



Manual de acolhimento e boas práticas

2022/2023

Conteúdo

Breve história do clube	5
Boxe	9
Artigo 1º Disposições gerais.....	10
Artigo 2º Deveres do clube.....	11
Artigo 3º Deveres para com o clube	11



Artigo 4º Acompanhamento psicopedagógico.....	12
Artigo 5º Deveres dos treinadores para com os seus atletas	13
Artigo 6º Acompanhamento médico-desportivo.....	14
Artigo 7º Relações interpessoais	16
Artigo 8º Conduta nos balneários, vestiários e zonas afins	17
Artigo 9º Conduta nos treinos e competições	18
Artigo 10º Recolher, deslocações e estágios	21
Artigo 11º Relacionamento com Pais e Encarregados de Educação	22
Artigo 12º Das infrações disciplinares	23
QUADRO DISCIPLINAR - JOGADORES	25
QUADRO DISCIPLINAR – ENCARREGADOS DE EDUCAÇÃO	27
Artigo 13º Plano de evacuação e emergência.....	29
Artigo 14º Ética no Desporto.....	31
Artigo 15º Mensalidades, e preçário dos equipamentos	32
Artigo 16º Generalidades.....	32
Anexos	35



Manual de acolhimento e boas práticas Época de 2023 /2024

Introdução

A formação dos atletas do Ginásio Clube de Tavira possui uma filosofia própria assente num conjunto de atitudes, valores e comportamentos dignos de um espaço, de e para jovens. Consta deste manual um conjunto de normas de conduta relacionadas com o funcionamento interno (entre jogadores, dirigentes, treinadores, colaboradores e encarregados de educação), com comportamentos em treinos e competições, comportamentos a adotar relativamente a apostas e match fixing, e ainda normas relacionadas com o comportamento nas deslocações assim como com a vida escolar dos jogadores. Para além destas, integram este manual, normas sobre o acompanhamento médico-desportivo, acompanhamento escolar, pessoal e social, normas de relacionamento com os pais e jogadores, e ainda, o plano de evacuação e emergência.

O presente manual de acolhimento e boas práticas constitui um instrumento de disciplina e de organização interna, tendo por base uma ação pedagógica no sentido da formação integral do jovem, e o clube deverá pugnar pelo seu cumprimento integral.

Missão

Formar atletas, dotando-os de competências que lhes permitam ingressar nas equipas seniores do clube, alicerçando a sua formação na aquisição de atitudes, valores e comportamentos que contribuam cumulativamente, para além da sua formação desportiva, para a sua formação pessoal e social.

Visão

Duas ideias chave contribuem para este conceito:

Manual de acolhimento e boas práticas – Época de 2023 /2024



- ✓ Ser uma referência atual da formação desportiva no Algarve e ser num futuro próximo uma referência nacional.
- ✓ Ter equipas da formação a competir nos campeonatos nacionais.

Manual de acolhimento e boas práticas – Época de 2022 /2023

Objetivos estratégicos

Iniciar os jovens na prática desportiva com base numa atividade com carácter social, educativo e desportivo, no respeito pelo integral desenvolvimento da criança, tendo em vista a formação de um futuro atleta, e simultaneamente a formação de um jovem capaz de se inserir de uma forma adequada na sociedade. Na prática, significa criar as premissas indispensáveis para que os jovens alcancem, em cada etapa, o nível ótimo do seu desenvolvimento, e desenvolver nos praticantes uma atitude positiva de participação e persistência (resiliência) de modo a formar candidatos a bons praticantes de desporto em geral, através da aquisição de hábitos de prática desportiva regular de forma saudável, contribuindo para a formação dos jovens em todas as suas vertentes.

Objetiva-se em formar mais e melhores atletas, respeitando sempre as suas fases de desenvolvimento, de modo a dotá-los de competências que lhes permitam fazer da equipa sénior do Ginásio Clube de Tavira, um clube de referência em termos de formação desportiva. Sendo o objetivo principal do Projeto a "**Formação de jovens atletas com o objetivo de poderem vir a ser integrados nos escalões seniores**", significa que se privilegia a formação do jogador e não a conquista de campeonatos ou torneios.

Manual de acolhimento e boas práticas – Época de 2023 /2024

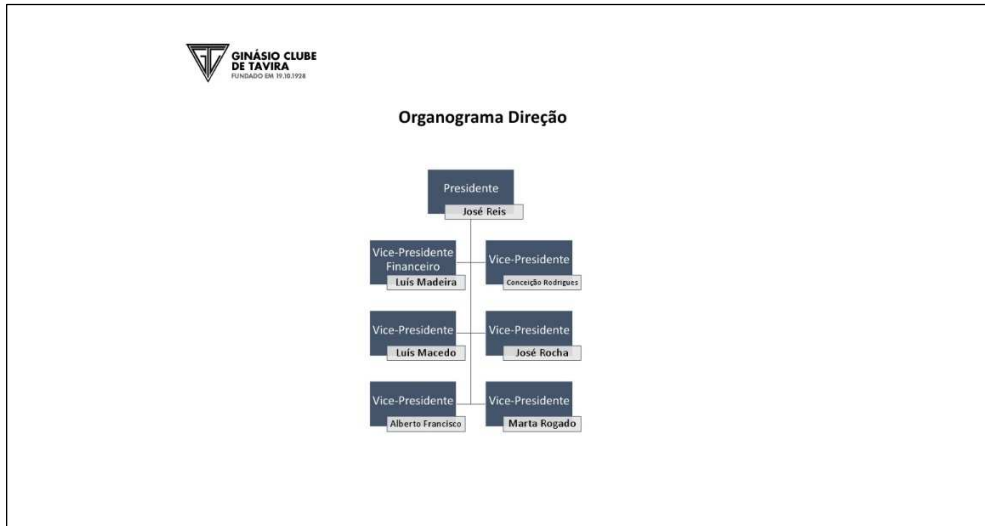


Figura 1 Organograma da Direção do Ginásio Clube de Tavira

Breve história do clube

Ao longo do seu historial o Ginásio Clube de Tavira foi sempre um clube de um dinamismo extraordinário, o que o provam as várias modalidades e seções que já existiram oficialmente no clube:

Andebol, Atletismo, Bilhar/Snooker, Boxe, Ciclismo, Futebol, Futebol Salão, Futsal, Ginástica, Hóquei em Patins, Patinagem, Pesca Desportiva, Petanca, Remo, Ténis de Mesa e Xadrez.

Futebol

A "necessidade" urgente que desfalcou a primeira equipa de futebol

A secção de ginástica foi a primeira a nascer no Ginásio, seguida de imediato pelo futebol, com a equipa da foto anexa.

Como se pode facilmente verificar, apenas dez jogadores surgem na imagem - embora a equipa fosse, de facto, constituída por 11 elementos. Segundo era recordado pelos mais velhos, tal deveu-se ao facto de o atleta João Corvo ter ido satisfazer uma “necessidade” urgente e o fotógrafo (que provavelmente ainda nem sequer estaria familiarizado com as regras do jogo nem com o número requerido de atletas por equipa) não ter dado por tal, tirando a foto mesmo assim!



Figura 2 Primeira equipa de futebol do Ginásio Clube de Tavira

Na época de 1993/94 o clube ascende pela primeira vez ao nacional da 3.^a Divisão, sendo campeão Distrital do Algarve da 1.^a Divisão, tendo permanecido na 3.^a Divisão Nacional por duas épocas consecutivas, descendo depois aos distritais.

O Clube após a descida, teve vários baixos e altos, descendo ao distrital da 2.^a Divisão, subiu mais uma vez, para logo descer.

Por mais de 10 anos deixou o futebol sénior dedicando-se apenas ao futebol de formação.



Figura 3 Equipa Campeã da 1.ª Divisão Distrital do Algarve



Figura 4 Equipa da Nacional da 3.ª Divisão

Organograma Futebol Formação

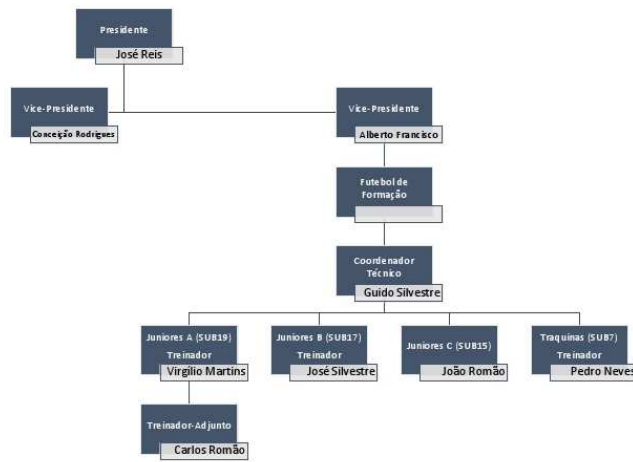


Figura 5 Organograma Futebol Formação

Boxe

O boxe é uma modalidade que melhora a condição física, contribuindo para a perda de peso rápida, desenvolvendo aos seus praticantes, força, resistência, equilíbrio, e também uma maior disciplina mental.

Esta modalidade promove a melhoria da autoestima, autoconfiança e tolerância à frustração, prevenindo assim muitas vezes stress e mesmo depressões.

É preponderante no desenvolvimento de relações sociais, tornando o seu meio de treino num ambiente mais familiar.



Figura 5 Secção de Boxe



Artigo 1º Disposições gerais

1. O presente manual deverá ser aceite e assumido de livre vontade por todos os atletas e encarregados de educação, ao qual ficam vinculados após o conhecimento do mesmo.
2. É um orgulho pertencer ao Ginásio Clube de Tavira. Todos devem assumir essa atitude no “dia a dia”, e representar o clube com empenho e entusiasmo, dignificando a sua camisola e símbolo, com a consciência, de que do seu comportamento depende o prestígio do clube. O suor de um atleta é o sangue do clube.
3. Só é permitida a entrada nas instalações do clube e nos locais cedidos para os treinos, aos jogadores, treinadores e responsáveis. Sempre que haja elementos estranhos ao funcionamento interno do clube, é dever de todos garantir o cumprimento do manual de acolhimento e boas práticas do clube.
4. Todos deverão zelar pela conservação dos equipamentos e instalações do Ginásio Clube de Tavira, ou de outros que os utilizem, assim como por outro material que lhes seja fornecido ou distribuído, sendo os encargos da sua substituição ou reparação suportados pelos atletas, independentemente da ação disciplinar em caso de incúria ou desleixo.
5. A prática da atividade desportiva federada, jamais deverá prejudicar os estudos de qualquer atleta. Os atletas deverão gerir os seus interesses com os pais, e caso necessitem de ajuda, com o seu treinador e/ou coordenador técnico.
6. Deverá existir respeito mútuo e uma atitude de respeito, sempre e em todas e quaisquer circunstâncias, devendo os atletas pautar o seu comportamento por princípios de dignidade e solidariedade, nomeadamente, quando em serviço ou representação do Ginásio Clube de Tavira.
7. O Ginásio Clube de Tavira jamais prescindirá dos direitos de formação dos atletas.
8. O Ginásio Clube de Tavira, reserva-se o direito da captação de imagens e sons, qualquer que seja o seu suporte, no decorrer das atividades desenvolvidas pelo clube, podendo as



mesmas ser utilizadas para transmissão, reprodução, publicação, promoção, nos meios que este achar por bem.

9. Tendo em conta a natureza das atividades desenvolvidas e o controlo a que as mesmas se acham sujeitas, o Ginásio Clube de Tavira, reserva-se o direito de realizar testes de despistagem de substâncias estupefacientes e/ou psicotrópicas aos seus atletas, servindo a presente disposição como comunicação escrita do respetivo fundamento.

Artigo 2º Deveres do clube

1. O clube deve garantir que a integridade física dos seus atletas, treinadores ou responsáveis jamais possam ser postas em causa.
2. O clube deve garantir um seguro que cubra eventuais riscos, lesões ou acidentes que possam ocorrer nas deslocações a efetuar ou nos treinos a realizar.
3. O clube deverá garantir que todos os atletas que necessitem de cuidados médicos decorrentes da atividade desportiva ou estejam lesionados, possam ser devidamente tratados com apoio do departamento médico do clube e das instituições com acordo com o clube.
4. O clube deverá criar as condições necessárias para disponibilizar equipamentos em número e características, que permitam a cada um dos escalões a possibilidade de se equiparem com t-shirts da mesma cor/género.

Artigo 3º Deveres para com o clube

1. Os interesses do clube estão acima de quaisquer interesses de qualquer escalão ou pessoas em particular.
2. Todos os atletas estão associados ao Ginásio Clube de Tavira na qualidade de sócios atletas.
3. Os atletas, embora estejam distribuídos pelos diversos escalões em função das suas idades, não pertencem a nenhum escalão em particular. Não são “iniciados” ou “juvenis” ou



“juniores”, são atletas do clube, podendo transitar entre os escalões em função dos interesses do clube e do estado de desenvolvimento dos seus atletas.

4. O Ginásio Clube de Tavira, por princípio, possibilitará que os seus atletas possam treinar noutros clubes/instituições, no entanto, o(s) atleta(s) jamais o poderão fazer sem comunicação prévia ao clube, e respetiva autorização, sob a pena de suspensão imediata de todos os treinos e competições.
5. O Ginásio Clube de Tavira declina qualquer responsabilidade de eventuais riscos, lesões ou acidentes que possam ocorrer nas deslocações a efetuar ou nos treinos a realizar nos clubes/instituições onde o(s) atletas(s) irão prestar provas. A responsabilidade de qualquer risco/acidente/lesão será exclusivamente do atleta/encarregado de educação. Também é obrigatório informar se o atleta pratica outra modalidade ou realiza treinos de musculação/ginásio fora do clube.
6. É responsabilidade dos atletas adquirirem junto do clube, equipamento de jogo e treino, de forma a puderem participar nos treinos e competições.
7. A utilização e lavagem dos equipamentos, é da responsabilidade dos atletas.
8. Os comentários nas redes sociais, blogues, páginas pessoais, são considerados públicos. Deste modo, os jogadores e os encarregados de educação devem abster-se de fazer observações caluniosas ou difamatórias nesses meios sobre a vida interna ou organização do clube.

Artigo 4º Acompanhamento psicopedagógico

1. O clube deverá acompanhar o percurso escolar dos seus atletas, sendo para isso necessário por parte dos mesmos a entrega atempada do calendário e horário escolar individual, assim como uma cópia da informação escolar normalmente facultada pelas escolas aos seus estudantes, no final de cada período letivo.
2. O Ginásio Clube de Tavira irá procurar acompanhar o desenvolvimento e participação escolar dos seus atletas de competição, após manifestação expressa da vontade dos pais/encarregados de educação e respetiva autorização por parte dos mesmos e da entidade escolar. Deverão informar dos horários e notas escolares.



3. Caso os atletas tenham problemas em organizar o seu tempo (para treinar, estudar, etc..) devem solicitar apoio/ajuda ao seu treinador e/ou coordenador técnico.
4. As atitudes e os comportamentos na vida escolar, têm que conducentes com os exigidos no clube, e deverão pautar-se por sentimentos de respeito, de solidariedade e de resiliência, de acordo com os valores transmitidos pelo clube, sob pena de penalização interna de acordo com o presente manual.
5. O clube sempre que possível entregará bilhetes/convites da equipa sénior aos jogadores com bom aproveitamento escolar.

Artigo 5º Deveres dos treinadores para com os seus atletas

1. O treinador representa o clube perante os membros da equipa.
2. Os treinadores estão no clube para ajudarem os seus atletas a serem melhores homens e melhores atletas.
3. Os treinadores devem estar disponíveis e garantir o ambiente necessário, para permitir aos atletas confidenciar com eles os seus problemas, as suas preocupações, as suas expectativas.
4. O clube possui coordenadores técnicos, que garantirão os dispostos acima referidos.
5. O treinador deve ainda:
 - a) 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.
 - b) Fomentar o desportivismo entre os praticantes, inclusive nos próprios treinos.
 - c) Respeitar as regras técnicas do desporto e contribuir para a sua melhoria qualitativa.
 - d) Recusar e denunciar a fraude ou manipulação de resultados, defendendo sempre a verdade desportiva.
 - e) Considerar os colegas de atividade como parceiros no que respeita ao desenvolvimento das modalidades desportivas que treinam.



- f) Fomentar a saudável relação entre todos os colegas de classe.
- g) Constituir um modelo ético para todos, sobretudo para os mais jovens.
- h) Fomentar, em todos os escalões etários, os valores éticos subjacentes ao desporto e à vida.
- i) 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.
- j) 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.
- k) 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.
- l) Cumprir o Código de Ética Desportiva que tenha sido aprovado pelas associações de classe representativas da área de atividade em que se insere.

Artigo 6º Acompanhamento médico-desportivo

1. Todos os atletas do Ginásio Clube de Tavira serão avaliados obrigatoriamente pelo departamento clínico, no início da época desportiva.
2. O Ginásio Clube de Tavira não comparticipa nem valida despesas de saúde de atletas que não tenham sido avaliados pelo departamento clínico.
3. O Ginásio Clube de Tavira não comparticipa nem valida despesas de saúde que não tenham sido previamente aprovadas pelo departamento clínico.
4. As idas ao serviço de urgência em caso de lesão ocorrida durante a prática desportiva sob orientação do Ginásio Clube de Tavira devem ser sempre validadas e autorizadas pelo departamento clínico ou pelo coordenador da respetiva modalidade.



5. O não cumprimento do ponto anterior pode invalidar a autorização por parte do Ginásio Clube de Tavira da ativação do seguro ou participação nos tratamentos futuros.
6. Os atletas que não estejam ainda cobertos pelos seguros das modalidades e que se encontrem a realizar treinos sob orientação do Ginásio Clube de Tavira, devem assinar um termo de responsabilidade isentando o clube de qualquer responsabilidade.
7. No caso de atletas menores, este termo de responsabilidade deve ser assinado pelo encarregado de educação.
8. Estão proibidas a realização de “exercícios acrobático, não decorrentes da modalidade que coloquem em risco a saúde do atleta (ex: mortais durante a comemoração de golos).
9. Os atletas devem comunicar no período mais breve possível o departamento clínico, treinador ou coordenador da modalidade em caso de:
 - a) Doença
 - b) Lesão contraída
 - c) Recorrerem a unidades de saúde e tenham recebido tratamento
 - d) Estejam a tomar medicamentos ou suplementos
10. Os treinadores, em caso de ausência de um elemento do departamento clínico devem reportar as lesões dos seus atletas ao coordenador da modalidade.
11. Os atletas, após suspensão da atividade por lesão, que realizem tratamentos fora das instalações do clube, ficam obrigados a trazer o relatório dos tratamentos efetuados antes de iniciarem os treinos.
12. Só terão alta para iniciar a atividade desportiva após avaliação pelo departamento clínico.
13. É desaconselhado a colocação aparelhos dentários, piercings ou realização de tatuagens durante o período competitivo.
14. Para os atletas participantes nas provas do campeonato nacional, a sua realização deve ser previamente validada pelo departamento médico.



15. Durante as deslocações oficiais não deve ser consumido qualquer alimento, bebida (exceto água mineral), ou medicamento sem autorização dos elementos do departamento clínico ou da equipa técnica que acompanha a equipa.
16. Os atletas que estão em recuperação e/ou estejam entregues aos cuidados do departamento clínico, devem acatar todas as prescrições dadas, e cumprir escrupulosamente os horários previamente combinados.
17. Os atletas que necessitem de cuidados do fisioterapeuta ou estejam lesionados, devem comparecer no departamento clínico, pelo menos 45 minutos antes do treino.
18. Os atletas apenas estão autorizados a entrar no departamento médico na presença do fisioterapeuta responsável e devidamente equipados.
19. Só é permitida a entrada de atletas sem chuteiras, a menos que haja indicação em contrário.
20. Não é permitido o uso do telemóvel sem autorização, ou levar comida.
21. Atletas que não estejam em tratamento deverão permanecer fora do local de tratamentos, a menos que seja permitido pelo fisioterapeuta responsável. Os atletas à espera de “tratamento” deverão referir a sua presença, e poderão, enquanto esperam, realizar trabalho específico, sobre ordem do fisioterapeuta responsável.
22. Sempre que os atletas não possam comparecer ao treino por doença, lesão ou outro motivo, devem informar o seu treinador ou o departamento clínico.
23. Qualquer assunto omissos deve ser avaliado pelo coordenador do departamento médico e pelo elemento da direção do Ginásio Clube de Tavira.

Artigo 7º Relações interpessoais

1. As relações entre atletas deverão pautar-se por uma forte e sã camaradagem, de modo a desenvolverem um forte espírito e coesão do grupo. Todos os atletas devem respeitar os seus colegas para também serem respeitados. Serão consideradas faltas graves, faltas de



respeito verificado entre colegas em quaisquer circunstâncias do treino ou jogo, assim como nas instalações ou transportes do clube.

2. Todos devem respeitar as diferenças crenças e culturas dos diferentes intervenientes.
3. Os atletas deverão respeitar as indicações do capitão de equipa, ao qual compete liderar o grupo, gerir o ambiente no balneário, disciplinar o comportamento às refeições, sendo ainda o principal interlocutor entre o treinador e os seus colegas, e ainda o principal responsável pelo comportamento da equipa nas deslocações e estadias.
4. Todos deverão colaborar com o capitão e sub-capitão no desempenho das suas funções, contribuindo para um forte espírito de grupo.
5. Na ausência do capitão de equipa, será o sub-capitão a assumir essas funções, ou ainda, um outro atleta designado pelo treinador.
6. O Ginásio Clube de Tavira jamais permitirá os excessos de linguagem, por considerar que os mesmos constituem uma manifestação inferior e incompatível com o comportamento de um atleta por si formado, nos seus escalões de formação, não tolerando qual tipo de violência verbal ou bullying.
7. É absolutamente proibido fumar, consumir drogas, ou outras substâncias ilícitas, ou quaisquer atos que sejam considerados como prejudiciais à saúde ou desaconselhado a atletas.
8. Os atletas deverão ter sempre uma atitude de respeito e correção para com dirigentes, técnicos, médicos, fisioterapeutas, roupeiros ou pessoal administrativo, devendo acatar todas as determinações que lhe são dadas. Qualquer desavença ou discussão com dirigentes, funcionários, etc., deverá ser comunicada de imediato pelos atletas ao seu treinador.

Artigo 8º Conduta nos balneários, vestiários e zonas afins

1. Só é permitida a entrada, nas referidas instalações, aos jogadores, treinadores e responsáveis.



2. O balneário é um espaço de todos, todos os atletas deverão mantê-lo limpo e zelar pela conservação do mesmo.
3. Apenas os roupeiros são responsáveis pela distribuição e gestão dos equipamentos.
4. A zona da rouparia/arrecadação das bolas está interdita a jogadores.
5. É obrigatório o uso de chinelos no banho.
6. Não é permitida a utilização de telemóveis, aparelhos áudio, videojogos e outros aparelhos eletrónicos no espaço de treino, no interior dos balneários e no período das refeições, salvo autorização prévia do responsável da equipa. O mesmo deverá acontecer noutros locais, tais como bombas de gasolina, colóquios, palestras, reuniões, entre outros.
7. Os atletas deverão garantir a salvaguarda dos seus bens pessoais e em caso de necessidade entregar os “valores” (carteira, telemóvel, etc....) a um elemento do staff técnico, que garantirá a sua devolução integral. O clube jamais poderá ser responsabilizado por qualquer extravio ou furto, que resulte de incúria ou esquecimento do(s) atleta(s).

Artigo 9º Conduta nos treinos e competições

1. Todos devem estar no vestiário prontos para treinar devidamente equipados, à hora do início marcado do treino, para isso os atletas terão de chegar ao local de treino, pelo menos 15 minutos antes da hora do início do treino.
2. O treino começa a partir do momento em que os atletas entram nas instalações e acaba quando saem delas.
3. Durante o treino deverão pautar-se por uma atitude de grande empenho e de total entrega ao trabalho a realizar.
4. Todos deverão ter uma conduta baseada em princípios éticos de relacionamento na disputa das ações de jogo, não sendo tolerados atos de indisciplina e falta de desportivismo.



5. Quer em treino quer em competição, os atletas do Ginásio Clube de Tavira deverão abster-se da utilização de linguagem imprópria e de atos incorretos para outros (companheiros, adversários, árbitros, etc....).
6. Em competição os atletas devem acatar as decisões da equipa de arbitragem de forma inequívoca.
7. Quer em treino quer em competição, os atletas do Ginásio Clube de Tavira deverão abster-se da utilização de linguagem imprópria e de atos incorretos para outros (companheiros, adversários, árbitros, etc.).
8. Em competição os atletas devem acatar as decisões da equipa de arbitragem de forma inequívoca.
9. Nas competições, no momento de saída para o aquecimento todos devem ir em simultâneo para a zona de aquecimento. O mesmo se deve verificar, após o “banho” no final dos jogos na ida para o autocarro, e após indicação do Treinador ou Capitão que deverão ser os primeiros a sair.
10. Sempre que os atletas regressem aos treinos após ausência não justificada, não se equipam sem falar com o seu treinador.
11. É obrigatório o uso de material de proteção (ex: caneleiras) durante o treino. Excetuam-se os casos em que o treinador informa do contrário. Todos os atletas deverão equipar-se com t-shirts da mesma cor/género.
12. É expressamente proibido realizar qualquer exercício antes do início dos treinos, no intervalo dos jogos (remates á baliza, etc.) sem autorização do(s) treinador(es).
13. Após o término do treino, não é permitido aos atletas continuar a realizar qualquer exercício, jogo ou pontapear a bola, salvo indicação em contrário.
14. Não é permitido o uso dos coletes diretamente por cima do corpo (apenas sobre a t-shirt).
15. Nos treinos e jogos não é permitido o uso de brincos, relógios, colares ou outras camisolas por dentro. Não é permitido o uso de adereços ou fitas por fora das meias.



16. As convocatórias para os jogos serão comunicadas no fim do último treino, devendo ser assinadas pelos respetivos atletas.
17. No final dos jogos o equipamento pertencente ao clube, deverá ser colocado em local próprio para efeito (empilhadas por ordem numérica em cima de um suporte) e conferido pelo delegado ao jogo.
18. Jamais a camisola do clube deverá ser atirada ou permanecer no chão.
19. Os atletas, não podem realizar apostas em jogos cujos campeonatos estejam a participar ativamente.
20. Caso o atleta seja abordado, para influenciar um resultado (Match Fixing) de um jogo deve imediatamente comunicar ao treinador ou um responsável do clube.
21. Quer em treino quer em competição, os atletas do Ginásio Clube de Tavira deverão abster-se da utilização de linguagem imprópria e de atos incorretos para outros (companheiros, adversários, árbitros, etc.).
22. Em competição os atletas devem acatar as decisões da equipa de arbitragem de forma inequívoca.
23. Nas competições, no momento de saída para o aquecimento todos devem ir em simultâneo para a zona de aquecimento. O mesmo se deve verificar, após o “banho” no final dos jogos na ida para o autocarro, e após indicação do Treinador ou Capitão que deverão ser os primeiros a sair.
24. Sempre que os atletas regressem aos treinos após ausência não justificada, não se equipam sem falar com o seu treinador.
25. É obrigatório o uso de material de proteção (ex: caneleiras) durante o treino. Excetuam-se os casos em que o treinador informa do contrário. Todos os atletas deverão equipar-se com t-shirts da mesma cor/género.
26. É expressamente proibido realizar qualquer exercício antes do início dos treinos, no intervalo dos jogos (remates á baliza, etc.) sem autorização do(s) treinador(es).



27. Após o término do treino, não é permitido aos atletas continuar a realizar qualquer exercício, jogo ou pontapear a bola, salvo indicação em contrário.
28. Não é permitido o uso dos coletes diretamente por cima do corpo (apenas sobre a t-shirt).
29. Nos treinos e jogos não é permitido o uso de brincos, relógios, colares ou outras camisolas por dentro. Não é permitido o uso de adereços ou fitas por fora das meias.
30. As convocatórias para os jogos serão comunicadas no fim do último treino, devendo ser assinadas pelos respetivos atletas.
31. No final dos jogos o equipamento pertencente ao clube, deverá ser colocado em local próprio para efeito (empilhadas por ordem numérica em cima de um suporte) e conferido pelo delegado ao jogo.
32. Jamais a camisola do clube deverá ser atirada ou permanecer no chão.

Artigo 10º Recolher, deslocações e estágios

1. Na véspera do dia de jogo, todos os atletas convocados, devem privilegiar o descanso e número de horas de sono aconselhado pela equipa técnica. O prazo limite do recolher são as 23 horas. Durante os restantes dias da semana em que competem (jogos oficiais), os jogadores deverão ter um recolher até à 1 hora.
2. Os atletas devem apresentar-se obrigatoriamente à hora previamente marcada para a concentração. A saída e a chegada das concentrações dos jogos são efetuadas junto ao estádio, salvo indicação em contrário.
3. Sempre que estejam convocados, devem manter-se junto ao grupo até terminar a concentração ou o treinador autorizar a sua saída.
4. Quando em viagem no autocarro ou transportes, os atletas deverão ter um comportamento condigno com as condutas já enunciadas. Deverão ainda informar-se dos horários de saída e reentrada no meio de transporte utilizado, e zelar para a conservação e limpeza do mesmo.



5. O Capitão de equipa deverá ser o primeiro jogador a sair do autocarro, logo a seguir ao Treinador.
6. Durante a estadia em hotéis, nomeadamente na utilização das salas de refeições, quartos, etc., os atletas estão a representar o Ginásio Clube de Tavira e usar igualmente um comportamento condigno com o seu estatuto.
7. Nas estadias e deslocações, em momentos de “refeição”, os atletas apenas se podem levantar da “mesa” após autorização do treinador (es) ou capitão de equipa.
8. Todos deverão ter a preocupação em deixar os locais (restaurantes, etc..) por onde passam, tal como os encontraram.
9. Os períodos de repouso deverão ser rigorosamente respeitados por todos os atletas, dado que contribuem para o seu rendimento desportivo.
10. Durante as estadias, as luzes, televisões e outros aparelhos devem ser desligados no máximo 1h depois do recolher. O pequeno-almoço é obrigatório na sala própria para o efeito.
11. Não são permitidos jogos de cartas ou jogos de computador sem autorização.

Artigo 11º Relacionamento com Pais e Encarregados de Educação

O Ginásio Clube de Tavira compromete-se, através do seu coordenador técnico e treinadores, a realizar no início da época desportiva uma sessão formativa/informativa de carácter obrigatório, com os Pais/Encarregados de educação, sobre a importância da participação dos Pais na vida desportiva dos seus educandos, assim com transmitir normas de conduta e formas de comunicação entre ambas as partes (ver Quadro Disciplinar – Encarregados Educação).



Artigo 12º Das infrações disciplinares

1. Todos os que cometerem infrações ao presente manual, serão sujeitos a um processo de averiguações, que conduzirá ao respetivo procedimento disciplinar, sempre que o mesmo se justifique.
2. Os atletas que de uma forma sistemática utilizem atitudes ou comportamentos contrários às condutas e normas do presente manual, serão penalizados em função da gravidade dos seus comportamentos.
3. Apenas poderão exercer procedimento disciplinador, o treinador, a coordenação técnica e a direção do clube, consoante a gravidade do ato cometido.
4. As penas a aplicar são de advertência, repreensão, multa no subsídio (caso exista), suspensão temporária, e exclusão.
5. A análise dos processos disciplinares terá em consideração os seguintes critérios:
 - a) Gravidade do ato; Intencionalidade; Consequências; Frequência do ato; Grau de responsabilidade.
6. Os comportamentos serão classificados de diferentes formas no quadro disciplina:
 - a. Atos menos graves/infração leve (puníveis com advertência ou repreensão)
 - b. Atos graves/infração grave (puníveis com repreensão, multa ou suspensão temporária)
 - c. Atos muito graves/infração muito grave (puníveis com suspensão temporária ou exclusão).
7. As sanções de advertência - serão dadas pelo treinador, as de repreensão e suspensão temporária - pela coordenação técnica, e as multas e exclusões pelo coordenador da modalidade ou direção do clube.
8. O Ginásio Clube de Tavira não tolerará comportamentos incorretos para com elementos do staff técnico ou árbitros, por parte de pessoas externas ao departamento, ou afetas a qualquer atleta.
9. Caso se verifique o disposto anteriormente, o clube poderá sancionar o atleta, caso entenda que a situação assim o justifique.



10. Todos os atletas, ou elementos afetos a qualquer jogador, que cometerem infrações ao presente manual terão direito a se justificarem.
11. As penas serão afixadas para conhecimento de todos e comunicadas aos despectivos atletas/encarregados de educação.
12. As infrações e quadro disciplinar poderão ser aplicadas tanto a jogadores como aos Pais e Encarregados de Educação.
13. Todas as situações não previstas por este manual e que impliquem sanção disciplinar, serão analisadas pelo departamento técnico que posteriormente dará conhecimento à direção.

QUADRO DISCIPLINAR - JOGADORES

INFRAÇÃO LEVE	INFRAÇÃO GRAVE	INFRAÇÃO MUITO GRAVE
<ol style="list-style-type: none"> 1. Atraso ao treino. 2. Conduta/Comportamentos Inadequados <ol style="list-style-type: none"> a. Conversas desajustadas b. Brincadeiras c. Conflitos/Provocações aos colegas d. Mascar Pastilha elástica e. Usar utensílios despropositados (brincos e/ou adereços) f. Gestos impróprios g. Linguagem imprópria 3. Não usar equipamento/vestuário predefinido <ol style="list-style-type: none"> a. No Treino b. No Jogo c. No Estágio/Saída 4. Não usar equipamento de proteção/segurança Dano e falta de zelo pessoal pelos espaços comuns. <ol style="list-style-type: none"> a. Balneário b. Campos c. Departamento Clínico d. Outros 5. Dano accidental de equipamento ou pertences. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Reincidência em qualquer das infrações ligeiras (máx. 3) 2. Agressão verbal a qualquer agente desportivo. <ol style="list-style-type: none"> a. Insultar colegas ou adversários (Gesticular, Verbalizar ou Agir) 3. Utilizar equipamento multimédia com o objetivo de captar, reproduzir, copiar ou divulgar seja em que contexto, conteúdos sem a aprovação de responsáveis do Clube. 4. Espalhar rumor ou mentira. 5. Propagação ou divulgação de conteúdos com o objetivo de humilhação publica ou privada, que causem dano pessoal através de qualquer meio de comunicação. 6. Atrasar a competição de forma injustificada. 7. Fazer publicação ou comentário improprio e/ou ofensivo que desrespeite as regras do Clube e a honra de outros clubes, instituições ou pessoas. 8. Não facultar quando solicitado o horário e a informação curricular continua (assiduidade/aproveitamento). 9. Agir em inconformidade com as regras definidas na utilização de espaço e/ou departamentos. <ol style="list-style-type: none"> a. Aplicável na deslocação a outros equipamentos, espaços e instituições. 10. Conduta verbal que origine agressões físicas. 11. Faltar sem justificação ou ausentar-se de uma atividade obrigatória do clube (Ex: Formação). 12. Incumprimento de orientações ou instruções do treinador. 13. Desrespeito pessoal ou profissional por todos os colaboradores do Clube. 14. Desrespeito pelos capitães de Equipa. 15. Dolo em qualquer dos pontos anteriores. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Reincidência ou agravamento da conduta face a uma grave. 2. Recusa de medidas disciplinares aplicadas. 3. Roubo/Furto. 4. Agressão ou ameaça física a qualquer agente desportivo. 5. Discriminação de qualquer índole. 6. Incumprimento de uma convocatória. 7. Causar danos aos espaços e equipamentos do Clube ou outros, com intenção. 8. Possuir, consumir e/ou incentivar o consumo de substâncias aditivas em especial droga, tabaco ou bebidas alcoólicas. 9. Transportar ou possuir qualquer tipo de arma ou objeto que possa causar danos físicos a qualquer agente desportivo. 10. Ação concreta de bullying ou cyberbullying. 11. Participação em atividade de outro clube sem autorização. 12. Incumprimento do horário de recolher. 13. Incumprimento de horários de competição/concentração/transportes/outras atividades. 14. Incumprimento de diretrizes dos responsáveis técnicos do clube (Ex: Treino, Médico, Nutrição, Fisioterapeuta, Psicologia). 15. Promover ou auxiliar a promoção de atividades impróprias em espaços sobre responsabilidade do Clube, que conduzam à quebra de regras ou condutas definidas pelo mesmo. 16. Apostas ou Matchfixing (combinação de resultados). 17. Ação intencional comprovada para provocar a saída do clube. 18. Divulgação de informação privada do clube a terceiros (Táticas, Convocatórias).

MEDIDAS DISCIPLINARES CORRETIVAS	MEDIDAS DISCIPLINARES CORRETIVAS/SANCIONATÓRIAS	MEDIDAS DISCIPLINARES SANCIONATÓRIAS
<ol style="list-style-type: none"> 1. Pedir desculpa oralmente. 2. Pedir desculpa por escrito. 3. Restrição a atividades do clube. 4. Exclusão do Treino. 5. Treino à parte da equipa. 6. Limpar e/ou reparar danos causados. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Saída temporária do treino 2. Saída definitiva do treino 3. Limpeza ou reposição de material danificado. 4. Serviço comunitário. 5. Treino separado da equipa. 6. Um a quatro dias de suspensão. 7. Impedimento de frequência dos espaços. 8. Exclusão de convocatória ou competição. 9. Multa no subsídio (caso exista) 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Impedimento de frequência dos espaços. 2. Serviço comunitário 3. Quatro a dez dias de suspensão de prática e frequência de instalações. 4. Treino separado de Equipa. 5. Até duas semanas de suspensão de treino. 6. Reposição de material danificado. 7. Multa no subsídio (caso exista) 8. Participação às autoridades. 9. Legitimar o agravamento dos direitos de desvinculação do clube 10. Participação disciplinar à Federação Portuguesa de Futebol ou Associação de Futebol do Algarve 11. Expulsão do Clube, por uma ou mais épocas.

Nota: este quadro serve de referência para aplicação de medidas disciplinares, podendo, no entanto, as mesmas serem aplicadas com condicionantes em função de atenuantes ou agravantes das evidências.

Em último caso será sempre um Conselho Disciplinar convocado pela Direção do Ginásio Clube de Tavira, a decidir os casos muito graves e as suas medidas punitivas.

Um Conselho Disciplinar deverá acontecer com a presença do jogador/encarregado de educação, um membro da direção, o coordenador geral, o coordenador da modalidade, o treinador da respetiva equipa e o responsável pela comissão de ética

QUADRO DISCIPLINAR – ENCARREGADOS DE EDUCAÇÃO

INFRAÇÃO LEVE	INFRAÇÃO GRAVE	INFRAÇÃO MUITO GRAVE
<ol style="list-style-type: none"> 1. Conduta/Comportamentos Inadequados <ol style="list-style-type: none"> a. Conflitos/Provocações a outros encarregados de educação. b. Gestos impróprios c. Linguagem imprópria 2. Dano e falta de zelo pessoal pelos espaços do clube (ex. lixo). 3. Dano de equipamento ou pertences. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Reincidência em qualquer das infrações ligeiras (máx. 3) 2. Utilizar equipamento multimédia com o objetivo de captar, reproduzir, copiar ou divulgar seja em que contexto, conteúdos sem a aprovação de responsáveis do Clube. 3. Propagação ou divulgação de conteúdos com o objetivo de humilhação pública ou privada, que causem dano pessoal através de qualquer meio de comunicação. 4. Fazer publicação ou comentário impróprio e/ou ofensivo que desrespeite as regras do Clube e a honra de outros clubes, instituições ou pessoas. 5. Não facultar quando solicitado o horário e a informação curricular continua do educando (assiduidade/aproveitamento). 6. Agir em inconformidade com as regras definidas na utilização de espaço e/ou departamentos. <ol style="list-style-type: none"> a. Aplicável na deslocação a outros equipamentos, espaços e instituições. 7. Conduta verbal que origine agressões físicas. 8. Transmitir para o seu educando Incumprimento de orientações ou instruções do treinador. 9. Desrespeito pessoal ou profissional por todos os colaboradores do Clube. 10. Dolo em qualquer dos pontos anteriores. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Reincidência ou agravamento da conduta face a uma grave. 2. Recusa de medidas disciplinares aplicadas. 3. Roubo/Furto. 4. Agressão ou ameaça física a qualquer agente desportivo. 5. Discriminação de qualquer índole. 6. Incentivar que o seu educando incumpra uma convocatória. 7. Causar danos aos espaços e equipamentos do Clube ou outros, com intenção. 8. Possuir, consumir e/ou incentivar o consumo de substâncias aditivas. 9. Transportar ou possuir qualquer tipo de arma ou objeto que possa causar danos físicos a qualquer agente desportivo. 10. Ação concreta de bullying ou cyberbullying. 11. Participação em atividade de outro clube sem autorização com o seu educando. 12. Promover ou auxiliar a promoção de atividades impróprias em espaços sobre responsabilidade do Clube, que conduzam à quebra de regras ou condutas definidas pelo mesmo. 13. Apostas ou Matchfixing (combinação de resultados). 14. Ação intencional comprovada para provocar a saída do clube. 15. Divulgação de informação privada do clube a terceiros (Táticas).

MEDIDAS DISCIPLINARES CORRETIVAS	MEDIDAS DISCIPLINARES CORRETIVAS/SANCIONATÓRIAS	MEDIDAS DISCIPLINARES SANCIONATÓRIAS
<ol style="list-style-type: none"> 1. Pedido de desculpa aos intervenientes. 2. Pedido de desculpa por escrito. 3. Restrição das atividades do clube. 4. Limpar e/ou reparar danos causados. 5. Impedimento de frequência dos espaços por 1 semana. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Limpeza ou reposição de material danificado. 2. Serviço comunitário. 3. Educando quatro a dez dias de suspensão de prática e frequência de instalações. 4. Impedimento de frequência dos espaços por 1 mês. 5. Exclusão do educando da convocatória ou competição. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Impedimento de frequência dos espaços por 3 meses. 2. Educando até duas semanas de suspensão de prática e frequência de instalações. 3. Reposição de material danificado. 4. Impedimento de frequência dos espaços por 1 ano. 5. Participação às autoridades. 6. Legitimar o agravamento dos direitos de desvinculação do clube. 7. Participação disciplinar à Federação Portuguesa de Futebol ou Associação de Futebol do Algarve 8. Expulsão do Clube, por uma ou mais épocas.

Nota: este quadro serve de referência para aplicação de medidas disciplinares, podendo, no entanto, as mesmas podem ser aplicadas com condicionantes em função de atenuantes ou agravantes das evidências.

Em último caso será sempre um Conselho Disciplinar convocado pela Direção do Ginásio Clube de Tavira, a decidir os casos muito graves e as suas medidas punitivas.

Um Conselho Disciplinar deverá acontecer com a presença do encarregado de educação, um membro da direção, o coordenador geral, o coordenador da modalidade, o treinador da respetiva equipa e o responsável pela comissão de ética



Artigo 13º Plano de evacuação e emergência

1. O Campo de Futebol Ginásio Clube de Tavira, localiza-se em Tavira, na Rua Almirante Cândido dos Reis, 8800-318, coordenadas de GPS, 37.129164, -7.640629.
2. Circundante ao campo, encontra-se uma bancada (A), Administração da formação (B), Balneários 2 (C).



3. Após a avaliação da situação e caso haja a necessidade de colocar em prática o plano existem vários responsáveis para auxiliar na manutenção da ordem, contato com autoridades competentes e auxílio inicial a possíveis vítimas. Os vários setores do campo anteriormente possuem responsáveis pela ordeira evacuação, bem como o contato as autoridades competentes, linha de emergência. O plano de evacuação do campo encontra-se disponível em cada um dos locais acima, no mapa.
4. Em caso de acidente ou lesão grave, o elemento do departamento clínico responsável a exercer funções naquele período de jogo ou treino, deverá inicialmente realizar uma breve



- avaliação da vítima providenciando-lhe a devida assistência face a situação e avaliação realizada - utilizando os equipamentos médicos adequados á situação.
5. O delegado/elemento do departamento clínico, que estiver presente em situação de jogo/treino deve seguir os procedimentos determinadas pela seguinte ordem, e caso haja necessidade:
 6. contatar o serviço de emergência médica, fornecendo os seguintes dados pela ordem descrita:
 - Tipologia da situação (acidente, doença, agressão, etc.)
 - Nome do utilizador do número de emergência;
 - Número de telefone a partir do qual foi feita a chamada;
 - Localização com referências específicas;
 - Indicação da aparente gravidade da situação;
 - Indicação do número de vítimas que necessitam socorro, sexo e idade;
 - O que se passa com a vítima? (queixas e sintomas e alterações que vai observando);
 - Desligar a chamada só quando o operador o indicar.
 7. Coordenar os serviços externos de emergência, tais como a ajuda médica, proteção civil ou o serviço de bombeiros, indicando-lhes as entradas e saídas no campo enunciadas neste documento.
 8. Dar as indicações necessárias aos serviços de assistência e providenciar o acesso ao campo de jogos (seguir as indicações do mapa) para que o transporte seja assegurado de forma rápida para um hospital próximo.
 9. Contatar o coordenador do futebol de formação.
 10. Contatar os familiares da vítima.
 11. Contactos úteis em situação de emergência.
Emergência Médica: 112; Proteção Civil: 281 320 566; Bombeiros: 281 322 022;
Assistência Médica - Hospital Central de Faro: 289 891 100.
 12. O Campo de Jogos do Ginásio Clube de Tavira, tem 3 entradas/saídas, sendo que a da Rua Daniel Madeira, permite a entrada/saída de um veículo de emergência médica para o centro do campo.
 13. Seta azul para acesso ao campo pela porta 3 permite entrada de veículo de urgência no campo.
 14. Seta laranja para acesso ao campo pela porta 1 permite entrada no campo sem possibilidade de entrada de veículo de emergência.
 15. A entrada 2 poderá ter entradas alternativas dos serviços de emergências sem possibilidade de entrada de veículos no interior do campo.



16. As modalidades que utilizem instalações cedidas para treino ou competição, devem respeitar e seguir o plano de emergência e evacuação cedido para o local.

Artigo 14º Ética no Desporto

1. As condutas de qualquer agente desportivo ligado ao Ginásio Clube de Tavira, internos e/ou externos, diretos ou externos são passíveis de análise interna e estão sujeitas a medidas e atuação condizente.
2. Nesse sentido o Ginásio Clube de Tavira, irá criar um órgão interno, designado por Comissão Ética, regulado pelo responsável interno da Ética, composto por 6 membros que na época de 2023/2024 será constituído por:
 - i. Responsável pela comissão de ética;
 - ii. Elemento responsável pelo departamento clínico;
 - iii. Coordenador desportivo do clube;
 - iv. Representante dos Encarregados de Educação;
 - v. Representante da sociedade civil;
 - vi. Representante dos treinadores;
 - vii. Capitão de Equipa do escalão mais avançado das modalidades: (a designar)



3. Este órgão presta-se a analisar situações, acontecimentos ou ações passíveis de ser puníveis ou valorizadas que tenham ocorrido ou ocorram no decorrer da época desportiva.
4. Todas as condutas pessoais ou coletivas que decorrem ao longo da época desportiva, são passíveis de ser premiadas.
5. Este órgão reúne com cariz obrigatório no final da época desportiva, no sentido de premiar as condutas no âmbito dos prémios designados de:
 - a. Fair Play;
 - b. Ética no Desporto;
 - c. Aproveitamento Escolar;
 - d. Cidadania Desportiva;
 - e. Educação no Desporto.
6. Relativamente a ocorrências, passíveis de ser punidas, a comissão de ética reúne de forma extraordinária quando confrontada/solicitada de emergência por qualquer dos agentes que operam no Ginásio Clube de Tavira, agindo em conformidade com o regulamento interno e quadro disciplina em vigor no Clube.

Artigo 15º Mensalidades, e preçário dos equipamentos

Para a época de 2023/2024 o Ginásio Clube de Tavira não cobra quaisquer valores aos seus atletas.

Artigo 16º Generalidades.

1. A divulgação do manual de acolhimento e boas praticas para a época desportiva de 2023/2024, pelos atletas e encarregados de educação é da responsabilidade dos coordenadores e treinadores das respetivas modalidades.
2. Em cada escalão, os treinadores, staff técnico, atletas e encarregados de educação (quando aplicável) devem preencher e assinar o documento presente no anexo 1.
3. Horário de funcionamento da secretaria:
 - a. Sede
Segunda a sexta-feira das 9 às 13 e das 14.30 às 16.00 a.
Campo Ginásio Clube de Tavira
Terça-feira e quinta-feira das 18h00 às 21.00
Segunda, Quarta e Sesta-feira das 19.30 às 21.00



Este documento foi aprovado em reunião de direção do Ginásio Clube de Tavira no dia 31 de outubro, entrando em vigor a partir do dia 1 de novembro de 2023

José Reis
(Presidente do Ginásio Clube de Tavira)