



# MANUAL DE ACOLHIMENTO E BOAS PRÁTICAS

**Associação Desportiva e Recreativa de S. Pedro Fins**

### Histórico de versões/alterações

Versão	Alteração	Data
0	-	2023-03-12
1	Retirada a menção à época desportiva	2024-03-20
2	Retificado organograma	2024-05-02



## ÍNDICE

<b>Introdução</b> .....	4
<b>plano das infraestruturas</b> .....	5
<b>Missão</b> .....	7
<b>Objetivo</b> .....	8
<b>Visão</b> .....	9
<b>Valores</b> .....	10
<b>Condições inscrição e PReçário</b> .....	11
<b>Organograma</b> .....	12
<b>Normas de Conduta para o Staff</b> .....	13
Código de conduta dos Treinadores: .....	13
Código de conduta dos Diretores:.....	14
Código de conduta dos jogadores: .....	15
<b>Atletas em treino e competição</b> .....	16
Antes do treino: .....	16
Durante o treino: .....	16
Nos Jogos: .....	17
Critérios para participação no processo de competição: .....	17
<b>Comportamento a adotar relativamente ao match fixing e apostas</b> .....	18
<b>Normas de conduta na escola</b> .....	19
<b>Normas de conduta no transporte</b> .....	20



## Associação Desportiva e Recreativa de S. Pedro Fins

### Manual de Acolhimento e Boas Práticas

<b>Recomendações alimentares</b> .....	21
<b>Plano de Emergência</b> .....	22
Em caso de emergência de um atleta dentro de campo:.....	22
Como atuar em situações de gravidade: .....	22
Informações Importantes:.....	22
<b>Acompanhamento escolar, pessoal e psicológico</b> .....	23
<b>Papel e responsabilidades de pais e encarregados de educação</b> .....	24
Deveres dos Pais:.....	24
Indicações dos Pais.....	25
<b>Informações e quadro disciplinar</b> .....	27
Infração Disciplinar .....	27
Notícia da Infração.....	27
Competência Disciplinar .....	27
O Procedimento Disciplinar .....	27
Atenuantes e agravantes.....	28
Escolhas e medidas da sanção Disciplinar .....	28
Sanções Disciplinares.....	28
Constituem sanções disciplinares:.....	28
<b>Comportamento de pais e encarregados de educação</b> .....	29



## INTRODUÇÃO

Exmo.(a) Sr.(a) Encarregado de Educação e Atletas:

**Sejam bem-vindos ao projeto ADR S. Pedro de Fins!**

A ADR S. Pedro Fins dá-lhe as boas-vindas!

É importante que conheçam as regras e as boas práticas adotadas pelo nosso clube.



Desta forma e para uma melhor integração dos Atletas, Encarregados de Educação, Treinadores, Coordenadores e restante Staff, a ADR S. Pedro de Fins através deste Manual de Acolhimento e Boas Práticas pretende informar todos sobre os procedimentos adotados.

Promovemos o correto desenvolvimento humano e desportista dos nossos Atletas, como parte integrante e ativa da nossa comunidade e da nossa sociedade.

Assim esperamos um contributo por parte de todos no crescimento deste projeto e na qualidade e bem-estar neste nobre desporto.

Incitamos a adoção de um espírito desportista saudável, onde prevalece a ética, o respeito, a dedicação e o espírito de equipa.

*O Presidente da Direção*

*(Hugo Lima)*

*Rua das Cardosas*

*4425-510 São Pedro Fins*



## PLANO DAS INFRAESTRUTURAS

**Designação:** Campo de Jogos de S. Pedro de Fins

**Localização:** Rua das Cardosas, s/n, 4425-510, S. Pedro Fins, Maia

**Coordenadas GPS:** 41.2454373476603, -8.56300055380093

**Características do recinto:** O Recinto é composto pelo edifício denominado de Campo, com uma área de jogo, uma sala médica, quatro balneários, arrecadação, receção, bar, wc publico com a área total de 9 798 m<sup>2</sup>.

O Recinto dispõe ainda de 3 lugares de estacionamento, localizado no interior, reservado, de 20 lugares, mesmo na frente do Recinto sem qualquer condicionante de acesso e de uso público e, ainda, de 54 lugares, a norte do recinto



### A. Balneários:

- a. 4 Balneários para equipas desportivas;
- b. 1 Balneário para equipas de Arbitragem.

### B. Infraestruturas de Apoio:

- a. 1 Gabinete fisioterapia;
- b. 1 Gabinete responsável pela infraestrutura.



## Associação Desportiva e Recreativa de S. Pedro Fins

### Manual de Acolhimento e Boas Práticas

**C. Casas de Banho:**

- a. 1 Casa de banho masculina;
- b. 1 Casa de banho feminina.

**D. Bar;**

**E. Acesso Emergência;**

**F. Arrecadação;**

**G. Entrada Principal:**

- a. Acesso para Atletas, Staff, Direção e Equipa de Arbitragem;
- b. Acesso para Público;

**H. Bilheteira;**

**I. Zona acesso Restrito:**

- a. Exclusivo para Atletas, Staff, Direção, e Equipa de Arbitragem;

**J. Zona para Expectadores.**



## MISSÃO

A Associação Desportiva e Recreativa de São Pedro Fins tem como missão promover a prática desportiva de crianças a adultos, fornecendo-lhes as melhores condições para a sua evolução como atletas e como seres humanos, independentemente do género, da idade e da origem.

O clube promove a atuação de todos os seus elementos de forma socialmente responsável, cumprindo de forma exemplar com os seus compromissos, apelando sempre ao Fair play e refutando qualquer comportamento de discriminação ou *Bullying*.

Procuramos que todos os envolvidos – Staff, Sócios, Adeptos, Atletas, Encarregados de Educação, Patrocinadores e a nossa Comunidade – se sintam orgulhosos pela prática de desporto, comportamento e resultados, apresentados pelo nosso nobre clube.



## OBJETIVO

Vivemos numa sociedade ativa, onde a qualidade de vida se interliga entre o nosso trabalho, vida pessoal, vida social, entre outras.

Pretendemos criar destaque face aos outros clubes, com o objetivo de evoluir nos resultados dos diversos escalões, promover formação de maneira a encontrar um equilíbrio entre o clube, o atleta, a formação educacional e as suas demais interações, com a ambição de formar cidadãos mais capazes.

Assim é por nosso objetivo e pretensão crescer em todas as vertentes do clube e iniciar mais projetos ligados à formação e à educação, bem como criar um ponto de ligação com as restantes atividades formativas dos atletas.



## VISÃO

A nossa visão consiste em marcar a diferença não só pela qualidade desportiva, mas também pela qualidade de vida de todos os envolvidos no projeto A.D.R. São Pedro Fins.

Primamos pela excelência nas performances desportivas e respeito pelo *fair-play*, de forma a convidar mais parceiros, adeptos, atletas e a comunidade no dia a dia deste projeto.

Promovemos o clube, formando atletas e seres humanos, com valores e princípios, apelando a uma convivência em cidadania sã e ativa.



## VALORES

Os valores que exprimem a Visão e a Missão da Associação Desportiva e Recreativa de S. Pedro Fins e que criam as melhores condições à realização dos nossos objetivos são:

- ✓ Paixão;
- ✓ Dedicação;
- ✓ Disciplina;
- ✓ *Fair Play*;
- ✓ Esforço;
- ✓ Respeito;
- ✓ Solidariedade;
- ✓ Profissionalismo;
- ✓ Espírito de Equipa;
- ✓ Evolução;
- ✓ Aprendizagem;
- ✓ Progressão;
- ✓ Amizade;
- ✓ Entreajuda;
- ✓ Humildade.



## CONDIÇÕES INSCRIÇÃO E PREÇÁRIO

No momento da inscrição todos os atletas terão de entregar a seguinte documentação:

- ✓ Cópia do documento de identificação do atleta;
- ✓ Cópia do documento de identificação do Encarregado de Educação;
- ✓ Exame médico desportivo;
- ✓ Ficha de inscrição do atleta.

Relativamente aos custos a cargo do atleta/Encarregado de educação:

**Taxa de inscrição:** 25€ (inclui inscrição do atleta, para as competições oficiais, se aplicável).

**Mensalidade:**

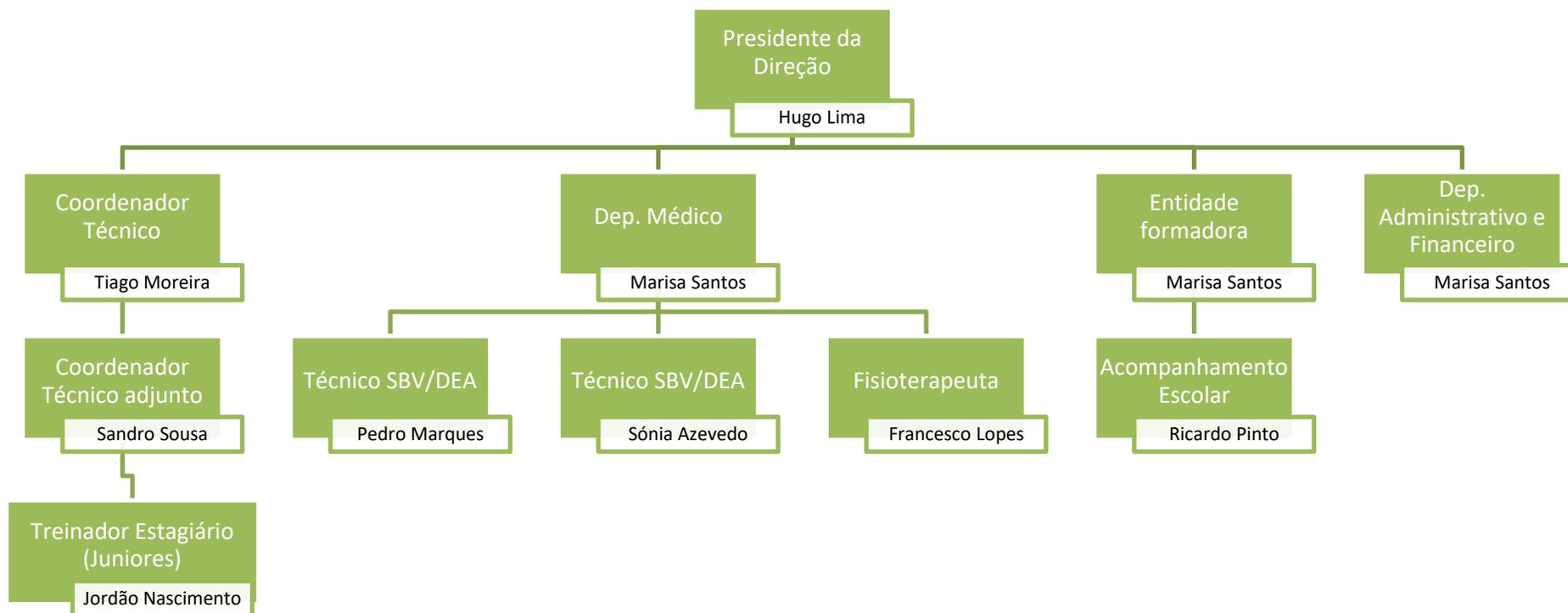
- 20€/Mês, para atletas que não sejam sócios ou familiares de sócios ADR S. Pedro de Fins;
- 15€/Mês, para atletas que sejam sócios ou familiares de sócios ADR S. Pedro de Fins;
- 10€/Mês, para atletas que sejam sócios ou familiares de sócios ADR S. Pedro de Fins e tenham irmãos na mesmo escalão, ou noutro diferente, desde que representem os dois (ou mais irmãos) a ADR S. Pedro de Fins.

**KIT Equipamento:** 120€ que inclui:

- 2 equipamentos de treino (2 camisolas, 2 calções e 2 pares de meias);
- 1 Equipamento oficial de Jogo (Camisola, calções e 1 par de meias);
- 1 Fato de treino;
- 1 Mochila.



## ORGANOGRAMA





## NORMAS DE CONDUTA PARA O STAFF

---

### CÓDIGO DE CONDUTA DOS TREINADORES:

#### Geral:

- O treinador, não pode alegar o desconhecimento do código de conduta, do departamento de futebol, para se justificar de qualquer comportamento ou responsabilidade;
- Não é permitido, qualquer tipo de comentário depreciativo, acerca do clube, diante de atletas, encarregados de educação; staff e adeptos;
- Não é permitido partilhar, ou divulgar, qualquer tipo de informação interna, do clube, a terceiros, ou publicar, em algum ponto de comunicação, sem autorização prévia;
- Qualquer situação irregular, deve ser reportada, ao Coordenador Técnico;
- O treinador, deve ter um comportamento exemplar no exercício das suas funções, no clube e enquanto membro do mesmo;
- Não é permitido fumar, ou consumir bebidas alcoólicas, enquanto estiver...ao serviço do clube.

#### Treinos:

- Deve ser, sempre, o primeiro a chegar e o último a sair;
- Deve ter, sempre, o treino previamente planeado;
- Deve ser responsável pela conservação e manutenção do material e em caso de dano reportar de imediato ao Diretor de Escalão;
- Não são permitidos o uso de brincos, pulseiras ou outros acessórios durante o treino, exceto a aliança;
- Não é permitido o transporte, ou uso de telemóvel, durante o treino;
- Deve usar o equipamento do Clube, como forma de identificação.



## Associação Desportiva e Recreativa de S. Pedro Fins

### Manual de Acolhimento e Boas Práticas

#### Jogos:

- Deve usar, sempre, equipamento e material do Clube;
- Ao serviço do clube, deverá ter uma conduta desportiva exemplar e respeitar o árbitro, os elementos das equipas adversárias, bem como todos os agentes desportivos envolvidos, adeptos, e demais pessoas, que se encontrem no recinto;
- Não são permitidas interações, negativas, com o clube, ou a utilização de vocabulário verbal ou gestual, desrespeitoso;
- Durante o jogo, deve procurar ser interventivo na liderança da sua equipa, mostrando os valores e o respeito promovido, pelo clube, em todos os escalões existentes;
- Qualquer infração, por parte do treinador, a este código de conduta, resultará em processo disciplinar, cuja sanção, será determinada, em conjunto, pelo Coordenador Técnico e pelo Diretor da Formação.

---

#### CÓDIGO DE CONDUTA DOS DIRETORES:

- Os Diretores de Futebol são escolhidos pelas suas grandes capacidades de liderança e empatia para com os outros. No dia a dia devemos constatar o seu altruísmo, com um caráter tolerante, honesto e espírito de *fair-play*. Nunca deve esquecer o seu lugar no clube e deve manter sempre o espírito de bom senso no exercício das suas funções;
- O Diretor deve ter sempre presente a sua responsabilidade de pontualidade e acompanhamento do escalão que dirige. A articulação com a equipa técnica deverá ser sempre cordial e harmoniosa, sem nunca se intrometer no treino e no seu planeamento e organização;
- O Diretor deve promover a boa relação entre Encarregados de Educação e o Staff do Clube. Deverá ter o bom senso e confidencialidade nos assuntos tratados com os Encarregados de Educação e deve harmonizar e ser o ponto de ligação entre os atletas, encarregados de Educação e Staff do Clube.
- O Diretor deve primar por uma postura de disciplina orientada para o trabalho e para o que são os deveres dos atletas, sendo que ao mesmo tempo deve ter sempre uma postura empática nos momentos difíceis, revelando as suas capacidades de liderança;
- O Diretor é o representante do clube nos momentos de competição, assim no desempenhar das suas funções deve primar pela pontualidade, pelo bom acolhimento da equipa adversária, bem como, da equipa de arbitragem.



#### CÓDIGO DE CONDUTA DOS JOGADORES:

- Não são permitidas desavenças entre colegas. Se existirem existirão sanções a aplicar pelo Treinador / Coordenador;
- Não serão permitidas faltas de respeito e indisciplina para com o Staff. Se tal suceder existirão sanções a aplicar pela Coordenação;
- Não cumprimento das normas internas do Clube implicará sanções a determinar pela Coordenação;
- Não é permitido treinar ou jogar em outro clube sem autorização da coordenação, se tal suceder poderão ocorrer sanções a determinar pela Coordenação;
- As sanções referidas nos pontos anteriores são: advertências, repreensão, suspensão e / ou exclusão;
- Antes da aplicação de sanções, todos os infratores e devidas testemunhas serão previamente ouvidos;
- Todas as situações não previstas neste Manual de Acolhimento e Boas Práticas e que impliquem a determinação de uma ação disciplinar serão analisadas pela Coordenação do clube.



## ATLETAS EM TREINO E COMPETIÇÃO

---

### ANTES DO TREINO:

- Todos os atletas devem evitar, 90 minutos antes do treino e competição, ingerir alimentos do tipo: fritos, bolos, refrigerantes, leite e derivados;
- Todos os atletas devem evitar, trazer objetos de valor para os treinos e competições (relógios, telemóveis, carteira, entre outros);
- Durante os treinos e competições, todos os atletas, devem estar sempre equipados a rigor, não sendo permitido o uso de adereços (brincos, anéis, relógios, pulseiras, piercings, entre outros) de forma a garantir a tua integridade física e a dos restantes atletas;
- Não é permitida a entrada de atletas em campo sem autorização do Treinador;
- Os atletas são responsáveis pelo material de treino que utilizam, devendo zelar pela boa integridade do mesmo, no transporte de e para o local de treino (caso seja solicitado) e em caso de dano reportar de imediato ao Treinador e seu Diretor;
- Todos os atletas devem comunicar, com a devida antecedência, qualquer tipo de ausência planeada, ao Treinador e / ou Diretor;
- Todos os atletas devem justificar as suas ausências, ao Diretor e Treinador.

---

### DURANTE O TREINO:

- De forma a aperfeiçoar as suas capacidades e encontrar evolução no seu percurso desportivo, todos os atletas, devem estar atentos às informações dos treinadores e colegas atletas;
- Se um atleta não compreender alguma informação transmitida, pode e deve solicitar, as vezes necessárias, nova explicação;
- Os atletas devem seguir com eficácia as diretrizes dos treinadores, de forma a otimizar os treinos;
- Não serão aceites quaisquer atitudes de indisciplina para com os atletas companheiros, atletas adversários; Treinadores, Árbitros, Staff, Adeptos e demais envolventes durante as atividades desportivas;
- Se ocorrer lesão o atleta deverá comunicar de imediato ao treinador e poderá solicitar o auxílio do fisioterapeuta, caso exista a necessidade de apoio médico, deverá ser mobilizado para o posto médico e acionar serviço de emergência se tal for verificado;



## Associação Desportiva e Recreativa de S. Pedro Fins

### Manual de Acolhimento e Boas Práticas

- Quando chegam ao recinto e quando deixam o recinto a boa cordialidade sugere o cumprimento a treinadores e colegas atletas.

---

#### NOS JOGOS:

- Nos dias de atividades desportivas e/ ou competições, os atletas devem comparecer no local designado à hora agendada, devidamente equipados, seguindo as diretrizes dos Diretores de cada escalão. Não esquecer as chuteiras e caneleiras;
- Durante as viagens para eventos desportivos, os atletas devem evidenciar um comportamento digno e zelar pela sua integridade física e pelos demais que o acompanham, bem como, se manterem junto ao grupo em todos os momentos;
- Antes dos eventos desportivos se iniciarem os atletas devem estar atentos a todas as indicações do seu Treinador;
- Se for suplente no dia da competição deve respeitar a decisão do Treinador, apoiando os seus colegas e estar apto a entrar logo que seja solicitado. Assim deve aguardar serenamente e estar atento ao jogo;
- Independentemente do desfecho do jogo a cordialidade e a educação devem prevalecer, cumprimentando todos Adeptos, Treinadores, Árbitro; Colegas Atletas e Atletas adversários com cordialidade.

---

#### CRITÉRIOS PARA PARTICIPAÇÃO NO PROCESSO DE COMPETIÇÃO:

No que diz respeito aos critérios para participação nas competições, os mesmos são os seguintes, não sendo relevante a ordem pela qual se encontram apresentados:

- Assiduidade e pontualidade dos atletas às sessões de treino;
- Competência dos atletas – desempenho físico; técnico e psicológico;
- Comportamento; dedicação e evolução nas diversas atividades desportivas do clube;
- Escalão etário e / ou ano de nascimento, devido há organização de torneios por escalão ou por ano de nascimento;
- Necessidades específicas das equipas federadas.



## COMPORTAMENTO A ADOTAR RELATIVAMENTE AO MATCH FIXING E APOSTAS

O atleta deve cumprir com os valores da integridade, verdade e lealdade, não adotando comportamentos antidesportivos, particularmente: corrupção, combinação de jogos e resultados desportivos.

O atleta está impedido de realizar apostas em jogo de futebol, em particular, naqueles onde possa participar ou ter algum tipo de intervenção, em virtude de pertencer à equipa.

O atleta está proibido de aceitar qualquer tipo de oferta, com o propósito de alterar o decurso do resultado do jogo.

O atleta, deve estar, a todo momento, ciente da ética desportiva, enquanto atleta do A.D.R. São Pedro Fins.



## NORMAS DE CONDUTA NA ESCOLA

A escola assume-se como um pilar essencial na evolução das crianças e jovens enquanto atletas, devendo ser valorizada a todos os momentos. Assim o atleta deve:

- Apresentar uma atitude positiva perante a sua aprendizagem, cumprindo as suas responsabilidades escolares e como atleta;
- Nunca deve entrar em incumprimento escolar com o motivo de atividades desportivas, deve organizar e planear o seu tempo de estudo;
- O atleta deve zelar pela integridade do material escolar, das instalações e dos meios de aprendizagem disponíveis;
- O atleta deverá ter um comportamento exemplar com respeito e educação para com os professores, colegas e outros envolventes na comunidade escolar;
- O bom desempenho escolar será premiado.



## NORMAS DE CONDUTA NO TRANSPORTE

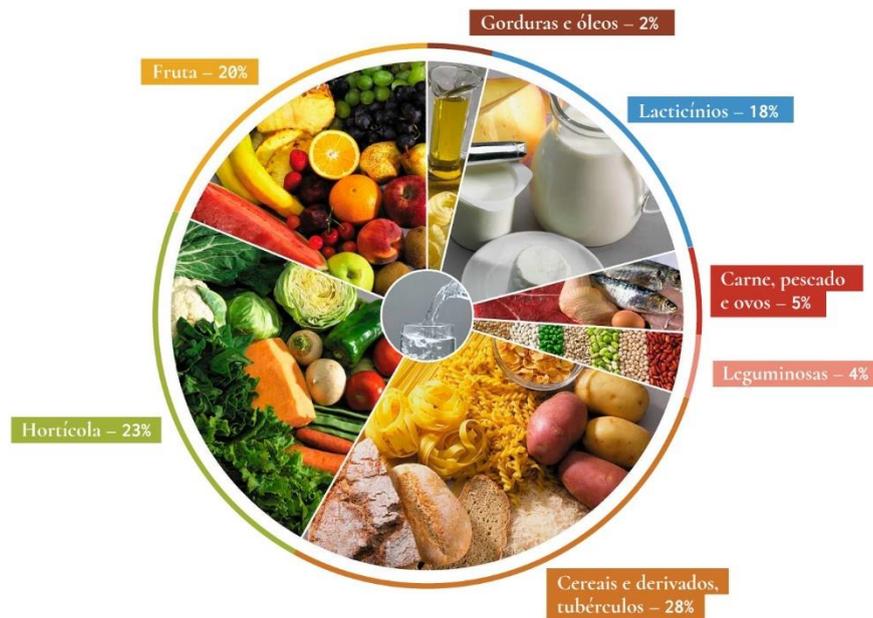
O Clube neste momento não tem possibilidade de assegurar o transporte para o jogos e treinos. Neste momento, é da responsabilidade dos Encarregados de Educação a articulação destas deslocações. Assim é solicitado que todos os horários e comparências sejam salvaguardados em treinos e jogos.

No caso de o clube alugar transporte para torneios ou eventos desportivos, o atleta deve manter a postura correta no decorrer da viagem, colaborar respeitosamente com o motorista, manter-se junto do grupo, participar qualquer anomalia ou falta de qualquer colega, bem como, manter um bom comportamento e atitude respeitadora com todos durante a viagem. Deve igualmente zelar pela integridade física e material no decorrer da viagem.

Como espírito de comunidade e valores, privilegiamos a prática desportiva e a participação de todos os atletas, assim como nos encontramos disponíveis para comunicação, apoio e ajuda para Atletas e Encarregados de Educação.

## RECOMENDAÇÕES ALIMENTARES

A nova roda dos alimentos, publicada no portal da Direção Geral de Saúde, é composta por 7 grupos de alimentos de diferentes dimensões, os quais indicam a proporção de peso com que cada um deve estar presente nas nossas dietas.



A água não possui um grupo próprio, mas ocupa um lugar central na roda dos alimentos como parte essencial e imprescindível à vida. É essencial e recomendado que cada um dos atletas beba água em abundância durante o seu dia, durante o tempo escolar e durante os treinos, principalmente quando as temperaturas ficam mais quentes.

As crianças fazem parte de um grupo sensível, quanto a alterações de temperatura. Os cuidados de hidratação são essenciais para com este grupo de pessoas.

Antes das atividades desportivas existem alimentos recomendados para ingestão, tais como:

- Antes do exercício, são privilegiados alimentos ricos em hidratos de carbono, como o pão, a banana e os cereais;
- Durante o exercício: água para hidratação;
- Depois do exercício, após 20 a 30 minutos: alimentos ricos em hidratos e proteínas.



## PLANO DE EMERGÊNCIA

---

### EM CASO DE EMERGÊNCIA DE UM ATLETA DENTRO DE CAMPO:

1. Primeira intervenção por um técnico da equipa para avaliar a gravidade da situação;
2. Caso exista necessidade, solicitar intervenção de um dos técnicos com formação adequada;
3. Intervenção pelo técnico apto para assistir;
4. Deslocação do atleta para o posto médico, caso exista possibilidade;
5. Em caso de gravidade contactar os serviços de emergência médica 112.

---

### COMO ATUAR EM SITUAÇÕES DE GRAVIDADE:

1. Caso de trate de situações traumáticas, o técnico com aptidão certificada deve avaliar a necessidade de participação aos serviços de emergência médica 112 e participação ao seguro para tratamento específico;
2. Caso ocorra uma paragem cardiorrespiratória, elementos com formação em suporte básico de vida, devem intervir de imediato;
3. Em caso de se tratar de fraturas, não deslocar o atleta, técnicos certificados devem imobilizar o sinistrado e os serviços de emergência médica devem ser solicitados;
4. Caso exista necessidade de deslocação de um atleta ao hospital e caso o Encarregado de Educação não se encontrar nas instalações, o atleta é acompanhado pelo Diretor de escalão para o hospital.

---

### INFORMAÇÕES IMPORTANTES:

1. Os contactos de emergência devem ser sempre atualizados, em caso de alteração;
2. Na capa de cada Diretor de Escalão devem estar todos os contactos de Encarregados de Educação;
3. Informações clínicas relevantes e alergias devem ser comunicadas aos Diretores dos escalões. A saúde e o bem-estar de cada um é algo incalculável, assim solicitamos a colaboração de todos para o conseguirmos.



## ACOMPANHAMENTO ESCOLAR, PESSOAL E PSICOLÓGICO

O acompanhamento escolar será coordenado por um dos coordenadores do projeto, através de:

- Reuniões com os encarregados de educação;
- Feedback das avaliações dos alunos / atletas;
- Reuniões com Professores e Orientadores e demais Profissionais essenciais no progresso e evolução dos nossos atletas.

Nota: Os Pais e / ou Encarregados de Educação serão sempre informados do processo de acompanhamento dos seus educandos, devendo autorizar por escrito a intervenção junto dos seus educandos.



## PAPEL E RESPONSABILIDADES DE PAIS E ENCARREGADOS DE EDUCAÇÃO

Sabemos que estão dispostos a fazer tudo pelo bem-estar dos vossos filhos. Sabemos também que costumam acompanhar a atividade desportiva que eles realizam e que gostam de proporcionar-lhes uma experiência agradável, de os encontrar satisfeitos depois dos treinos e das competições, de os ver obter resultados acima da média e ganhar as provas ou jogos em que participam.

Gostaríamos de recordar que o vosso comportamento e a maneira como os acompanham na prática desportiva quotidiana que eles realizam, vai condicionar os efeitos dessa presença, podendo mesmo, sem querer, estar a minimizar os potenciais efeitos positivos que o desporto lhes pode trazer, transformando-os em influências desagradáveis, ou mesmo prejudiciais, para a sua correta formação.

É certo que não estão sozinhos nessa responsabilidade treinadores, dirigentes, árbitros, amigos e adeptos em geral, cada um à sua maneira e de acordo com a sua área de intervenção compartilham desse dever, que é tanto social como desportivo. Treinador, pai e jovem praticante formam mesmo o triângulo básico deste tipo de prática, sendo o correto relacionamento que se estabelece entre eles, um argumento determinante para a qualidade da experiência vivida e para o tipo de benefícios que o desporto lhes proporciona.

A dimensão dos benefícios passa, em certa medida, pela forma como os pais o acompanham, pela maneira serena e comedida como o ajudam a viver o seu dia-a-dia, pelo modo como colaboram nos momentos de alegria e de tristeza que eles, certamente, irão encontrar.

Nestas circunstâncias, de que maneira é que os pais podem contribuir para que os seus filhos vivam momentos agradáveis quando praticam desporto, beneficiando de tudo aquilo o que essa atividade lhes pode proporcionar, para a sua formação tanto como praticante, como enquanto futuro cidadão.

---

### DEVERES DOS PAIS:

- Estar presente nas competições em que eles participam, sem pressionar ou intrometer-se;
- Encorajar o seu filho para um estilo de vida equilibrado entre desporto educação, cultura e outros interesses;
- Ajudar o seu filho na organização do tempo de modo a conciliar as atividades escolares com a prática desportiva;



## Associação Desportiva e Recreativa de S. Pedro Fins

### Manual de Acolhimento e Boas Práticas

- Valorizar o esforço (empenho) dispêndio e os progressos conseguidos e aceite que este é mais importante do que ganhar a qualquer custo, colocando-os sempre à frente dos resultados desportivos alcançados (ou a alcançar);
- Valorizar o divertimento no processo de aprendizagem desportiva;
- Evitar pressionar o seu filho sobre ganhar, perder ou marcar golo, ser “negativo” com o seu filho ou criar-lhe expectativas irrealistas;
- Construir autoestima na criança, dando relevo aos aspetos sociais (divertimento), físicos (esforço) e técnicos (desenvolvimento) da aprendizagem, e não tanto aos resultados (Vitória);
- Reforçar os valores (responsabilidade, disciplina, cooperação, honestidade e frontalidade) e valorize os princípios do *Fair Play* (respeito pelos companheiros, adversários, treinadores, regras de jogo e árbitros);
- Incentivar o seu filho a ser pontual, assíduo, empenhado e concentrado nos treinos e nos jogos, comunicando telefonicamente com o diretor / treinador, sempre que o seu educando não possa estar presente;
- Se quiser colocar alguma questão relacionada com a equipa do seu filho, deve fazê-lo imperativamente antes ou no final do treino, nunca durante os mesmos;
- Se pretender algum esclarecimento de ordem técnica deve sempre falar com o coordenador técnico, nunca com os Treinadores;
- Se pretender algum esclarecimento de ordem burocrática deve sempre dirigir-se à secretaria desportiva;
- Aceitar a Autoridade do Treinador, na condução de todo o processo de treino, sendo este um técnico qualificado e competente, a quem os Pais confiam a formação desportiva e humana dos seus filhos. Assim, deverão estar preparados para aceitar as suas decisões inerentes a uma equipa de Futebol;
- Só é permitida a entrada a 1 encarregado de educação, SEMPRE com a presença de um Treinador, apenas para auxílio das crianças mais novas, se estritamente necessário. Seja colaborante, ajudando o Treinador, o Dirigente ou a Escola na resolução de problemas relacionados com a atividade desportiva em que o seu filho está envolvido.

---

#### INDICAÇÕES DOS PAIS

- Não devem: discutir com os árbitros e juizes. Respeite as decisões dos árbitros, mesmo que lhe pareça que este tenha errado contra a equipa do seu filho. O erro faz parte do ser humano. Se não respeitar o árbitro, estará a influenciar o comportamento do seu filho dentro do campo. Não se admire depois que ele mesmo desrespeite o árbitro;
- Não devem: discutir as opiniões que possui sobre as opções do Treinador, perto das crianças;



## Associação Desportiva e Recreativa de S. Pedro Fins

### Manual de Acolhimento e Boas Práticas

- Não devem: interferir de algum modo no trabalho do Treinador. O Treinador quer o melhor para a equipa, ou seja, para todos os jogadores, onde se inclui o seu filho. Deixe o Treinador trabalhar livremente;
- Não devem: comentar publicamente, de forma depreciativa o comportamento de alunos, treinadores, árbitros e outros pais. Respeite todos os jogadores, evitando comentários depreciativos acerca dos mesmos. Não se esqueça que é uma competição de crianças e que certamente também não gostaria de ouvir comentários desagradáveis acerca do seu filho;
- Não devem: envolver-se em atritos e discórdias com os pais da equipa adversária, mesmo quando sente que está a ser provocado. Nunca se esqueça que o seu filho está dentro do campo, mas vê perfeitamente aquilo que se passa na bancada.
- Não devem: criticar excessivamente os resultados alcançados pelos filhos;
- Não devem: ajudar a criar expectativas exageradas sobre o futuro dos filhos enquanto futuros alunos desportivos.



## INFORMAÇÕES E QUADRO DISCIPLINAR

---

### INFRAÇÃO DISCIPLINAR

- Constitui infração disciplinar o fato, ainda que meramente culposo, praticado pelo praticante desportivo em violação de algum dos deveres ou normas gerais e especiais previstas no presente Manual.

---

### NOTÍCIA DA INFRAÇÃO

- Qualquer dirigente, diretor/team managers, treinador e colaborador do Clube que, por si ou por interposta pessoa, presenciem ou tomem conhecimento de comportamentos suscetíveis de constituírem infração disciplinar devem participá-los, de imediato, à Direção do Departamento do Futebol de Formação.

---

### COMPETÊNCIA DISCIPLINAR

- Compete ao Coordenador de Futebol Formação a instauração do procedimento disciplinar;
- O Coordenador de Futebol Formação contém o poder de aplicar as sanções disciplinares previstas, mas com exceção da sanção expulsiva, que é da competência da Direção do Clube, consoante os casos, sob proposta fundamentada do Coordenador de Futebol Formação constante do Relatório Instrutor do procedimento disciplinar.

---

### O PROCEDIMENTO DISCIPLINAR

- O Coordenador de Futebol Formação, deverá nomear como Responsável do procedimento disciplinar um dos seus diretores, a quem competirá a condução de todos os atos de investigação e de instrução;
- O procedimento disciplinar é escrito;
- O atleta infrator será representado para todos os termos do processo pelos seus pais e/ou encarregados de educação, os quais podem suscitar a realização de diligências complementares de prova.
- O processo disciplinar terá a duração máxima de 60 dias contados da notícia da infração disciplinar.
- Após apreciação da proposta apresentada pelo Responsável, compete ao Coordenador de Futebol Formação, concordar ou não com a mesma, podendo ordenar novas diligências no prazo que para tal estabeleça, o qual não pode ser superior os 30 dias.



## Associação Desportiva e Recreativa de S. Pedro Fins

### Manual de Acolhimento e Boas Práticas

- A decisão final do processo disciplinar é notificada ao atleta e aos pais e/ou encarregados de educação.

---

#### ATENUANTES E AGRAVANTES

- Constituem atenuantes da infração dos fatos e da sua natureza ilícita, o bom comportamento anterior e o arrependimento do atleta.
- Constituem agravantes da infração, a premeditação, o conluio, a gravidade do dano provocado a terceiros e a acumulação de infrações disciplinares.

---

#### ESCOLHAS E MEDIDAS DA SANÇÃO DISCIPLINAR

- Sem respeito pelo princípio enunciado, do presente Manual, na aplicação da sanção disciplinar ter-se-á em consideração as circunstâncias em que a infração tenha sido cometida, a sua gravidade, o grau de culpa do atleta infrator, a sua personalidade, condições pessoais, familiares e sociais, bem como as atenuantes e agravantes que se verifiquem.

---

#### SANÇÕES DISCIPLINARES

- Sanções disciplinares visam propósitos preventivos, pedagógicos e de integração;
- Sanções disciplinares visam assegurar o cumprimento de deveres enunciados no presente Manual, o respeito pela autoridade e segurança dos dirigentes, diretores, treinadores, funcionários e atletas, o normal desenvolvimento das atividades, a correção do comportamento perturbador e o reforço da formação desportiva e cívica do atleta;
- Sanções disciplinares, tendo em conta a especial relevância do dever violado e a gravidade da infração praticada, prosseguem, igualmente, finalidades punitivas.

---

#### CONSTITUEM SANÇÕES DISCIPLINARES:

- Advertência;
- Realização de tarefas de formação pessoal e cívica;
- Suspensão da atividade desportiva até 60 dias;
- Expulsão do atleta do Clube.



## COMPORTAMENTO DE PAIS E ENCARREGADOS DE EDUCAÇÃO

Perante comportamento culposo, grave e reiterado, violador dos valores e princípios que constituem a matriz identitária do Clube, nomeadamente aquele que é indigno do Clube e insultuoso relativamente às pessoas dos seus dirigentes, diretores, treinadores, funcionários e demais atletas, perpetrado por pais, encarregados de educação ou outros agentes significantes, pode a Direção do Clube, consoante os casos, prescindir do respetivo atleta, excluindo-o do Clube.