



REGULAMENTO

Programa Oficial de Formação de Praticantes

Hipismo

A) A Federação Pentatlo e os Clubes:

A FPPM tem por obrigação garantir a promoção e o desenvolvimento da equitação desportiva orientada para o Pentatlo Moderno, acautelando e orientando a formação de praticantes e treinadores.

No que respeita à formação dos praticantes, cabe aos clubes Federados, sócios ordinários da FPPM, através das Escolas de Equitação parceria, prosseguirem os objectivos desportivos e pedagógicos.

1 As "Penta – Selas"

1.1 As "Selas FPPM" são a designação oficial dos diferentes níveis de competências técnicas do praticante, comportando para esta modalidade 4 níveis de desenvolvimento para a FPPM:

- Penta-sela 1: Volteio e Iniciação;
- Penta-sela 2: Condução, Autonomia e perícia;
- Penta-sela 3: Percurso de Saltos até 95 cm;
- Penta-sela 4: Percurso de saltos mais de 100 cm.

- 1.2 A avaliação das "Penta-Selas" faz-se através de exames com provas previstas no presente regulamento. Uma determinada "Penta-Sela" obtêm-se assim, pela aprovação no conjunto de provas previstas para esse nível;
- 1.3 Aos pentatletas é exigido em provas Youth A apresentarem o certificado do nível 3 e provas Juniores e seniores a apresentarem o certificado do nível 4;
- 1.4 Cada Centro Hípico ou Estabelecimento Equestre Certificado pela FPPM compromete-se a seguir e respeitar as normas técnicas e pedagógicas deste Regulamento, bem como as exigências definidas para cada "Sela FPPM";
- 1.5 Desta forma, qualquer praticante, seja qual for o Centro Hípico ou Estabelecimento Equestre que frequente terá o direito a um certificado do nível – Penta-Sela – atingido, datado, assinado e carimbado pelo Centro Hípico ou Estabelecimento Equestre;
- 1.6 Se um praticante mudar de Escola ou Centro Hípico ou Estabelecimento Equestre a (s) "Penta-Sela"(s) já obtida(s) manterá (ão) a sua validade;
- 1.7 A Federação Portuguesa de Pentatlo Moderno garantirá junto da Escola Nacional de Equitação equivalências entre "Penta-selas" e "selas da Federação Equestre Portuguesa (FEP).

B) – Organização:

2.1 Plano de Formação

Este conjunto de "Selas", com os programas respectivos, constitui um autêntico Plano de Formação de Hipismo para Pentatlo Moderno, desenvolvido de forma progressiva e coerente, quer do ponto de vista pedagógico, quer do ponto de vista desportivo. Podem, os TREINADORES DE PENTATLO de nível 2, orientar o ensino básico do nível 1 e 2.

2.2 Centros de Exames

Qualquer Centro Hípico ou Estabelecimento Equestre CERTIFICADO pela FPPM pode programar e organizar sessões de exames das "Selas" 1, 2, 3, 4, bastando para tanto, possuir um professor de grau 2 da FEP – Monitor de Equitação.

2.3 A FPPM deverá anualmente:

- Determinar quais os Centros Hípicos ou Estabelecimentos Equestres em condições de organizarem exames para as "Penta-selas";
- Definir a lista de professores autorizados a presidirem a Júris da "Penta-sela" 4.
- Definir o formato dos exames, em consonância com os conteúdos das diferentes Penta-Selas.

2.4 Organização dos Exames

Dado que as selas 3 e 4 conferem o direito a licença desportiva e inscrição em provas de Pentatlo da FPPM, é desejável que estes exames tenham lugar no final de cada época desportiva, possibilitando os seus detentores, a sua participação em provas logo no início da época seguinte;

Também para que estas "Selas" sejam acessíveis ao maior número possível de candidatos, devem os Centros Hípicos ou Estabelecimentos Equestres organizadores fazer deles a maior publicidade e divulgação, no sentido de que cavaleiros provenientes de outros Centros Hípicos ou Estabelecimentos Equestres, ou alunos de outros professores particulares, TREINADORES DE PENTATLO de nível 2, a eles tenham também acesso;

a – "Selas" 1, 2, 3:

Sempre que os Centros Hípicos ou Estabelecimentos Equestres integrarem atletas em condições de serem submetidos a determinada(s) "Penta-sela"(s), poderão organizar sessões de exames para esse fim, dando conhecimento à FPPM.

b – "Selas" 4:

Anualmente, os Centros Hípicos, ou Estabelecimentos Equestres autorizados pela FPPM, devem organizar sessões de exames destas "Selas".

- Os Centros Hípicos / Escolas de Equitação autorizados a realizar os exames, devem previamente elaborar um programa do exame e enviar à FPPM, informando das datas, local e constituição do Júri;
- Após a execução dos exames, devem enviar à FPPM a lista de candidatos aprovados, fazendo obrigatoriamente referência ao facto de se tratar de exames de sela 4, ou se apenas confere qualificação para Licença Desportiva de nível 3;

2.5 Examinadores

Os exames das "Selas" 1, 2, 3, são avaliados (como já foi dito) por um Monitor de Equitação (FEP), escolhido pelo Centro Hípico ou Estabelecimento Equestre organizador;

Quanto aos exames das "Selas" 4, deverão ser avaliados por um Júri de 2 elementos, cujo Presidente (da lista indicada pela FPPM) deve ser professor de grau 2 – Instrutor de Equitação (FEP) e mais um Treinador FPPM, ou monitor de hipismo. No conjunto, 1 deve ser exterior ao Centro Hípico ou Estabelecimento Equestre organizador, o outro pode ser o próprio treinador do atleta desde que possua o nível 2 da FPPM.

2.6 Cavalo

Todas as "Penta-Selas" só podem ser obtidas utilizando cavalos.

2.7 Idades Regulamentares (mínimas)

- Penta-Sela 1 – Iniciados (11/12 anos)
- Penta-Sela 2 - Infantis (13/14 anos)
- Penta-Sela 3 – Juvenis (15/16 anos)
- Penta-Sela 4 – Todas as categorias

Atletas que possuam "selas" da Federação Equestre Portuguesa (FEP), é dado equivalência directa, podendo solicitar ao Centro Hípico ou Estabelecimento Equestre organizador o certificado 1, 2, ou 3, informando a FPPM. Para efeitos da Penta-sela 4, independentemente da idade, o candidato é obrigado a submeter ao exame de aptidão, solicitando à FPPM a marcação do mesmo em data oportuna.

2.8 Direito de se apresentar a uma Penta-Sela

Todo o cavaleiro, de acordo com seu professor, tem direito de se apresentar a exame, bastando para tal:

- Fazer prova de idade mínima necessária;
- Apresentar a proposta do seu professor;
- Apresentar o(s) diploma(s) da(s) sela(s) precedente(s).

Excepção - Os cavaleiros maiores de idade, podem candidatar-se a qualquer "Penta-Sela", à sua escolha, não carecendo nem da proposta de um professor nem do comprovativo de Penta-Selas anteriores àquela a que se apresentam.

2.8 Vestuário e equipamento

Os cavaleiros e as suas montadas devem apresentar-se com o vestuário e o equipamento correcto e adequado.

Para as Penta-Selas 1, 2 e 3, as embocaduras e os arreios são deixados ao critério do examinador.

Para as selas 4, o vestuário e as embocaduras deverão ser as propostas nos regulamentos FEP.

C) Programa das “Penta-Selas”

Este programa, que chamaremos “Penta-Selas”, é organizado da Sela 1 até à Sela 4, contendo os objectivos técnicos a atingir, bem como as exigências de maneio e os conhecimentos teóricos de cada um dos níveis formativos, escalonado por 4 graus de dificuldade crescente, designados por “nível”, e que tem por objectivos gradual os patamares técnicos da disciplina de hipismo no Pentatlo Moderno.

3 Conteúdos técnicos mínimos

Nível 1 - Volteio e Iniciação

A Passo

- Procurar o equilíbrio sentado
- Parar
- Sair a passo

A Trote

- Descobrir o seu equilíbrio
- Sair a trote
- Manter o trote
- Transitar ao passo

A Galope

- Descobrir o seu equilíbrio

Maneio

- Conhecer as regras elementares de segurança
- Conhecer os cuidados elementares da limpeza do cavalo
- Conduzir um cavalo à mão com a cabeçada de trabalho

Nível 2 - Condução, Autonomia e Perícia

A Passo

- Transitar ao passo num ponto definido
- Evoluir sozinho

- Conduzir sobre círculos

A Trote

- Trotar levantado sobre a diagonal desejada
- Procurar o equilíbrio sentado
- Transição ao trote num ponto definido
- Conduzir sobre voltas

A Galope

- Procurar o equilíbrio sentado
- Evoluir sozinho
- Sair a galope, num ponto definido e para a mão correcta, a partir do trote
- Controlar a velocidade

Maneio

- Pôr a cabeça e aparelhar
- Inspeção dos membros e cuidados com os cascos antes e depois do trabalho

Nível 3 – Saltos de Obstáculos (alt máx até 95cm)

A Passo

- Controlar Velocidade
- Fazer círculos e voltas apertadas

A Trote

- Controlar Velocidade
- Ligar voltas largas para um e outro lado; executar as figuras do picadeiro

A Galope

- Galopar sentado no ritmo
- Sair a galope do passo na mão certa
- Controlar a velocidade
- Conduzir sobre círculos grandes

Saltos

(com altura máxima de 95 cm, isolados com ligação ou em linha recta)

- Procurar e estabilizar o equilíbrio sobre os estribos
- Controlar o andamento e a velocidade
- Conduzir na abordagem e na recepção
- Variar as abordagens (zona de batida) num mesmo obstáculo

- **Maneio**

- Ajustar a cabeça, o arreio e a cilha
- Limpar e fazer uma cama

- Colocar protecções de trabalho (caneleiras, protecções de bolete, cloches, ligaduras de trabalho e transporte, etc).

Nível 4 – Saltos de Obstáculos

- Características: saltos entre 1m e 1.20m ligando vários saltos aproximados e isolados

Saltos

- Estabilizar o equilíbrio sobre saltos seguidos
 - Adaptar a amplitude de passada ao encadeamento dos saltos
 - Conduzir sobre um percurso e adaptar o traçado ao encadeamento dos saltos
 - Cumprir um determinado número de passadas numa interdependência
 - Adaptar a abordagem (regular zona de batida) em função da situação ou do obstáculo.
- **Maneio**
 - Identificar sintomas de cólicas, temperatura e aguamento.
 - Cuidados e tratamento de feridas ligeiras

Manuais:

A FPPM, por intermédio do seu Departamento de Formação, vai apresentar aos candidatos das penta-selas e no âmbito dos cursos de treinadores, nível 1 e 2, manuais didácticos para o necessário aprofundamento das competências e conteúdos pedagógicos.

D) Preços

- 1 – O pagamento dos serviços disponibilizados deverá ser efectuado no acto de apresentação da respectiva factura pelo Centro Hípico ou Estabelecimentos Equestres, ou mediante outra entidade (colectividade, centro desportivo, ou associações afins), que trabalhe em parceria em programas mistos:
- Mediante **tabela proposta pela FPPM** para Escolas PentaKId (sela 1 e 2) e tabela, ou;

- Mediante **tabela proposta pelo Centro Hípico Estabelecimento Equestre** para a sela 3 e 4, na qual é introduzido um desconto nunca inferior a 25% ao preço de tabela¹;

2 A prática mínima oferecida deverá corresponder

- 1x semana para sela 1 e 2 e
- 2 x semana para sela 3 e 4.

E) Entrada em vigor

O presente Regulamento entra em vigor a 01 de Fevereiro de 2009.

Equipa Técnica Nacional FPPM
Jorge Campaniço

A Direcção da FPPM
Manuel Barroso

¹ A FPPM apresentará anualmente uma tabela de referência, desenvolvida com base numa média de preços de 5 centros Hípicos Nacionais.