



TORRE LARANJA FUTSAL CLUBE

“Porque acreditamos que é possível”

DECLARAÇÃO

Vem a direção da TORRE LARANJA FUTSAL CLUBE, pela presente declaração, e para fins da Certificação de Entidades Formadoras da Federação Portuguesa de Futebol, declarar que a **TODOS** os seus praticantes e pais/encarregados de educação têm conhecimento do **Manual de Acolhimento e Boas Práticas** do clube.



TORRE LARANJA FUTSAL CLUBE

Av. João Paulo II, Lote 566, Loja A

1950-154 Lisboa

NIF: 510 979 351

A Direção

Lisboa,

O Presidente da Direção

*

AV. JOÃO PAULO II LOTE 566 LOJA A - 1950-154 LISBOA

*

NIF: 510979351

*

MAIL: info@torrelaranjafc.pt

*

TELF.: 917555530

*



DECLARAÇÃO

Vem a direção da TORRE LARANJA FUTSAL CLUBE, pela presente declaração homologar o **“MANUAL DE ACOLHIMENTO E BOAS PRÁTICAS”**, devidamente rubricado pelos órgãos que compõem a Direção do Clube.

Assina o Presidente da Direção, Exmo Sr Adriano José Finuras Pinto, com o cartão de Cidadão número 11943579 com validade até 11/08/2029



TORRE LARANJA FUTSAL CLUBE
Av. João Paulo II, Lote 566, Loja A
1950-154 Lisboa
NIF: 510 979 351
A Direção

Adriano José Finuras Pinto

Lisboa, 31 de Novembro 2019

O Presidente da Direção



MANUAL

De Acolhimento e Boas Práticas



TORRE LARANJA FUTSAL CLUBE

Porque acreditamos que é possível

Índice

1- INTRODUÇÃO.....	3
2- VISÃO	4
3- MISSÃO	4
4- IDENTIDADE E VALORES	4
5- OBJETIVOS	5
5.1. AS NOSSAS EQUIPAS	6
5.2. O NOSSO JOGADOR	6
5.3. O NOSSO TREINADOR	6
6- ORGANOGRAMA	7
7- NORMAS DE CONDUTA	8
7.1 Atletas / Dirigentes / Técnicos / Staff	8
7.2. Treino e Competição (Atletas)	9
7.3. Escola.....	10
7.4. Utilização de transportes	11
7.5. Apostas e Match Fixing	12
7.6. Acompanhamento MÉDICO	16
7.6.1. Plano de Emergência Médica.....	17
7.6.2. Protocolo de Emergência.....	18
7.6.3. Planta de Evacuação das Instalações.....	20
7.6.4. Plano Alimentar.....	21
7.7. Normas de conduta para os pais	24
7.8. Normas de acompanhamento de Jogadores Residentes	31
8. INFRAÇÕES E QUADRO DISCIPLINAR	31



TORRE LARANJA FUTSAL CLUBE

Porque acreditamos que é possível

1 – Introdução

O presente manual visa dar a conhecer a todos os atletas, encarregados de educação, treinadores, diretores, elementos do departamento médico e restantes colaboradores do Departamento do Futsal de Formação da *Torre Laranja Futsal Clube*, as normas essenciais para o bom funcionamento da época desportiva.

De acordo com os objetivos do Clube e valores, o percurso formativo dos nossos atletas é dividido em várias etapas, seguindo as linhas orientadoras da *Federação Portuguesa de Futebol* visando sempre a potencialização do atleta para atingir um patamar de excelência



TORRE LARANJA FUTSAL CLUBE

Porque acreditamos que é possível

2. Missão

A **Torre Laranja Futsal Clube** foi criada na sua essência para dar a oportunidade a todos, assumindo a função de dinamizador de atividades físicas, culturais e recreativas, na freguesia de Marvila, para a sua população, nomeadamente crianças e jovens, para lhes dar uma adolescência de excelência com valores.

3. Visão

A **Torre Laranja Futsal Clube** pretende ser uma referência nos campos: social e educacional, através da prática desportiva, proporcionar aos seus atletas uma experiência enriquecedora e transformadora quer a nível pessoal, social e profissional.

4. Valores

Valores como a Solidariedade, Empenho, Honestidade, Competência, Rigor, Respeito, Ética e Competitividade, devem ser a bandeira identificadora de todas as equipas dos vários escalões e todos os quadros técnicos.



TORRE LARANJA FUTSAL CLUBE

Porque acreditamos que é possível

5. Objetivos

Curto-Prazo:

- Organizar o clube em todos os setores (Médico, Desportivo, Estatística, Administrativo);
- Subir o número de praticantes;
- Formar treinadores;
- Formar quadros em diversas áreas;
- Desenvolver ações de formação vários temas (ética, leis de jogo, psicologia, nutrição).

Médio-Prazo:

- Ter todos os escalões federados;
- Ser uma referência no Concelho de Lisboa, no campo Desportivo, Social e Educacional.

Longo-Prazo:

- Formar as equipas seniores e serem constituídas por 50% ou mais, atletas da formação;
- Promover que as equipas estejam nas competições Nacionais em vários escalões;
- Ter atletas nas Seleções Distritais e Nacionais;
- Ser uma Referência Nacional, Desportiva, Social e Educacional.



TORRE LARANJA FUTSAL CLUBE

Porque acreditamos que é possível

5.1. As nossas equipas:

- As equipas da **Torre Laranja Futsal Clube**, têm um padrão a cumprir desde a sua chegada ao pavilhão, bem como na saída do mesmo. Irá definir tudo o que queremos transmitir como imagem do clube. O cumprimentar obrigatório de todos os funcionários dos pavilhões, a disposição na primeira abordagem da equipa de arbitragem, a saudação inicial, o jogo em si com um modelo de jogo comum e calramente identificado em detalhes do jogo. Marcando também, que apesar da humildade e respeito por todos os intervenientes, seremos competitivos e ambiciosos na obtenção do melhor resultado possível .

5.2. Os nossos atletas:

- O perfil de atletas para integrar as equipas da **Torre Laranja Futsal Clube**, têm que ter espírito de sacrifício, serem equilibrados e coerentes;
- Compromisso com a equipa, quer nos treinos quer nos jogos;
- Serem educados e tolerantes com todas as pessoas que o rodeiam. Respeitar as normas e serem respeitados.

5.3. Os nossos treinadores:

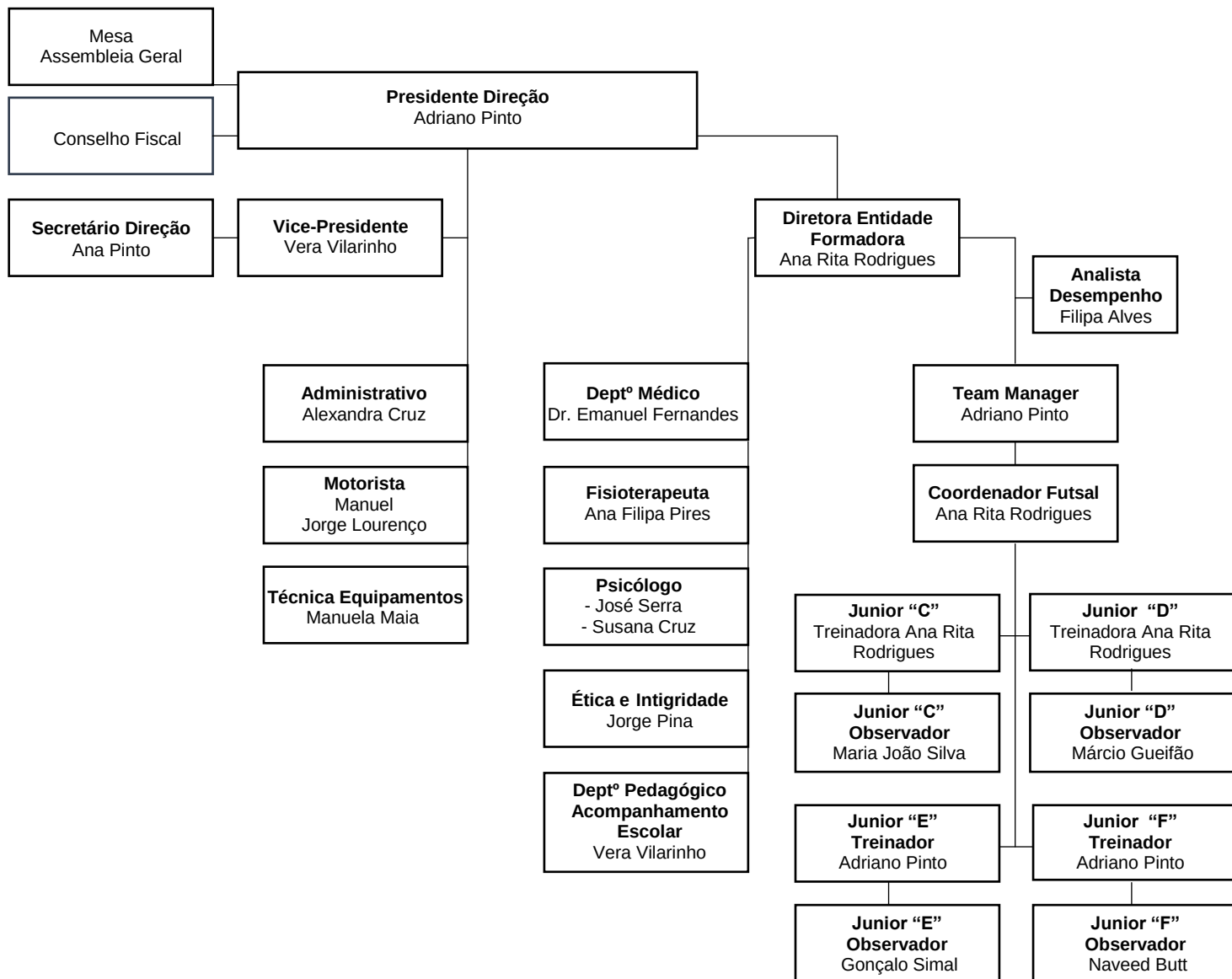
- O perfil para um treinador com continuidade na **Torre Laranja Futsal Clube**, tem que ter responsabilidade e compromisso com o Clube;
- O treinador deve trabalhar com entusiasmo, ambição, orientando-se pelos modelos de Jogo e treino do Clube. Obter o máximo de cada atleta, respeitando a singularidade de cada indivíduo. Conduta exemplar ao nível social e desportivo;
- Motivar o desenvolvimento do clube.



TORRE LARANJA FUTSAL CLUBE

Porque acreditamos que é possível

6. Organograma





TORRE LARANJA FUTSAL CLUBE

Porque acreditamos que é possível

7. Normas de Conduta

As normas de Conduta, estabelecem as relações, comportamentos e decisões envolvendo jogadores, dirigentes, técnicos e staff.

De acordo com os objetivos do Clube, as Normas de Conduta têm que ser cumpridas na sua íntegra, o seu incumprimento poderá ter consequências na continuidade no clube

7.1. Atletas / Dirigentes / Técnicos / Staff

Representar **Torre Laranja Futsal Clube**, é levar uma comunidade inteira ao peito, pelo que é importante levar em conta os valores. Assim todos os agentes devem:

- Participar com empenho e interesse nas ações de formação promovidas ou indicadas pelo clube;
- Promover o espírito de grupo e coesão da equipa em todas as atividades;
- Participar nas atividades promovidas pelo Clube;
- Ser assíduo e pontual;
- Revelar comportamento exemplar, demonstrando respeito mútuo, solidariedade e amizade;
- Respeitar todos os agentes desportivos;
- Respeitar as decisões da direção e coordenação do Clube, de uma forma ordeira e civilizada;
- Respeitar as opções técnicas;
- Apresentar-se devidamente equipado com o equipamento do Clube (treinos, jogos, outras representações);
- Promover uma utilização responsável das instalações, quer afetas ao clube, quer do clube Visitado (mantendo o estado de conservação, limpeza e higiene);



TORRE LARANJA FUTSAL CLUBE

Porque acreditamos que é possível

- Apresentar correção com toda a estrutura do Clube respeitando os princípios instituídos;
- Cumprir e fazer cumprir as normas e orientações do departamento médico; e restantes departamentos

7.2. Treino e Competição (Atletas)

“O treino ou jogo inicia nas mediações das instalações desportivas termina após saída das mesmas”

Todos os Atletas no treino ou competição devem:

- Ser assíduos e pontuais;
- Apresentar-se devidamente equipado, 10 minutos antes da hora agendada, salvo alteração de “última hora”;
- Evitar trazer valores para os treinos como para os jogos;
- Estar pronto para treinar (corretamente equipado), 5 minutos antes da hora estabelecida. Na eventualidade de necessitares de ajuda para te equipares deves solicitar ajuda ao teu treinador;
- Não é permitida a entrada dos atletas no recinto de jogo/treino sem autorização dos treinadores;
- Os atletas também são responsáveis pelo material de treino/jogo que usam, devendo participar no seu transporte para o local de treino/jogo e ajudar na sua conservação;
- Sempre que não possas comparecer ao treino ou jogo, por lesão, doença, ou outro motivo, deves informar o teu treinador com a maior antecedência possível;
- Comparecer, no dia do jogo, no local e à hora marcada para a concentração; Deves estar sempre equipado a rigor;
- Não serão tolerados atos de indisciplina para com os teus companheiros, adversários, treinadores e árbitros, havendo processo de averiguações e possível sansão;
- Respeitar sempre todas as pessoas que te rodeiam em qualquer atividade;



TORRE LARANJA FUTSAL CLUBE

Porque acreditamos que é possível

- Respeitar a decisão do teu treinador, se por algum motivo, não jogares no dia de jogo, apoiando os teus colegas e estares pronto para entrar em jogo a qualquer momento.

7.3. Escola

“A escola é a perioridade”

Na escola os atletas têm que ter uma conduta de excelência:

- Ser assíduos e pontuais;
- Respeitar o Professor(a), Auxiliares, colegas e restantes corpos docentes;
- Promover os valores passados na **Torre Laranja Futsal Clube**;
- Promover o Clube juntos dos colegas;
- Saber brincar no intervalo;
- Incentivar os colegas à prática desportiva;
- Dizer não ao Bullying, quer a promover, incentivar ou sofrer

Todos os Atletas da formação, frequentam o ensino:

- É da responsabilidade do Encarregado de Educação, facultar no fim de cada período letivo a cópia do registo de avaliação ao treinador do escalão;
- Cabe a cada treinador de escalão, perguntar ao longo de cada periodo letivo, a situação escolar, informando o departamento de acompanhamento escolar de algum desvio;
- A **Torre Laranja Futsal Clube** tem uma sala de estudo na sede do Clube, equipada com o material necessário para o desenvolvimento das atividades escolares e apoio ao estudo, os atletas são encaminhados através do Departamento Pedagógico e Acompanhamento Escolar.



TORRE LARANJA FUTSAL CLUBE

Porque acreditamos que é possível

O aproveitamento escolar tem duas vertentes, Sanções ou Incentivos.

Sanções:

- Promover reuniões com a diretora de turma e com o(a) encarregado(a) Educação no sentido de em conjunto encontrar solução para potenciar o rendimento escolar;
- Repreensão verbal com intuito de melhorar o seu rendimento escolar;
- Não convocação ao jogo.

Incentivos:

- Proposto a atleta do mês;
- Prémio a definir;
- Diploma de distinção;
- Perioridade nas escolhas internas.

7.4. Utilização de Transporte

“O transporte é uma benesse ”

O Transporte da **Torre Laranja Futsal Clube** rege-se pelas seguintes normas de utilização:

- O transporte pode ser efetuado pelo meios próprios do Clube, bem como serviços contratados;
- É extremamente importante cumprir os horários definidos;
- Na eventualidade de atraso, deve ser comunicada atempadamente ao motorista;
- O motorista é o responsável máximo do transporte, pelo que devem respeitar e acatar todas as suas ordens;
- É obrigatório o uso de cinto de segurança;
- É proibido comer, beber ou levar líquidos ou sólidos com risco de cair;



TORRE LARANJA FUTSAL CLUBE

Porque acreditamos que é possível

- Manter o transporte sempre limpo;
- Na eventualidade de alguma conduta ou abordagem menos própria do motorista, o atleta deve comunicar imediatamente o seu treinador de escalão e a administrativa do clube;
- Ninguém guarda “segredos” do que se passou, se te pedirem para guardares “segredo” deverás de comunicar de imediato o teu encarregado de educação ou o presidente do Clube.

7.5. Apostas e Match Fixing

CÓDIGO DE CONDUTA

Conjunto de normas e princípios de defesa da verdade desportiva e da integridade das competições. Este código de conduta foi acordado e aprovado pelas quatro organizações que representam os interesses dos agentes do futebol profissional europeu no Conselho de Estratégia para o Futebol Profissional da UEFA.

01. SÊ TRANSPARENTE - Nunca combines o resultado de um evento

Joga com honestidade, justiça e nunca combines um resultado ou uma parte de um jogo. Qualquer que seja a razão, não tentes influenciar negativamente o curso natural de um evento desportivo. As competições desportivas devem ser sempre um teste honesto das capacidades e apetências e os seus resultados devem manter-se incertos. Combinar um resultado vai contra as regras e a ética desportiva e, quando se é apanhado, pode incorrer-se numa pena criminal e ser banido para sempre do desporto. Não te coloques em risco e segue estes princípios:

1. Desempenha sempre as tuas funções o melhor que conseguires;
2. Nunca aceites combinar um resultado. Diz imediatamente que não. Não te deixes manipular: indivíduos sem escrúpulos podem tentar manter uma relação de amizade contigo de maneira a explorar-te para conseguirem atingir os seus objetivos no que toca à



TORRE LARANJA FUTSAL CLUBE

Porque acreditamos que é possível

combinação de resultados. A prática pode incluir ofertas de prendas, dinheiro e outro apoio;

3. Evita vícios ou o acumular de dívidas porque esse pode ser o gatilho que fará com que estes indivíduos sem escrúpulos te escolham como presa fácil para corromper. Procura ajuda antes que percas o controlo da situação.

02. SÊ ABERTO - Conta a alguém que te tentaram subornar

Se ouvires algo suspeito, se alguém se aproximar para tentar combinar algum resultado ou um evento num jogo ou se alguém te oferecer dinheiro em troca de favores e informação sensível, debes imediatamente reportar às entidades competentes no teu país. Qualquer suspeita ou ameaça de corrupção deve ser sempre denunciada. Informa-te sobre as instituições que te poderão ajudar (como, por exemplo, o sindicato do teu país e/ou alguém em quem confies) no caso de seres abordado, especialmente se estiveres a jogar num ambiente pouco seguro.

03. SÊ CUIDADOSO - Nunca partilhes informação sensível

Enquanto jogador ou funcionário de um clube, podes ter acesso a informação privilegiada que não está acessível ao público em geral, como saber que um jogador-chave está lesionado ou que o treinador quer abdicar de um atleta mais frágil. Esta é considerada informação sensível, privilegiada ou do foro interno do clube. Essa informação pode ser desejada por pessoas que depois a usariam de forma a assegurar vantagem injusta sobre alguém e, assim, obter um retorno financeiro. Não há nada de errado com o facto de possuíres informação sensível, o que fazes com ela é que importa. A maioria dos jogadores e funcionários sabe que não devem partilhar ou discutir assuntos importantes com pessoas de fora do clube, uma vez que a sua divulgação poderia ser usada em apostas, entre outras.

04.SÊ INTELIGENTE - Conhece as regras

Procura as regras de integridade das tuas instituições nacionais e internacionais, como o clube, a federação, a equipa, o sindicato, a competição e as leis do país, antes de dares início a uma época desportiva por forma a



TORRE LARANJA FUTSAL CLUBE

Porque acreditamos que é possível

estares atento à situação atual do teu desporto, especialmente no que toca ao mundo das apostas. Muitos desportos e países têm ou estão a desenvolver regulação nas apostas desportivas e tu precisas de as conhecer – mesmo que não participes nas apostas.

Se quebrares as regras, serás apanhado, arriscarás penas severas incluindo ser banido para sempre do teu desporto e ainda ser sujeito a uma investigação criminal.

05. SALVAGUARDA-TE Nunca apostes no teu próprio desporto

Nunca apostes em ti mesmo, nos teus adversários ou no teu desporto. Se tu ou alguém próximo de ti (treinador, namorada, familiares, etc.) apostarem em ti, nos teus adversários ou no teu desporto, arriscarás penas severas. Será melhor que te salgues e que nunca apostes em eventos do teu próprio desporto, incluindo:

1. nunca apostes nos teus próprios jogos ou competições (mesmo que apostem em derrotas ou empates teus);
2. nunca dês instruções ou encorajes alguém a apostar nos jogos em que participas;
3. nunca assegures a ocorrência de um determinado evento que possa ser passível de figurar numa aposta e do qual possas vir a receber uma recompensa;
4. nunca dês ou recebas qualquer oferta, pagamento ou qualquer benefício em circunstâncias que possam colocar-te a ti ou ao futebol numa situação de descrédito.

3 R'S

O objectivo desta acção é, através de medidas concretas (role play), colocar os jogadores em confronto com o fenómeno e dar-lhes ferramentas que os ajudem a reconhecer, resistir e reportar esta ameaça.

RECONHECER

O objectivo de um apostador é ganhar vantagem desportiva ou financeira decorrente da influência indevida do resultado ou do decurso de um jogo. Para manipular este jogo, o apostador tem como alvo pessoas que são capazes de



TORRE LARANJA FUTSAL CLUBE

Porque acreditamos que é possível

influenciar directamente o decurso de um jogo, como jogadores, árbitros e dirigentes. O apostador pode aproximar-se de diferentes maneiras, por exemplo directa ou indirectamente através da oferta de dinheiro ou presentes, ou através da utilização de ameaças implícitas ou extorsão.

O jogador de futebol deve, por isso, estar atento aos sinais e às abordagens que lhe fazem, reconhecendo quando se trata de tentativas de viciação de resultados.

RESISTIR

O match-fixing destrói a própria essência do desporto. Sem integridade, o jogo de futebol perde a sua credibilidade, os seus adeptos e os seus patrocinadores. Quando um jogador de futebol ajuda a combinar o resultado de um jogo, corre o risco de ser banido definitivamente do futebol, arriscando também uma acção penal e pena de prisão. Protege-te a ti mesmo e a integridade do futebol. Resiste a qualquer abordagem, tendo em vista a viciação de resultados. É a tua própria vida e a tua família que estão em jogo.

REPORTAR

Para prevenir a viciação de resultados, é vital que o jogador de futebol denuncie qualquer suspeita de comportamento corrupto. A denúncia irá alertar o futebol e a respectiva aplicação da lei e irá proteger o jogador, a sua família e outras pessoas envolvidas no futebol. A denúncia afasta também os apostadores de novas abordagens. O jogador deve denunciar a alguém da sua confiança e que tenha capacidade de fazer algo: o seu treinador, o Sindicato dos Jogadores, as autoridades policiais, o sistema de segurança da FIFA ou a polícia local. Caso haja qualquer ameaça ao próprio jogador ou familiar que coloque em causa a sua integridade física, o futebolista deve informar imediatamente as autoridades policiais indicadas. Todas as informações recebidas serão tratadas prontamente, com a mais estrita confidencialidade e utilizadas exclusivamente para efeitos de protecção da integridade do futebol.

NOTA: Documento disponibilizado através do site sindicato dos jogadores <http://antimatchfixing.sjogadores.pt/codigoconduta>



TORRE LARANJA FUTSAL CLUBE

Porque acreditamos que é possível

7.6. NORMAS DE ACOMPANHAMENTO MÉDICO

Acompanhamento Médico:

O Departamento médico é interno.

Pretendemos salvaguardar sempre e em primeiro lugar, a saúde dos nossos atletas, para tal, todas as situações do foro clínico tem de ser comunicados ao departamento para que possamos em conjunto com os médicos e fisioterapeutas definir qual o melhor caminho a seguir.

Procedimentos no caso de lesão:

Treinos:

- Primeiro contacto é feito no local, pelos treinadores dos respetivos escalões. Os treinadores encaminham o atleta para o Fisioterapeuta ou pede para deslocar-se ao local de treino.

Jogos:

- Jogos em casa (todos escalões) terão acompanhamento por parte de um Fisioterapeuta, sendo que, este irá decidir qual o melhor procedimento para salvaguardar o bem estar do atleta.
- No caso dos jogos fora (escalões até aos iniciados), São acompanhados pelo treinador com formação em Primeiros Socorros. Na eventualidade de uma lesão mais grave contactar o Fisioterapeuta.

Nos escalões Superiores, são acompanhados pelo Fisioterapeuta.



TORRE LARANJA FUTSAL CLUBE

Porque acreditamos que é possível

7.6.1 PLANO EMERGÊNCIA MÉDICA

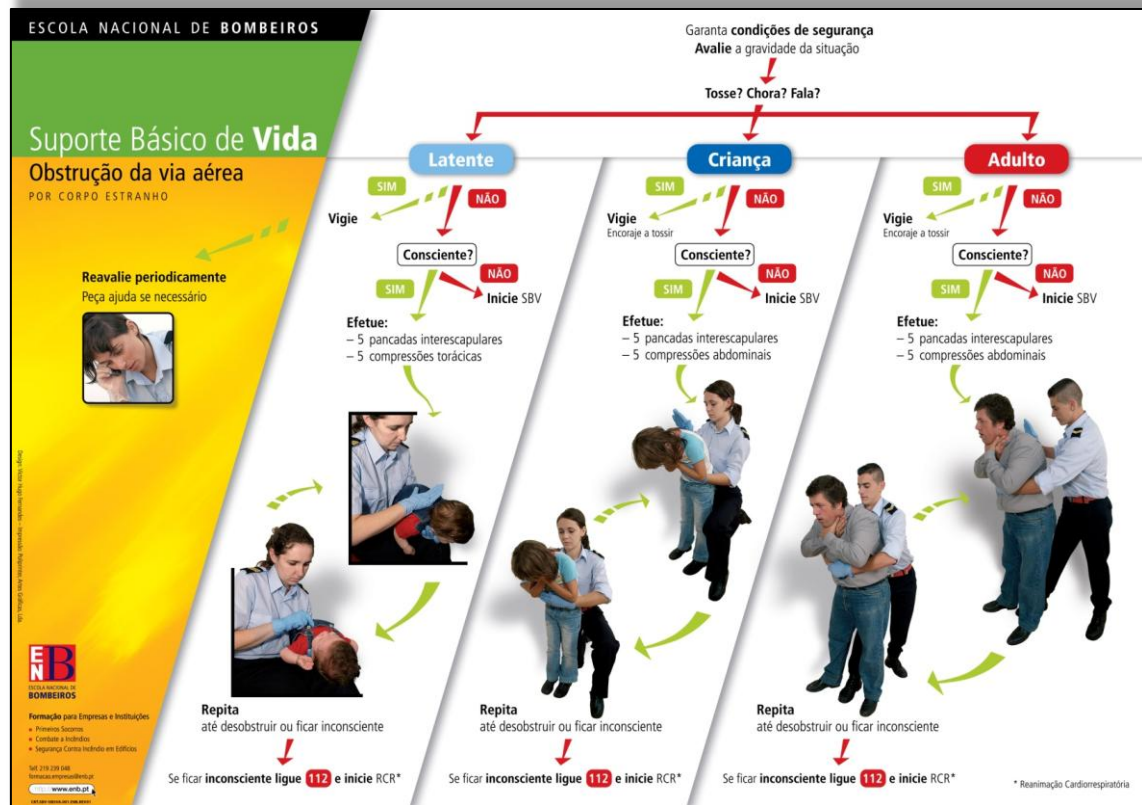


7.6.2. PROTOCOLO DE EMERGÊNCIA

Suporte Básico de Vida e Desfibrilhação Automática Externa



Obstrução da Via aérea



Créditos: Escola Nacional de Bombeiros



TORRE LARANJA FUTSAL CLUBE

Porque acreditamos que é possível

7.6.3. PLANTA DE EVACUAÇÃO INSTALAÇÕES





TORRE LARANJA FUTSAL CLUBE

Porque acreditamos que é possível

7.6.4. Plano Alimentar

Uma correta alimentação do jogador é aquela que, proporciona saúde ao jogador, que se irá traduzir, quer numa melhoria do seu rendimento desportivo, quer numa melhoria de saúde a longo prazo.

Para haver uma correta alimentação do jogador, esta terá que satisfazer as necessidades energéticas e plásticas, através de adequado fornecimento de calorias, hidratos de carbono, lípidos, proteínas, água, minerais, vitaminas e antioxidantes

ALGUNS PRINCÍPIOS BÁSICOS:

- Evitar comer Batatas Fritas; frituras no geral
- Evitar comer Porco (devido à presença de esteróides);
- Evitar bebidas gaseificadas;
- Evitar comer enchidos;
- Evitar comer gelados;
- Não abusar na quantidade de comida;
- Beber água ao longo do dia, de preferência com alto Ph (Exp. Água Monchico Ph9.5)(1 a 2 litros);
- Comer ovos cozidos, com frequência;
- Inserir o cereal quinoa à alimentação diária.

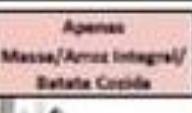
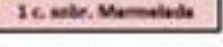
A meio da manhã e durante a tarde comer fruta, bolachas Integrais.

Será entregue um plano alimentar individualizado a cada atleta, para as suas etapas

TORRE LARANJA FUTSAL CLUBE

Porque acreditamos que é possível

PLANEAMENTO DE REFEIÇÕES PRÉ E PÓS COMPETIÇÃO

PRÉ COMPETIÇÃO		
JOGO DE MANHÃ	Pequeno Almoço 1h30 ou 2h antes	 +  +  +  +   + 
JOGO À TARDE	Almoço 3h ou 4h antes	 +  +  +  + 
INTERVALO		
 OU  OU  OU  + 		
PÓS COMPETIÇÃO		
JANELA DE OPORTUNIDADE (Até 45 min após)		
JOGO DE MANHÃ	Almoço	 +  +  + 
JOGO DE TARDE	Lanche 45min a 1h após	 OU  +  + 
		 +  + 
		 + 

PLANEAMENTO DE REFEIÇÕES PRÉ E PÓS TREINO

PRÉ TREINO	
LANCHE 1h30 ou 2h antes	 OU 
	
	
	
	
LANCHE 30 a 60 min antes	 
PÓS TREINO	
JANELA DE OPORTUNIDADE Até 45 min a pós	
	



TORRE LARANJA FUTSAL CLUBE

Porque acreditamos que é possível

7.7. Normas de conduta para os pais

- As normas sobre a relação com os Pais ou Encarregados de educação dos jogadores é de ajudar a melhorar os aspetos comunicação, e entendimento entre os pais, treinadores, diretores, Staff e jogadores ou seja, todos aqueles que estão ligados a **Torre Laranja Futsal Clube**;
- Assim, e no seguimento do programa existente do compromisso com a Ética no Desporto, onde encarregados de educação, jogadores, treinadores e diretores assinam documento de condutas a adotar quer em treinos ou em jogos.

Colaboração dos encarregados de educação ou acompanhantes dos atletas:

- Qualquer esclarecimento de ordem burocrática deverá ser feito junto do administrativo da direção do Clube;
- Qualquer questão a colocar ao treinador, terá de que ser SEMPRE efetuada antes ou no final do treino ou jogo, nunca durante as mesmas;
- Qualquer esclarecimento de ordem técnica deve ser feito junto do(a) Diretor(a) Técnico(a);
- Sempre que possível levar e ir buscar os filhos ao local do treino às horas marcadas e transportar para os jogos;
- Entrar nos balneários dos atletas só em casos excepcionais (no atraso para o início do treino ou jogo para equipar o atleta), por motivos pedagógicos, bem como por motivos de socialização, procurando potencializar a capacidade dos atletas, bem como a sua autonomia (Sub 5 até Sub 10);
- Na eventualidade de o atleta faltar, o treinador deve ser avisado com a antecedência possível;
- Sempre que o atleta não possa comparecer ao treino e/ou jogo, por lesão, doença, ou outro motivo, deve informar o treinador via sms .

COMPROMISSO COM A ÉTICA NO DESPORTO

PRATICANTE

COMPROMETO-ME A:

Nunca discutir com os árbitros/juízes antes, durante e depois do jogo;

Havendo dúvidas sobre as regras, deixar que seja o treinador ou o capitão da equipa a resolver a situação;

Ter sempre presente que o desporto, para além da atividade física e intelectual promove a amizade, a tolerância, o respeito e a disciplina;

Treinar para alcançar os meus limites pessoais e não desistir só porque não sou o melhor;

Admirar e aplaudir todos os bons desempenhos, mesmo que sejam realizados pelos meus adversários;

Controloar o meu temperamento e evitar comportamentos agressivos;

LOCAL: _____

O PRATICANTE

PAIS ENCARREGADOS DE EDUCAÇÃO

COMPROMETEMO-NOS A:

Ter sempre presente que os nossos filhos fazem desporto para se divertirem;

Ensinar que o esforço para conseguir fazer melhor é tão importante como ganhar;

Estar sempre a encorajar, pois esse é o melhor caminho para ajudar as crianças/jovens a aprender;

Ensinar as crianças/jovens que os árbitros/juízes são elementos importantes da competição, não questionando as suas decisões;

Incutir às crianças/jovens que a superação e o esforço são tão fundamentais no desporto como na vida;

Aplaudir o papel e o esforço dos treinadores e dos árbitros/juízes;

Não esquecer que as crianças/jovens só aprendem o que lhes ensinamos e que o espírito desportivo começa em casa.

DATA: _____

OS PAIS DO PRATICANTE/ENC. EDUCAÇÃO



REPÚBLICA PORTUGUESA



IPDJ



PNED

www.pned.pt
pned@pned.pt

Siga-nos no
facebook

Uma iniciativa do Plano Nacional de Ética no Desporto



Plano Nacional de Ética no Desporto
www.pned.pt

COMPROMISSO COM A ÉTICA NO DESPORTO

DIRIGENTE

Comprometo-me a:

Pautar a minha conduta tendo em consideração os interesses da comunidade.

Não proferir declarações depreciativas do mérito e do valor dos demais clubes/associações, bem como dos seus diferentes agentes desportivos.

Respeitar as decisões desportivas dos árbitros, juizes, cronometristas e demais aplicadores das leis do jogo.

Não praticar atos ou omitir ações, tais como prestar declarações públicas, que propiciem ou favoreçam a prática de atos atentatórios do espírito desportivo.

Recusar o doping e denunciar a fraude ou manipulação de resultados, defendendo sempre a verdade desportiva.

Evitar qualquer situação que possa levar a conflito de interesses (privados ou pessoais) que coloquem em causa a integridade e independência no exercício das suas funções.

Cumprir a lei e os Códigos de Ética Desportiva em vigor.





TREINADOR

Comprometo-me a:

Fomentar, em todos os escalões etários, os valores éticos subjacentes ao desporto e à vida.

Não empregar método de treino, práticas e regras que possam prejudicar a saúde e o bem-estar dos atletas, respeitando as suas etapas de desenvolvimento, procurando assegurar uma adequada nutrição, tempos de lazer e de recuperação e uma integração do sistema com as atividades escolares e sociais.

Opor-me à utilização de quaisquer substâncias ou métodos proibidos que melhorem artificialmente o desempenho dos praticantes, nos termos das regras antidopagem em vigor.

Respeitar as regras técnicas do desporto e contribuir para a sua melhoria qualitativa.

Recusar e denunciar a fraude ou manipulação de resultados, defendendo sempre a verdade desportiva.

Evitar qualquer situação que possa levar a conflito de interesses (privados ou pessoais) que coloquem em causa a integridade e independência no exercício das suas funções.

Cumprir a Lei e o Código de Ética Desportiva que tenha sido aprovado pelas associações de classe representativas da área de atividade em que se insere.

O DIRIGENTE

CLUBE/ENTIDADE

DATA

LOCAL

O TREINADOR












UNION EUROPEAN
Funds Social European

O que os pais devem fazer

Apesar de todos os esforços, os incidentes de violência no desporto ainda ocorrem com alguma frequência. Contudo, a responsabilidade para lidar com estes incidentes, sejam eles em instalações / locais, os pais devem entendê-los, acompanhá-los e apoiá-los pessoalmente.

Quando os ocorrem, é importante orientar os pais, os pais devem:

- 1. Desencadear a situação e responsabilizar os pais locais, desportistas ou voluntários da organização que estiverem presentes;
- 2. Manter a calma e a compostidade;

Quando se enfrentam com uma situação de violência no desporto, é importante não ter as seguintes atitudes:

- 1. Atitude de vócher e intromissão;
- 2. Desencadear uma situação de violência;
- 3. Afetar os direitos e a permissão que o clube lhe deu de assistir.

Cabe aos pais explicar o seu papel no desporto ao seu filho, mostrando-lhe a importância de se comportar corretamente, mostrando-lhe a importância de se comportar corretamente.

Os Clubes / Instituições / Terceiros devem ter preparado um procedimento para lidar com os incidentes de violência no desporto.



Comentários das crianças

Compartilhamos aqui alguns comentários de crianças e jovens que estiveram no desporto.

"Eu não sei porque se vão brigar, sempre que vão jogar, sempre vão brigar!"

"É assim por natureza - briga-se e acaba-se a competição e a festa acabou!"

"Não sei porque sempre, mas todos os dias vão brigar quando jogamos futebol!"

"Não quero jogar mais porque a briga não para de vir, é muito feio e não gosto!"

"Não sei porque sempre que vão brigar, mas não sei, é porque todos os dias vão brigar, mas não sei!"

"Quando os jogadores vão brigar, é sempre o mesmo, é sempre o mesmo!"

"Não sei porque sempre que vão brigar, mas não sei, é porque todos os dias vão brigar, mas não sei!"

Clube de futebol Torre Laranja, 2013, 2014, 2015, 2016, 2017, 2018, 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025, 2026, 2027, 2028, 2029, 2030, 2031, 2032, 2033, 2034, 2035, 2036, 2037, 2038, 2039, 2040, 2041, 2042, 2043, 2044, 2045, 2046, 2047, 2048, 2049, 2050, 2051, 2052, 2053, 2054, 2055, 2056, 2057, 2058, 2059, 2060, 2061, 2062, 2063, 2064, 2065, 2066, 2067, 2068, 2069, 2070, 2071, 2072, 2073, 2074, 2075, 2076, 2077, 2078, 2079, 2080, 2081, 2082, 2083, 2084, 2085, 2086, 2087, 2088, 2089, 2090, 2091, 2092, 2093, 2094, 2095, 2096, 2097, 2098, 2099, 2100, 2101, 2102, 2103, 2104, 2105, 2106, 2107, 2108, 2109, 2110, 2111, 2112, 2113, 2114, 2115, 2116, 2117, 2118, 2119, 2120, 2121, 2122, 2123, 2124, 2125, 2126, 2127, 2128, 2129, 2130, 2131, 2132, 2133, 2134, 2135, 2136, 2137, 2138, 2139, 2140, 2141, 2142, 2143, 2144, 2145, 2146, 2147, 2148, 2149, 2150, 2151, 2152, 2153, 2154, 2155, 2156, 2157, 2158, 2159, 2160, 2161, 2162, 2163, 2164, 2165, 2166, 2167, 2168, 2169, 2170, 2171, 2172, 2173, 2174, 2175, 2176, 2177, 2178, 2179, 2180, 2181, 2182, 2183, 2184, 2185, 2186, 2187, 2188, 2189, 2190, 2191, 2192, 2193, 2194, 2195, 2196, 2197, 2198, 2199, 2200, 2201, 2202, 2203, 2204, 2205, 2206, 2207, 2208, 2209, 2210, 2211, 2212, 2213, 2214, 2215, 2216, 2217, 2218, 2219, 2220, 2221, 2222, 2223, 2224, 2225, 2226, 2227, 2228, 2229, 2230, 2231, 2232, 2233, 2234, 2235, 2236, 2237, 2238, 2239, 2240, 2241, 2242, 2243, 2244, 2245, 2246, 2247, 2248, 2249, 2250, 2251, 2252, 2253, 2254, 2255, 2256, 2257, 2258, 2259, 2260, 2261, 2262, 2263, 2264, 2265, 2266, 2267, 2268, 2269, 2270, 2271, 2272, 2273, 2274, 2275, 2276, 2277, 2278, 2279, 2280, 2281, 2282, 2283, 2284, 2285, 2286, 2287, 2288, 2289, 2290, 2291, 2292, 2293, 2294, 2295, 2296, 2297, 2298, 2299, 2300, 2301, 2302, 2303, 2304, 2305, 2306, 2307, 2308, 2309, 2310, 2311, 2312, 2313, 2314, 2315, 2316, 2317, 2318, 2319, 2320, 2321, 2322, 2323, 2324, 2325, 2326, 2327, 2328, 2329, 2330, 2331, 2332, 2333, 2334, 2335, 2336, 2337, 2338, 2339, 2340, 2341, 2342, 2343, 2344, 2345, 2346, 2347, 2348, 2349, 2350, 2351, 2352, 2353, 2354, 2355, 2356, 2357, 2358, 2359, 2360, 2361, 2362, 2363, 2364, 2365, 2366, 2367, 2368, 2369, 2370, 2371, 2372, 2373, 2374, 2375, 2376, 2377, 2378, 2379, 2380, 2381, 2382, 2383, 2384, 2385, 2386, 2387, 2388, 2389, 2390, 2391, 2392, 2393, 2394, 2395, 2396, 2397, 2398, 2399, 2400, 2401, 2402, 2403, 2404, 2405, 2406, 2407, 2408, 2409, 2410, 2411, 2412, 2413, 2414, 2415, 2416, 2417, 2418, 2419, 2420, 2421, 2422, 2423, 2424, 2425, 2426, 2427, 2428, 2429, 2430, 2431, 2432, 2433, 2434, 2435, 2436, 2437, 2438, 2439, 2440, 2441, 2442, 2443, 2444, 2445, 2446, 2447, 2448, 2449, 2450, 2451, 2452, 2453, 2454, 2455, 2456, 2457, 2458, 2459, 2460, 2461, 2462, 2463, 2464, 2465, 2466, 2467, 2468, 2469, 2470, 2471, 2472, 2473, 2474, 2475, 2476, 2477, 2478, 2479, 2480, 2481, 2482, 2483, 2484, 2485, 2486, 2487, 2488, 2489, 2490, 2491, 2492, 2493, 2494, 2495, 2496, 2497, 2498, 2499, 2500, 2501, 2502, 2503, 2504, 2505, 2506, 2507, 2508, 2509, 2510, 2511, 2512, 2513, 2514, 2515, 2516, 2517, 2518, 2519, 2520, 2521, 2522, 2523, 2524, 2525, 2526, 2527, 2528, 2529, 2530, 2531, 2532, 2533, 2534, 2535, 2536, 2537, 2538, 2539, 2540, 2541, 2542, 2543, 2544, 2545, 2546, 2547, 2548, 2549, 2550, 2551, 2552, 2553, 2554, 2555, 2556, 2557, 2558, 2559, 2560, 2561, 2562, 2563, 2564, 2565, 2566, 2567, 2568, 2569, 2570, 2571, 2572, 2573, 2574, 2575, 2576, 2577, 2578, 2579, 2580, 2581, 2582, 2583, 2584, 2585, 2586, 2587, 2588, 2589, 2590, 2591, 2592, 2593, 2594, 2595, 2596, 2597, 2598, 2599, 2600, 2601, 2602, 2603, 2604, 2605, 2606, 2607, 2608, 2609, 2610, 2611, 2612, 2613, 2614, 2615, 2616, 2617, 2618, 2619, 2620, 2621, 2622, 2623, 2624, 2625, 2626, 2627, 2628, 2629, 2630, 2631, 2632, 2633, 2634, 2635, 2636, 2637, 2638, 2639, 2640, 2641, 2642, 2643, 2644, 2645, 2646, 2647, 2648, 2649, 2650, 2651, 2652, 2653, 2654, 2655, 2656, 2657, 2658, 2659, 2660, 2661, 2662, 2663, 2664, 2665, 2666, 2667, 2668, 2669, 2670, 2671, 2672, 2673, 2674, 2675, 2676, 2677, 2678, 2679, 2680, 2681, 2682, 2683, 2684, 2685, 2686, 2687, 2688, 2689, 2690, 2691, 2692, 2693, 2694, 2695, 2696, 2697, 2698, 2699, 2700, 2701, 2702, 2703, 2704, 2705, 2706, 2707, 2708, 2709, 2710, 2711, 2712, 2713, 2714, 2715, 2716, 2717, 2718, 2719, 2720, 2721, 2722, 2723, 2724, 2725, 2726, 2727, 2728, 2729, 2730, 2731, 2732, 2733, 2734, 2735, 2736, 2737, 2738, 2739, 2740, 2741, 2742, 2743, 2744, 2745, 2746, 2747, 2748, 2749, 2750, 2751, 2752, 2753, 2754, 2755, 2756, 2757, 2758, 2759, 2760, 2761, 2762, 2763, 2764, 2765, 2766, 2767, 2768, 2769, 2770, 2771, 2772, 2773, 2774, 2775, 2776, 2777, 2778, 2779, 2780, 2781, 2782, 2783, 2784, 2785, 2786, 2787, 2788, 2789, 2790, 2791, 2792, 2793, 2794, 2795, 2796, 2797, 2798, 2799, 2800, 2801, 2802, 2803, 2804, 2805, 2806, 2807, 2808, 2809, 2810, 2811, 2812, 2813, 2814, 2815, 2816, 2817, 2818, 2819, 2820, 2821, 2822, 2823, 2824, 2825, 2826, 2827, 2828, 2829, 2830, 2831, 2832, 2833, 2834, 2835, 2836, 2837, 2838, 2839, 2840, 2841, 2842, 2843, 2844, 2845, 2846, 2847, 2848, 2849, 2850, 2851, 2852, 2853, 2854, 2855, 2856, 2857, 2858, 2859, 2860, 2861, 2862, 2863, 2864, 2865, 2866, 2867, 2868, 2869, 2870, 2871, 2872, 2873, 2874, 2875, 2876, 2877, 2878, 2879, 2880, 2881, 2882, 2883, 2884, 2885, 2886, 2887, 2888, 2889, 2890, 2891, 2892, 2893, 2894, 2895, 2896, 2897, 2898, 2899, 2900, 2901, 2902, 2903, 2904, 2905, 2906, 2907, 2908, 2909, 2910, 2911, 2912, 2913, 2914, 2915, 2916, 2917, 2918, 2919, 2920, 2921, 2922, 2923, 2924, 2925, 2926, 2927, 2928, 2929, 2930, 2931, 2932, 2933, 2934, 2935, 2936, 2937, 2938, 2939, 2940, 2941, 2942, 2943, 2944, 2945, 2946, 2947, 2948, 2949, 2950, 2951, 2952, 2953, 2954, 2955, 2956, 2957, 2958, 2959, 2960, 2961, 2962, 2963, 2964, 2965, 2966, 2967, 2968, 2969, 2970, 2971, 2972, 2973, 2974, 2975, 2976, 2977, 2978, 2979, 2980, 2981, 2982, 2983, 2984, 2985, 2986, 2987, 2988, 2989, 2990, 2991, 2992, 2993, 2994, 2995, 2996, 2997, 2998, 2999, 3000, 3001, 3002, 3003, 3004, 3005, 3006, 3007, 3008, 3009, 3010, 3011, 3012, 3013, 3014, 3015, 3016, 3017, 3018, 3019, 3020, 3021, 3022, 3023, 3024, 3025, 3026, 3027, 3028, 3029, 3030, 3031, 3032, 3033, 3034, 3035, 3036, 3037, 3038, 3039, 3040, 3041, 3042, 3043, 3044, 3045, 3046, 3047, 3048, 3049, 3050, 3051, 3052, 3053, 3054, 3055, 3056, 3057, 3058, 3059, 3060, 3061, 3062, 3063, 3064, 3065, 3066, 3067, 3068, 3069, 3070, 3071, 3072, 3073, 3074, 3075, 3076, 3077, 3078, 3079, 3080, 3081, 3082, 3083, 3084, 3085, 3086, 3087, 3088, 3089, 3090, 3091, 3092, 3093, 3094, 3095, 3096, 3097, 3098, 3099, 3100, 3101, 3102, 3103, 3104, 3105, 3106, 3107, 3108, 3109, 3110, 3111, 3112, 3113, 3114, 3115, 3116, 3117, 3118, 3119, 3120, 3121, 3122, 3123, 3124, 3125, 3126, 3127, 3128, 3129, 3130, 3131, 3132, 3133, 3134, 3135, 3136, 3137, 3138, 3139, 3140, 3141, 3142, 3143, 3144, 3145, 3146, 3147, 3148, 3149, 3150, 3151, 3152, 3153, 3154, 3155, 3156, 3157, 3158, 3159, 3160, 3161, 3162, 3163, 3164, 3165, 3166, 3167, 3168, 3169, 3170, 3171, 3172, 3173, 3174, 3175, 3176, 3177, 3178, 3179, 3180, 3181, 3182, 3183, 3184, 3185, 3186, 3187, 3188, 3189, 3190, 3191, 3192, 3193, 3194, 3195, 3196, 3197, 3198, 3199, 3200, 3201, 3202, 3203, 3204, 3205, 3206, 3207, 3208, 3209, 3210, 3211, 3212, 3213, 3214, 3215, 3216, 3217, 3218, 3219, 3220, 3221, 3222, 3223, 3224, 3225, 3226, 3227, 3228, 3229, 3230, 3231, 3232, 3233, 3234, 3235, 3236, 3237, 3238, 3239, 3240, 3241, 3242, 3243, 3244, 3245, 3246, 3247, 3248, 3249, 3250, 3251, 3252, 3253, 3254, 3255, 3256, 3257, 3258, 3259, 3260, 3261, 3262, 3263, 3264, 3265, 3266, 3267, 3268, 3269, 3270, 3271, 3272, 3273, 3274, 3275, 3276, 3277, 3278, 3279, 3280, 3281, 3282, 3283, 3284, 3285, 3286, 3287, 3288, 3289, 3290, 3291, 3292, 3293, 3294, 3295, 3296, 3297, 3298, 3299, 3300, 3301, 3302, 3303, 3304, 3305, 3306, 3307, 3308, 3309, 3310, 3311, 3312, 3313, 3314, 3315, 3316, 3317, 3318, 3319, 3320, 3321, 3322, 3323, 3324, 3325, 3326, 3327, 3328, 3329, 3330, 3331, 3332, 3333, 3334, 3335, 3336, 3337, 3338, 3339, 3340, 3341, 3342, 3343, 3344, 3345, 3346, 3347, 3348, 3349, 3350, 3351, 3352, 3353, 3354, 3355, 3356, 3357, 3358, 3359, 3360, 3361, 3362, 3363, 3364, 3365, 3366, 3367, 3368, 3369, 3370, 3371, 3372, 3373, 3374, 3375, 3376, 3377, 3378, 3379, 3380, 3381, 3382, 3383, 3384, 3385, 3386, 3387, 3388, 3389, 3390, 3391, 3392, 3393, 3394, 3395, 3396, 3397, 3398, 3399, 3400, 3401, 3402, 3403, 3404, 3405, 3406, 3407, 3408, 3409, 3410, 3411, 3412, 3413, 3414, 3415, 3416, 3417, 3418, 3419, 3420, 3421, 3422, 3423, 3424, 3425, 3426, 3427, 3428, 3429, 3430, 3431, 3432, 3433, 3434, 3435, 3436, 3437, 3438, 3439, 3440, 3441, 3442, 3443, 3444, 3445, 3446, 3447, 3448, 3449, 3450, 3451, 3452, 3453, 3454, 3455, 3456, 3457, 3458, 3459, 3460, 3461, 3462, 3463, 3464, 3465, 3466, 3467, 3468, 3469, 3470, 3471, 3472, 3473, 3474, 3475, 3476, 3477, 3478, 3479, 3480, 3481, 3482, 3483, 3484, 3485, 3486, 3487, 3488, 3489, 3490, 3491, 3492, 3493, 3494, 3495, 3496, 3497, 3498, 3499, 3500, 3501, 3502, 3503, 3504, 3505, 3506, 3507, 3508, 3509, 3510, 3511, 3512, 3513, 3514, 3515, 3516, 3517, 3518, 3519, 3520, 3521, 3522, 3523, 3524, 3525, 3526, 3527, 3528, 3529, 3530, 3531, 3532, 3533, 3534, 3535, 3536, 3537, 3538, 3539, 3540, 3541, 3542, 3543, 3544, 3545, 3546, 3547, 3548, 3549, 3550, 3551, 3552, 3553, 3554, 3555, 3556, 3557, 3558, 3559, 3560, 3561, 3562, 3563, 3564, 3565, 3566, 3567, 3568, 3569, 3570, 3571, 3572, 3573, 3574, 3575, 3576, 3577, 3578, 3579, 3580, 3581, 3582, 3583, 3584, 3585, 3586, 3587, 3588, 3589, 3590, 3591, 3592, 3593, 3594, 3595, 3596, 3597, 3598, 3599, 3600, 3601, 3602, 3603, 3604, 3605, 3606, 3607, 3608, 3609, 3610, 3611, 3612, 3613, 3614, 3615, 3616, 3617, 3618, 3619, 3620, 3621, 3622, 3623, 3624, 3625, 3626, 3627, 3628, 3629, 3630, 3631, 3632, 3633, 3634, 3635, 3636, 3637, 3638, 3639, 3640, 3641, 3642, 3643, 3644, 3645, 3646, 3647, 3648, 3649, 3650, 3651, 3652, 3653, 3654, 3655, 3656, 3657, 3658, 3659, 3660, 3661, 3662, 3663, 3664, 3665, 3666, 3667, 3668, 3669, 3670, 3671, 3672, 3673, 3674, 3675, 3676, 3677, 3678, 3679, 3680, 3681, 3682, 3683, 3684, 3685, 3686, 3687, 3688, 3689, 3690, 3691, 3692, 3693, 3694, 3695, 3696, 3697, 3698, 3699, 3700, 3701, 3702, 3703, 3704, 3705, 3706, 3707, 3708, 3709, 3710, 3711, 3712, 3713, 3714, 3715, 3716, 3717, 3718, 3719, 3720, 3721, 3722, 3723, 3724, 3725, 3726, 3727, 3728, 3729, 3730, 3731, 3732, 3733, 3734, 3735, 3736, 3737, 3738, 3739, 3740, 3741, 3742, 3743, 3744, 3745, 3746, 3747, 3748, 3749, 3750, 3751, 3752, 3753, 3754, 3755, 3756, 3757, 3758, 3759, 3760, 3761, 3762, 3763, 3764, 3765, 3766, 3767, 3768, 3769, 3770, 3771, 3772, 3773, 3774, 3775, 3776, 3777, 3778, 3779, 3780, 3781, 3782, 3783, 3784, 3785, 3786, 3787, 3788, 3789, 3790, 3791, 3792, 3793, 3794, 3795, 3796, 3797, 3798, 3799, 3800, 3801, 3802, 3803, 3804, 3805, 3806, 3807, 3808, 3809, 3810, 3811, 3812, 3813, 3814, 3815, 3816, 3817, 3818, 3819, 3820, 3821, 3822, 3823, 3824, 3825, 3826, 3827, 3828, 3829, 3830, 3831, 3832, 3833, 3834, 3835, 3836, 3837, 3838, 3839, 3840, 3841, 3842, 3843, 3844, 3845, 3846, 3847, 3848, 3849, 3850, 3851, 3852, 3853, 3854, 3855, 3856, 3857, 3858, 3859, 3860, 3861, 3862, 3863, 3864, 3865, 3866, 3867, 3868, 3869, 3870, 3871, 3872, 3873, 3874, 3875, 3876, 3877, 3878, 3879, 3880, 3881, 3882, 3883, 3884, 3885, 3886, 3887, 3888, 3889, 3890, 3891, 3892, 3893, 3894, 3895, 3896, 3897, 3898, 3899, 3900, 3901, 3902, 3903, 3904, 3905, 3906, 3907, 3908, 3909, 3910, 3911, 3912, 3913, 3914, 3915, 3916, 3917, 3918, 3919, 3920, 3921, 3922, 3923, 3924, 3925, 3926, 3927, 3928, 3929, 3930, 3931, 3932, 3933, 3934, 3935, 3936, 3937, 3938, 3939, 3940, 39



www.pned.pt
Siga-nos no
facebook
www.facebook.com/pnedesporto



OS PRATICANTES DESPORTIVOS DEVEM...

RESPEITAR AS REGRAS DO JOGO OU DA COMPETIÇÃO.

RECUSAR E DENUNCIAR A FRAUDE OU MANIPULAÇÃO DE RESULTADOS, DEFENDENDO SEMPRE A VERDADE DESPORTIVA.

DAR SEMPRE O MELHOR NA COMPETIÇÃO, INDEPENDENTEMENTE DO ADVERSÁRIO.

CONSIDERAR OS ADVERSÁRIOS DESPORTIVOS COMO PARCEIROS E NÃO COMO INIMIGOS, TRATANDO-OS COM EDUCAÇÃO E CORTESIA.

RESPEITAR O SEU PRÓPRIO CORPO, BEM COMO O DOS ADVERSÁRIOS, PRESERVANDO-OS DE QUALQUER OFENSA À SUA INTEGRIDADE FÍSICA E MENTAL.

REPUDIAR A DOPAGEM SOB QUALQUER FORMA, PROTEGENDO DESSE MODO A SUA SAÚDE E PRESERVANDO A VERDADE DESPORTIVA.

RECONHECER O VALOR DOS ADVERSÁRIOS E FELICITÁ-LOS QUANDO ELES GANHAM O JOGO OU A COMPETIÇÃO. NÃO PROCURAR DESCULPAS OU GUARDAR RANCOR PELO FACTO DE TER SIDO DERROTADO MAS, PELO CONTRÁRIO, SABER UTILIZAR A DERROTA COMO FACTOR DE MELHORIA.

APRENDER A VENCER: MANTER NA ALEGRIA DA VITÓRIA, A HUMILDADE E A SIMPLICIDADE RECONHECENDO EM CADA UMA DELAS O ESFORÇO DOS VENCIDOS.

RESPEITAR OS OUTROS AGENTES DESPORTIVOS (DIRIGENTES, TREINADORES, ÁRBITROS E JUÍZES, ETC) E OS ESPETADORES, EM TODAS AS CIRCUNSTÂNCIAS E MOMENTOS, NAS COMPETIÇÕES OU FORA DELAS, TRATANDO-OS DE FORMA RESPEITOSA E CORTÊS.

SER CORRETO E RESPEITADOR PARA COM AS ENTIDADES QUE PRESTEM OS SERVIÇOS DESPORTIVOS.

LEMBRAR QUE À MEDIDA QUE SE VÃO OBTENDO MELHORES RESULTADOS MAIORES SERÃO AS OBRIGAÇÕES QUANTO À SALVAGUARDA DOS PRINCÍPIOS DO ESPÍRITO DESPORTIVO, POIS TORNAR-SE-ÃO EXEMPLO PÚBLICO DE ÉTICA PARA TODOS, SOBRETUDO PARA OS MAIS JOVENS.

CONHECER E CUMPRIR O CÓDIGO DE ÉTICA DESPORTIVA QUE TENHA SIDO APROVADO PELAS ASSOCIAÇÕES DE CLASSE REPRESENTATIVAS DA ÁREA DE ATIVIDADE EM QUE SE INSEREM.



www.pned.pt
 página no
 facebook
 www.facebook.com/pnedesporto



OS PAIS E ENCARREGADOS DE EDUCAÇÃO DEVEM...

- TRANSMITIR AOS SEUS FILHOS OU EDUCANDOS O SENTIDO E A RAZÃO DE SER DO DESPORTO, BEM COMO OS SEUS VALORES; NA ÓTICA DA ESSÊNCIA DO SER HUMANO E DO QUE O DESPORTO REPRESENTA NAS RELAÇÕES HUMANAS, FAMILIARES E SOCIAIS.

- RESPEITAR AS DECISÕES DESPORTIVAS DOS ÁRBITROS, JUÍZES, CRONOMETRISTAS E OUTROS APLICADORES DAS LEIS DO JOGO, TREINADORES, DIRIGENTES E DEMAIS AGENTES DESPORTIVOS.
- COMPREENDER E FAZER COMPREENDER AOS SEUS FILHOS OU EDUCANDOS A NECESSIDADE DE, NAS COMPETIÇÕES OU FORA DELAS, PRATICAREM OS VALORES ÉTICOS.
- INFORMAR OS SEUS FILHOS OU EDUCANDOS SOBRE A PROBLEMÁTICA DA LUTA CONTRA A DOPAGEM, NOMEADAMENTE NOS DEVERES E DIREITOS DOS JOVENS PRATICANTES DESPORTIVOS E ALERTAR OS MÉDICOS QUE OS ASSISTEM PARA O FACTO DE OS MESMOS SEREM PRATICANTES DESPORTIVOS.
- INCUTIR AOS SEUS FILHOS OU EDUCANDOS O ESPÍRITO DE QUE A ESSÊNCIA DO DESPORTO NÃO ESTÁ NA ATRIBUIÇÃO E OSTENTAÇÃO DE TÍTULOS, MAS SIM NA IDEIA DE QUE A PRÁTICA DESPORTIVA CONSTITUI UM EXCELENTE CONTRIBUTO PARA A MELHORIA DA SAÚDE E FORMAÇÃO CÍVICA DOS MESMOS.
- DIVULGAR E VALORIZAR, JUNTO DOS SEUS FILHOS OU EDUCANDOS, OS BONS EXEMPLOS OCORRIDOS NO DESPORTO E NA VIDA.
- TER UMA RELAÇÃO CORRETA E COOPERANTE COM OS PAIS E ENCARGADOS DE EDUCAÇÃO DOS OUTROS PRATICANTES.



TORRE LARANJA FUTSAL CLUBE

Porque acreditamos que é possível



www.pned.pt

Siga-nos no
facebook
www.facebook.com/pnedeporto



OS TREINADORES DEVEM...

- RESPEITAR, POR TODAS AS FORMAS E EM TODOS OS MOMENTOS, E DE MODO IGUAL, OS PRATICANTES QUE ESTEJAM SOB A SUA ALÇADA, PRESERVANDO A SAÚDE E A INTEGRIDADE FÍSICA E MENTAL DOS MESMOS.
- FOMENTAR O DESPORTIVISMO ENTRE OS PRATICANTES, INCLUSIVE NOS PRÓPRIOS TREINOS.
- RESPEITAR AS REGRAS TÉCNICAS DO DESPORTO E CONTRIBUIR PARA A SUA MELHORIA QUALITATIVA.
- RECUSAR E DENUNCIAR A FRAUDE OU MANIPULAÇÃO DE RESULTADOS, DEFENDENDO SEMPRE A VERDADE DESPORTIVA.
- CONSIDERAR OS COLEGAS DE ATIVIDADE COMO PARCEIROS NO QUE RESPEITA AO DESENVOLVIMENTO DAS MODALIDADES DESPORTIVAS QUE TREINAM.
- FOMENTAR A SAUDÁVEL RELAÇÃO ENTRE TODOS OS COLEGAS DE CLASSE.

- CONSTITUIR UM MODELO ÉTICO PARA TODOS, SOBRETUDO PARA OS MAIS JOVENS.
- FOMENTAR, EM TODOS OS ESCALÕES ETÁRIOS, OS VALORES ÉTICOS SUBJACENTES AO DESPORTO E À VIDA.
- OPOR-SE À UTILIZAÇÃO DE QUAISQUER SUBSTÂNCIAS OU MÉTODOS PROIBIDOS QUE MELHOREM ARTIFICIALMENTE O DESEMPENHO DOS PRATICANTES, NOS TERMOS DAS REGRAS ANTIDOPAGEM APLICÁVEIS, E À UTILIZAÇÃO DE MÉTODOS QUE NÃO ESTEJAM EM CONFORMIDADE COM A ÉTICA MÉDICA OU COM DADOS CIENTÍFICOS CONSISTENTES.
- NÃO EMPREGAR MÉTODO DE TREINO, PRÁTICAS E REGRAS QUE POSSAM PREJUDICAR A SAÚDE E O BEM-ESTAR DO PRATICANTE, BEM COMO AVALIAR, E TER EM CONTA AS ETAPAS DE CRESCIMENTO E O SEU ESTADO DE DESENVOLVIMENTO, PROCURANDO ASSEGURAR UMA ADEQUADA NUTRIÇÃO, TEMPOS DE LAZER E DE RECUPERAÇÃO E UMA INTEGRAÇÃO DO SISTEMA COM AS ATIVIDADES ESCOLARES E SOCIAIS.
- EVITAR QUALQUER SITUAÇÃO QUE POSSA LEVAR A CONFLITOS DE INTERESSE. ENTENDE-SE POR CONFLITOS DE INTERESSE QUANDO TÊM, OU APARENTAM TER, INTERESSES PRIVADOS OU PESSOAIS QUE COLOQUEM EM CAUSA A INTEGRIDADE E A INDEPENDÊNCIA NO EXERCÍCIO DAS SUAS FUNÇÕES.
- CUMPRIR O CÓDIGO DE ÉTICA DESPORTIVA QUE TENHA SIDO APROVADO PELAS ASSOCIAÇÕES DE CLASSE REPRESENTATIVAS DA ÁREA DE ATIVIDADE EM QUE SE INSERE.



TORRE LARANJA FUTSAL CLUBE

Porque acreditamos que é possível

7.8. Normas de acompanhamento dos Jogadores Residentes

- As normas sobre o acompanhamento de Jogadores vão no seguimento do plano estratégico interno da **Torre Laranja Futsal Clube**, que visa um acompanhamento mais direto para tentar potenciar ao máximo os valores do jogador, estar em articulação permanente com os encarregados de educação;
- A necessidade de todos estarem envolvidos no crescimento do jogador em vários campos do seu dia-a-dia, a realidade é que nem todos chegaram ao topo da carreira, mas cabe a nós estabelecermos normas para que todos tenham um acompanhamento e oportunidade igual ou ajustável às suas necessidades.

* Ponto em atualização, fase às necessidades de implementação das normas

8. Infrações e Quadro Disciplinar

- O presente regulamento de Infrações e Quadros Disciplinar é um documento orientador da formação desportiva, pessoal e social de todos os agentes envolvidos nas actividades desenvolvidas da **Torre Laranja Futsal Clube**
- Assim, qualquer infração ao presente regulamento os demais agentes incorrem:

Regulamento disciplinar:

- O atleta deve justificar as suas faltas e de preferência com antecedência. Em caso de 50% de faltas injustificadas ao treino, o atleta pode ser convocado para o jogo, podendo não jogar;
- Um atleta que falte injustificadamente a um jogo, não será convocado para o próximo, mesmo que tenha 100% de assiduidade nos treinos;
- Desavenças graves– sanção a aplicar pelo Treinador/Coordenação/Direcção;



TORRE LARANJA FUTSAL CLUBE

Porque acreditamos que é possível

- Falta de respeito e indisciplina para com os responsáveis – sanção a aplicar pelo coordenador e directores, após consulta aos treinadores;
- Falta de respeito e indisciplina para com colegas de equipa- Sanção a aplicar pelo coordenador, após consulta aos treinadores;
- Não cumprimento das normas internas – castigo a aplicar pelo coordenador e directores, após consulta aos treinadores;
- Comportamentos incorrectos para com elementos internos ou externos ao Clube – castigo a aplicar pelos directores, após consulta ao treinador e coordenador.

Pais ou encarregados de educação:

- Têm direito de aceder às instalações, bem como assistir às atividades do seu filho(a) ou educando, em local indicado previamente;
- Tratar com respeito, tolerância e dignidade todos os intervenientes em quaisquer atividades da **Torre Laranja Futsal Clube**;
- Não perturbar ou interferir de forma alguma com o desenvolvimento das atividades, sejam treinos, palestras, torneios ou outros;
- Falta de respeito e indisciplina para com os responsáveis – sanção a aplicar pelo coordenador e directores, após consulta aos treinadores;
- Falta de respeito e indisciplina para com outros pais ou encarregados(as) de educação- Sanção a aplicar pelo coordenador, após consulta aos treinadores;
- Falta de respeito e indisciplina para com atletas- Sanção a aplicar pelo coordenador, após consulta aos treinadores;
- Não cumprimento das normas internas – castigo a aplicar pelo coordenador e directores, após consulta aos treinadores;
- Comportamentos incorrectos para com elementos internos ou externos ao Clube – castigo a aplicar pelos directores, após consulta ao treinador e coordenador.



TORRE LARANJA FUTSAL CLUBE

Porque acreditamos que é possível

As sanções a aplicar serão de:

A). Advertência

B). Ordem de saída do Treino, Jogo ou torneio

c). Repreensão

D). Multa

E). Suspensão

F). Exclusão

- Todos os infratores, terão o direito a serem previamente ouvidos antes da aplicação de qualquer sanção;
- Todas as situações não previstas neste Regulamento e que impliquem sanção disciplinar serão analisadas pela coordenação e equipa de treinadores que posteriormente dará conhecimento à direção do Clube.

Disposições Finais

- A **Torre Laranja Futsal Clube**, reserva-se ao direito de decidir os casos omissos, após auscultação dos intervenientes e com o bom senso adequado;
- O presente Manual de Acolhimento e Boas Práticas entra em vigor na data de aprovação em reunião da Direção;
- As Alterações ao Manual de Acolhimento e Boas Práticas pode ser alterado em reunião da Direção e comunicada a mesma, nos seus vários canais de comunicação oficial.