

Referenciais de Formação
**COMPONENTE
ESPECÍFICA**

GRAU I

EQUITACÃO GERAL

FEDERAÇÃO EQUESTRE PORTUGUESA

**VERSÃO
2020**



INSTITUTO PORTUGUÊS
DO DESPORTO
E JUVENTUDE, I. P.

AUTOR: Federação Equestre Portuguesa
EDIÇÃO: Instituto Português do Desporto e Juventude, I. P. - 2021
COORDENAÇÃO: Departamento de Formação e Qualificação
PAGINAÇÃO: BrunoBate-DesignStudio

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	5
B. Unidades de Formação	7
1. TEORIA DA EQUITAÇÃO	8
2. EQUITAÇÃO PRÁTICA	10
3. PEDAGOGIA EQUESTRE	11
4. HIPOLOGIA	13
5. MANEIO	14
6. EQUITAÇÃO TERAPÊUTICA	15
7. INTRODUÇÃO AO DESBASTE	16
8. PRÁTICA DE COMPETIÇÃO (PREPARAÇÃO DO EXAME)	17
C. Organização da Formação	18
1. REQUISITOS ESPECÍFICOS DE ACESSO	19
2. CONDIÇÕES LOGÍSTICAS	19
3. ESTÁGIOS	19

A. Preâmbulo



A. 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 idêntica 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

Grau I

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

UNIDADE DE FORMAÇÃO /

1. Teoria da Equitação

GRAU DE FORMAÇÃO_I

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

SUBUNIDADE 1.

1.1. Teoria da Equitação

- 1.1.1. Modalidades Equestres
 - a. Caracterização das várias disciplinas
 - b. Regulamentos das disciplinas Olímpicas
- 1.1.2. História da Equitação
- 1.1.3. Base do ensino do cavalo, princípios da doutrina equestre, conceitos e métodos:
 - a. O que é a doutrina equestre
 - b. Os princípios da doutrina equestre
 - c. Os conceitos equestres
 - d. Os métodos do ensino do cavalo
- 1.1.4. As bases psicológicas do ensino do cavalo
 - a. A inteligência prática dos cavalos versus a inteligência humana
 - b. A memória do cavalo e sua importância no seu ensino
 - c. O princípio da associação das sensações
 - d. Os 2 objetivos do ensino do cavalo (estabelecer uma linguagem e fazer obedecer)
- 1.1.5. As fases do ensino do cavalo e sua caracterização
- 1.1.6. As ajudas: Regras gerais do seu emprego e acordo
 - a. Ajudas naturais, artificiais e complementares
 - b. As mãos, as pernas e o peso do corpo
 - c. O acordo de ajudas
- 1.1.7. Emprego das rédeas simples e seus efeitos
- 1.1.8. Os andamentos naturais
 - a. Características e caracterização dos 3 andamentos do cavalo
 - b. O trabalho do cavalo nos 3 andamentos
- 1.1.9. A «Escala de Treino» – Desenvolvimento das fases de Compreensão e Confiança, da Força Propulsora e de Sustentação (Ritmo, Flexibilidade, Contacto, Impulsão, Retitude e Concentração)
- 1.1.10. Colocação em sela – Princípios gerais (Posição normal e posição à frente e sua caracterização)
 - a. Os reflexos do cavaleiro principiante
 - b. A ginástica para melhorar a colocação em sela
- 1.1.11. O trabalho à guia – Utilização de rédeas auxiliares

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar os conceitos da teoria da Equitação
- Caracterizar os principais conceitos da teoria da Equitação.
- Caracterizar a história da equitação desde a antiguidade até à equitação moderna
- Descrever as bases psicológicas do ensino do cavalo e a importância da memória
- Diferenciar a inteligência prática do instinto animal
- Caracterizar o processo de aprendizagem do cavalo, a linguagem e a obediência
- Identificar os 8 princípios da doutrina equestre
- Definir os 10 conceitos equestres
- 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 (de força e de peso)
- Diferenciar os tipos de rédeas conforme a sua ação e/ou efeito
- Definir a mecânica dos andamentos naturais
- Caracterizar a importância do conhecimento da mecânica dos andamentos
- Identificar qual o trabalho específico para cada andamento
- Identificar os patamares da escala de treino, a sua sequência e interação dos conceitos
- Enunciar os princípios orientadores
- Descreve as duas posições, suas diferenças e para que servem
- Reconhecer os reflexos do cavaleiro principiante
- Descrever a forma de usar a guia em segurança
- Identificar as disciplinas olímpicas
- Conhecer, genericamente, os regulamentos das disciplinas olímpicas e sua organização

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Identifica o processo e os mecanismos de interagir com o seu cavalo
- Seleciona 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
- Emprega 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 /

2. Equitação Prática

GRAU DE FORMAÇÃO_I

SUBUNIDADES	HORAS	TEÓRICAS / PRÁTICAS (H)
2.1. EDUCAÇÃO DO CAVALEIRO	10	0/10
Total	10	0 / 10

SUBUNIDADE 1.

2.1. EDUCAÇÃO DO CAVALEIRO

- 2.1.1. Colocação em Sela - Volteio com cilhão e arreio
 - a. Ginástica da Posição Clássica (G1)
 - b. Ginástica da Posição à frente (G2)
- 2.1.2. Ensino de base – Método de Trabalho
 - a. Desenvolvimento do Ritmo, da *Souplesse*, do Contacto e da Impulsão (escala de treino) com vista à execução da Prova E1
- 2.1.3. Ensino do cavalo de obstáculos
 - a. Trabalho no plano e ginástica com varas e cavaletes
- 2.1.4. O salto isolado, o salto na volta e de través
- 2.1.5. Compostos e interdependências.
 - a. 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, com base no correto emprego dos conceitos – Ritmo, *Souplesse*, Contacto e Impulsão
- Executar corretamente as técnicas do ensino do cavalo de obstáculos

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

PERFIL DO FORMADOR

TREINADOR DE EQUITAÇÃO GERAL – GRAU II

UNIDADE DE FORMAÇÃO /

3. Pedagogia Equestre

GRAU DE FORMAÇÃO_I

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

SUBUNIDADE 1.

3.1. INTRODUÇÃO À PEDAGOGIA EQUESTRE

- 3.1.1. Evolução histórica
- 3.1.2. Conhecimento das técnicas pedagógicas
- 3.1.3. Métodos da Pedagogia equestres
 - a. Método didático, expositivo ou dogmático
 - b. Método demonstrativo
 - c. Método demonstrativo ou descoberta
 - d. Método ativo
- 3.1.4. Princípios e regras da Pedagogia equestre
- 3.1.5. Planeamento, organização e preparação de uma lição de equitação
 - a. As 5 etapas da preparação de um treino
 - b. A organização de uma escola
 - c. O lugar do treinador durante a lição, a sua conduta e o uso da sua voz e a linguagem
- 3.1.6. Qualidades do treinador de equitação como cavaleiro e como pedagogo
- 3.1.7. Segurança, controle e condução de um treino ou lição

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

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

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

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

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Teste escrito

SUBUNIDADE 2.

3.2.PRÁTICA PEDAGÓGICA

3.2.1. Lições de ginástica de colocação em sela – posição normal

3.2.2. Lições de volteio com cilhão e com arreio

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

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

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

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

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

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

PERFIL DO FORMADOR

TREINADOR DE EQUITAÇÃO GERAL – GRAU II

UNIDADE DE FORMAÇÃO /

4. Hipologia

GRAU DE FORMAÇÃO_I

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

SUBUNIDADE 1.

4.1. HIPOLOGIA

- 4.1.1. Exterior do cavalo
 - a. Regiões do cavalo
 - b. Pelagens
- 4.1.2. Noções elementares de anatomia e fisiologia do cavalo
- 4.1.3. Sinais exteriores de doença
- 4.1.4. Noções elementares de Enfermagem

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Descrever 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

- Teste escrito
- Solicitar aos formandos que perante situações concretas utilizem os conceitos e descrevam as técnicas a utilizar

PERFIL DO FORMADOR

LICENCIADO EM MEDICINA VETERINÁRIA OU TREINADOR DE EQUITAÇÃO GERAL – GRAU II

UNIDADE DE FORMAÇÃO /

5. Maneio

GRAU DE FORMAÇÃO_I

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

SUBUNIDADE 1.

5.1. MANEIO

- 5.1.1. Maneio da cavalaria – procedimentos
- 5.1.2. Limpeza e tratamento de cavalos
- 5.1.3. Arreios – nomenclatura e conservação
- 5.1.4. Aparelhação
- 5.1.5. Normas gerais de segurança
 - a. Nas cavalaria
 - b. Nos picadeiros
 - c. No exterior
- 5.1.6. Tratamento, limpeza e aparelhação dos cavalos utilizados no curso
- 5.1.7. Embarque e desembarque de cavalos
 - a. Formas de transporte e proteção
- 5.1.8. Noções de alimentação

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar os procedimentos e técnicas necessários ao maneio
- Executar 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
- Proceder 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

PERFIL DO FORMADOR

TREINADOR DE EQUITAÇÃO GERAL – GRAU II

UNIDADE DE FORMAÇÃO /

6. Equitação Terapêutica

GRAU DE FORMAÇÃO_I

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

SUBUNIDADE 1.

6.1. INTRODUÇÃO À EQUITAÇÃO TERAPÊUTICA

- 6.1.1.** Noções de Equitação Terapêutica
- O cavalo para equitação com fins terapêuticos
 - O papel do terapeuta equestre
 - A formação de especialistas de equitação terapêutica
 - Os Docentes
 - Os Auxiliares
 - Os Terapeuta
 - Os Médicos e Psicólogos
- 6.1.2.** *Backriding*
- 6.1.3.** 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

PERFIL DO FORMADOR

TREINADOR DE EQUITAÇÃO GERAL – GRAU II

UNIDADE DE FORMAÇÃO /

7. Introdução ao Desbaste

GRAU DE FORMAÇÃO_I

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

SUBUNIDADE 1.

7.1. INTRODUÇÃO AO DESBASTE

- 7.1.1. Objetivo do Desbaste – qual o objetivo do desbaste do cavalo
- 7.1.2. As fases do Desbaste
 - a. Recolha e aclimação (objetivos)
 - b. Domesticação (objetivos)
- 7.1.3. Trabalho não montado
 - a. Trabalho à mão
 - b. Trabalho em liberdade no picadeiro
 - c. Trabalho à guia
- 7.1.4. Trabalho montado

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

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

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Executa corretamente os procedimentos e técnicas de desbaste

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Teste Escrito

PERFIL DO FORMADOR

TREINADOR DE EQUITAÇÃO GERAL – GRAU II

UNIDADE DE FORMAÇÃO /

8. Prática de Competição (Preparação Para o Exame)

GRAU DE FORMAÇÃO_I

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

SUBUNIDADE 1.

8.1. PRÁTICA DE COMPETIÇÃO (testes de provas)

8.1.1. Demonstração de maneio

- Preparação de um cavalo para apresentação em provas: limpeza, entrançar crinas e cauda
- Apresentação de um cavalo à mão segundo o Registo Insp./Vet.
- Trabalho de um cavalo à guia com aparelho à escolha do Júri
- Embarque e desembarque de cavalos: preparação do cavalo

8.1.2. Prova de *Dressage*

- 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%)

8.1.3. Prova de Obstáculos

- 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)

8.1.4. Lições de Prática Pedagógica

- Lição de Iniciação de Volteio com Arreio
- Lição de ginástica de Colocação em Sela e ajudas elementares – Posição normal

1.5. Revisão da teoria do currículo do curso

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Praticar as competências adquiridas ao longo do curso

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Aplica as diferentes técnicas e procedimentos necessários à execução das várias provas do exame final

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Execução de provas práticas

PERFIL DO FORMADOR

TREINADOR DE EQUITAÇÃO GERAL – GRAU II

c. Organização da Formação



1. Requisitos específicos de acesso ao Curso de Treinadores a cumprir pelos candidatos

1. Possuir, pelo menos, licença de praticante e seguro desportivo válidos.
2. Ter participado em provas federadas em, pelo menos, duas épocas desportivas.
3. Comprovar a participação em 4 provas federadas de nível 1,00 m, com resultado final máximo de 8 pontos, em cada prova.
4. Ter aproveitamento no exame de admissão ao curso, com provas equivalentes ao exame de Sela 7 para Praticantes Gerais, a realizar com o cavalo a utilizar no curso.
5. Meios equestres de suporte: Ter um cavalo aprovado no exame de admissão.

[Exame de admissão ao curso de Treinador de Grau I](#)

2. Condições Logísticas para a Realização do Curso de Treinadores

INSTALAÇÕES	EQUIPAMENTOS/INSTRUMENTOS PEDAGÓGICOS
<ul style="list-style-type: none"> • Campo de obstáculos, dimensões mínimas de 30x70m • Sala de aula • Boxes regulamentares • Duches • Casas de banho • Opcional: <ol style="list-style-type: none"> a. Picadeiro coberto b. Guia mecânica 	<ul style="list-style-type: none"> • Carriere de ensino • Parque de obstáculos para percurso mínimo de 9 obstáculos regulamentares • Cavaletes • Computador e videoprojector • Quadro de apoio ao formador • Material de apoio aos alunos

3. Estágios

O Estágio do Cursos de Treinadores de Grau I e II, deve reger-se por este regulamento, que contém o conjunto de regras de organização, as normas de funcionamento e as indicações de avaliação a seguir na sua organização.

[Regulamento de Estágios](#)



INSTITUTO PORTUGUÊS
DO DESPORTO
E JUVENTUDE, I. P.