizam o transporte de cavalos e parâmetros de segurança necessários ao transporte de cavalos.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Execução da limpeza completa de um cavalo.
 - Apresentação de um cavalo à mão.
 - Realização do embarque de cavalos em veículo apropriado.
-



UNIDADE DE FORMAÇÃO/

Equitação Terapêutica

GRAU DE FORMAÇÃO_I/

SUBUNIDADES	HORAS	TEÓRICAS/PRÁTICAS (H)
1. INTRODUÇÃO À EQUITAÇÃO TERAPÊUTICA	1	1 / 0
Total	1	1 / 0



EQUITAÇÃO TERAPÊUTICA

SUBUNIDADE 1.

INTRODUÇÃO À EQUITAÇÃO TERAPÊUTICA

- 1.1. Noções de Equitação Terapêutica
 - 1.1.1. O cavalo para equitação com fins terapêuticos
 - 1.1.2. O papel do terapeuta equestre
 - 1.1.3. A formação de especialistas de equitação terapêutica
 - 1.1.4. Os Docentes
 - 1.1.5. Os Auxiliares
 - 1.1.6. Os Terapeuta
 - 1.1.7. Os Médicos e Psicólogos
- 1.2. Backriding
- 1.3. A Equitação Adaptada

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar os objetivos da equitação Terapêutica.
- Caracterizar a equipa de especialistas que intervêm nas sessões.
- Descrever a técnica de Backriding.
- Perspetivar a Equitação Adaptada como forma de competição.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Identifica os objetivos da equitação terapêutica e as formas de hipoterapia.
- Descreve a importância do trabalho do grupo de especialistas que intervêm na hipoterapia.
- Identifica a forma e condições de utilização do backriding.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Teste escrito.



UNIDADE DE FORMAÇÃO/

Introdução ao Desbaste

GRAU DE FORMAÇÃO_I/

SUBUNIDADES	HORAS	TEÓRICAS/PRÁTICAS (H)
1. INTRODUÇÃO AO DESBASTE	2	2 / 0
Total	2	2 / 0



INTRODUÇÃO AO DESBASTE

- 1.1. Objetivo do Desbaste – qual o objetivo do desbaste do cavalo
- 1.2. As fases do Desbaste
 - 1.2.1. Recolha e aclimação (objetivos)
 - 1.2.2. Domesticação (objetivos)
 - 1.2.3. Trabalho não montado
 - . Trabalho à mão
 - . Trabalho em liberdade no picadeiro
 - . Trabalho à guia
 - 1.2.4. Trabalho montado

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- . Identificar e realizar corretamente os procedimentos e técnicas de desbaste.
- . Caracterizar as fases do desbaste.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- . Executa corretamente os procedimentos e técnicas de desbaste.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- . Teste teórico sobre o método abordado.
-



UNIDADE DE FORMAÇÃO/

Prática de competição (preparação do exame)

GRAU DE FORMAÇÃO_I/

SUBUNIDADES	HORAS	TEÓRICAS/PRÁTICAS (H)
1. PRÁTICA DE COMPETIÇÃO (TESTE DE PROVAS)	7	1 / 6
Total	7	1 / 6



PRÁTICA DE COMPETIÇÃO (PREPARAÇÃO DO EXAME)

SUBUNIDADE 1.

PRÁTICA DE COMPETIÇÃO (TESTE DE PROVAS)

- 1.1. Demonstração de maneio
 - 1.1.1. Preparação de um cavalo para apresentação em provas: limpeza, entrançar crinas e cauda.
 - 1.1.2. Apresentação de um cavalo à mão segundo o Registo Insp/Vet.
 - 1.1.3. Trabalho de um cavalo à guia com aparelho à escolha do Júri
 - 1.1.4. Embarque e desembarque de cavalos: preparação do cavalo
- 1.2. Prova de Dressage
 - 1.2.1. Com o cavalo do curso (cavalo com o mínimo 5 anos, já iniciado na Dressage nível Elementar) realizar uma Reprise E1 do RD/FEP (classificação mínima 55%)
- 1.3. Prova de Obstáculos
 - 1.3.1. Com o cavalo do curso (cavalo com o mínimo de 5 anos e já iniciado em SO) realizar uma prova do tipo Técnica e Estilo Hunter de acordo com o Regulamento de CSO/FEP, com 7 obstáculos de altura máx 0,85m, incluindo um duplo a duas passadas R-V (classificação mínima de 110 pontos)
- 1.4. Lições de Prática Pedagógica
 - 1.4.1. Lição de Iniciação de Volteio com Arreio
 - 1.4.2. Lição de ginástica de Colocação em Sela e ajudas elementares – Posição norma.
- 1.5. Revisão da teoria do currículo do curso

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar, descrever e caracterizar de forma global os vários elementos do curso.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Aplicar os diferentes elementos do curso.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Execução de provas práticas.
- Teste escrito.



INSTITUTO PORTUGUÊS
DO DESPORTO
E JUVENTUDE, I. P.