

# REGRAS DE CONDUTA NA PRÁTICA DESPORTIVA DAS CRIANÇAS E DOS JOVENS

## Câmara Municipal de Oeiras

### —> Nota de Abertura

Desde 1986, o Australian Sports Commission, organismo federal equivalente na Austrália ao nosso atual instituto de Desporto (INDESP), vem implementando um projeto de desenvolvimento desportivo, destinado a crianças e jovens dos 8 aos 18 anos de idade e designado por "Aussie Sport".

Este programa, que é desenvolvido a nível nacional, conta com o apoio de diferentes organismos estaduais e federais (Australian Coaching Council, Australian Schools Sports Council, Australian Council for Health, Physical Education and Recreation, etc...), e dele constam diferentes programas como, entre outros, o de formação específica de treinadores e dirigentes, o estabelecimento de regulamentos adaptados às condições dos diferentes escalões etários, a educação desportiva dos jovens praticantes, etc... Em apoio a este último programa foi editado um "Código de Comportamentos" que contém um conjunto de princípios e valores éticos que importará em preservar as práticas desportivas.

Para a Câmara Municipal de Oeiras, que se propõe a dinamizar um programa de promoção do Espírito Desportivo, junto das comunidades educativa e desportiva do Concelho, a publicação deste documento não pode deixar de constituir uma contribuição positiva para novas reflexões que, necessariamente, se impõem sobre os sentidos educativos do desporto infantil e juvenil.

### —> Regras de Conduta – Dirigentes

Os dirigentes responsáveis pela criação e desenvolvimento de programas desportivos para crianças e jovens devem:

- Incluir as crianças e os jovens no planeamento, liderança, avaliação e tomada de decisões relacionadas com a atividade.
- Garantir igualdade de oportunidades para prática desportiva a todas as crianças e jovens, independentemente da sua capacidade, altura, sexo, idade, dificuldades motoras ou origem étnica.
- Assegurar que o equipamento e as instalações obedecem às normas de segurança e são adequados às necessidades dos praticantes.
- Assegurar que os regulamentos, os equipamentos e duração dos jogos e dos horários dos treinos estão de acordo com a idade, a capacidade e o nível de maturidade dos participantes.
- Garantir uma supervisão adequada sob a responsabilidade de treinadores e árbitros qualificados e competentes, capazes de assegurarem uma educação técnica e desportiva de qualidade.
- Ter atenção para o fato de que as crianças e os jovens aderem à prática desportiva, prioritariamente, pela satisfação e prazer que a atividade lhes proporciona e não pela importância ou valor dos prêmios.
- Evitar a organização de atividades desportivas juvenis que sejam, sobretudo, um passatempo para os espectadores. As necessidades dos jovens praticantes sobrepõem-se ao divertimento dos espectadores.
- Proporcionar ações de formações específicas, visando à melhoria da qualidade de intervenção dos treinadores e árbitros, com ênfase especial para a formação pedagógica e para a criação de programas de exercícios técnicos adequados.
- Assegurar que os pais, treinadores, dirigentes, árbitros, patrocinadores, médicos e praticantes entendam as suas responsabilidades no que diz respeito ao "Espírito Desportivo".

### —> Regras de Conduta – Professores

Todos os professores e, em especial, os de Educação Física, com especiais responsabilidades no processo de formação dos jovens praticantes, devem:

- Encorajar as crianças e os jovens a aprender e aperfeiçoar vários desempenhos motores básicos em diferentes desportos e desencorajar a especialização precoce num único desporto e numa determinada posição.
- Criar oportunidades para ensinar regras de conduta desportiva adequadas, assim como os fundamentos de diferentes modalidades desportivas.
- Assegurar que entre os 6 e os 10 anos, a aprendizagem e a prática desportivas não regulamentadas tenham prioridade sobre a prática e a competição desportivas estruturadas, de acordo com os padrões da competição dos adultos.
- Preparar as crianças e os jovens para competições internas escolares e interescolares, fornecendo-lhes uma preparação básica adequada à participação em competições desportivas.
- Propiciar às crianças e aos jovens o conhecimento da prática desportiva regular e o valor da sua continuidade ao longo da vida.
- Comprometer-se na atualização permanente sobre os princípios fundamentais que regem o processo de crescimento e de desenvolvimento das crianças e dos jovens.
- Ajudar as crianças e os jovens a perceberem diferenças fundamentais entre as competições infantis e juvenis em que participam, e o desporto profissional cujas notícias lêem nos jornais ou vêem na TV.
- Auxiliar as crianças e os jovens a entenderem as responsabilidades e implicações da sua opção entre escolherem uma prática desportiva com correção e respeito por todos os intervenientes, ou uma prática desportiva em que os adversários são inimigos e onde existam a violência e os excessos.

#### —→ **Regras de Conduta - Jovens Praticantes Desportivos**

As crianças e os jovens que participam em atividades competitivas organizadas devem esforçar-se por:

- Praticar desporto obedecendo às regras estabelecidas.
- Nunca discutir com os árbitros. Caso não concordem com qualquer decisão, peçam ao seu capitão de equipe ou treinador, para solicitar esclarecimentos durante o intervalo ou depois da competição.
- Controlar o seu temperamento. Usar linguagem grosseira ou incorreta para com os árbitros ou jogadores da equipe adversária, ou provocar deliberadamente um adversário, são atitudes e comportamentos inaceitáveis em qualquer prática desportiva.
- Aproveitar, o melhor possível, os períodos de treino para aprenderem "coisas novas" e aperfeiçoarem as "já sabidas". Tal conduta possibilitará não só progresso individual, como o da equipe a que pertencem.
- Serem bons desportistas. Aplaudam todas as jogadas bonitas, quaisquer que sejam os seus autores.
- Tratar os outros jovens atletas adversários como gostam de ser tratados. Provocar incidentes que coloquem os adversários em situação de inferioridade ou de não poderem dispor de oportunidades iguais durante a competição, traduz um comportamento antidesportivo inaceitável.
- Cooperar em todas as situações com o treinador, colegas de equipe e adversários. Sem estes últimos, não haveria competição.
- Praticar desporto por prazer e divertimento e não para agradar aos pais ou aos treinadores.

#### —→ **Regras de Conduta - Árbitros e juízes**

Os árbitros e juízes envolvidos na competição desportiva das crianças e dos jovens devem:

- Contribuir para a modificação das regras e dos regulamentos das competições de modo a se adaptarem ao nível de desenvolvimento dos participantes e às suas necessidades.
- Ser coerentes, objetivos e corteses ao assinalarem quaisquer infrações.
- Coordenar todo o comportamento antidesportivo e fomentar as diferentes formas, o respeito mútuo entre todos os participantes.

- Assegurar que o “Espírito Desportivo” das crianças e dos jovens não se perca, usando sempre de bom senso nas suas decisões.
- Encorajar, publicamente, a alteração de regras que reforcem os princípios da participação desportiva através da satisfação e do divertimento.
- Demonstrar, permanentemente, perante todos os intervenientes nas competições juvenis, comportamentos e atitudes concordantes com os princípios básicos da ética desportiva. As ações valem mais do que as palavras.
- Empenhar-se numa atualização constante não só no que respeita às condições de arbitragem, mas de igual modo, no que se refere às características próprias das diferentes fases do desenvolvimento infantil e juvenil.
- Elogiar todos os praticantes pelo seu empenho na competição e pela correção e respeito mútuo evidenciados.

### —→ **Regras de Conduta - Pais**

Os pais, enquanto principais responsáveis pelo processo educativo dos seus filhos, devem:

- Encorajar os filhos a participarem em atividades desportivas, se for de seu interesse e agrado. As crianças e os jovens não devem ser forçados a uma atividade de que não gostam ou para a qual não se sentem motivados.
- Realçar o esforço que as crianças e os jovens desenvolvem nas suas atuações, em detrimento dos resultados desportivos. Esta atitude ajudará os praticantes a criarem objetivos realistas adequados às suas capacidades, conferindo importância bem menor aos eventuais resultados das competições em que participam.
- Ensinar aos filhos que o esforço honesto numa competição “limpa” é tão importante como a vitória. Nesta perspectiva, qualquer que seja o resultado da competição, ele será aceito sem restrições ou desilusão.
- Encorajar os filhos a participarem nas atividades sempre de acordo com as regras.
- Nunca ridicularizar ou gritar com um filho por ter cometido um erro ou por perder um jogo, por mais importante que este seja.
- Lembrar-se de que as crianças e os jovens estão envolvidos numa prática desportiva que deve estar organizada visando ao seu próprio prazer e divertimento e não ao dos pais.
- Lembrar-se de que as crianças aprendem através dos exemplos (bons e ... maus). Aplaudir os méritos de todos os participantes da atividade esportiva, independentemente da equipe ou grupo a que pertençam, será sinónimo de correção desportiva e um bom exemplo que não deixará de ser seguido.
- Caso não concordem com qualquer decisão dos árbitros ou juizes, devem manifestar essa discordância em local apropriado e de forma correta e não questionar em público a atitude dos árbitros ou juizes envolvidos na decisão. Lembrem-se de que os árbitros ou juizes ocupam grande parte do seu tempo livre contribuindo para o bom desenrolar das competições desportivas juvenis. Sem eles, crianças e jovens ficariam privados dessas atividades.
- Apoiar todas as ações que impeçam a violência física e/ou verbal nas atividades desportivas juvenis.
- Reconhecer o valor e a importância dos treinadores. Eles dão o seu tempo e os seus conhecimentos procurando proporcionar atividades desportivas, recreativas e educativas às crianças e aos jovens, merecendo, portanto, o nosso apoio.

### —→ **Regras de Conduta - Espectadores**

Todos os espectadores das práticas desportivas competitivas em que participam crianças e jovens, devem:

- Lembrar-se de que estes não são praticantes profissionais e que o seu envolvimento nas competições desportivas não visa ao entretenimento dos espectadores. Fazem-no procurando sentir prazer e satisfação na atividade praticada.
- Aplaudir a execução e o esforço individual de cada praticante ou de cada equipe. Felicitar todos os participantes pela sua atuação, independentemente do resultado da competição.
- Respeitar as decisões dos árbitros e dos juízes., Se não concordam com qualquer decisão, devem adotar um procedimento correto e adequado para manifestar o seu desacordo.
- Ensinar as crianças e os jovens a aceitarem os possíveis erros dos árbitros e juízes como inerentes a qualquer julgamento humano.
- Preocupar-se em nunca ridicularizar, ou ralhar, com as crianças, ou com os jovens, por terem cometido qualquer falha ou erro durante a competição. Os comentários positivos são estimulantes e motivadores, reforçam a aprendizagem e a satisfação proporcionada pela atividade.
- Condenar o uso de qualquer tipo de violência, seja dos espectadores, treinadores ou dos jovens atletas.
- Mostrar respeito pelos praticantes das equipes adversárias. Sem eles, não haveria competição.
- Encorajar os jovens atletas a respeitarem as regras e as decisões dos árbitros e juízes.

### —> **Regras de Conduta - Treinadores**

Os treinadores das equipes infantis e juvenis, nas diferentes modalidades desportivas, devem:

- Não ser demasiado exigentes no tempo dispendido nos treinos e no esforço solicitado, junto dos jovens praticantes.
- Ensinar os jovens atletas que as regras desportivas representam acordos mútuos que não devem ser quebrados ou abandonados.
- Organizar as competições de acordo com as idades dos praticantes e o seu nível de aprendizagem, de modo a tornar mais viável um possível sucesso.
- Evitar a prática desportiva excessiva dos praticantes sobredotados. Por outro lado, todos os jovens praticantes desportivos devem ter iguais oportunidades de participarem na prática desportiva competitiva.
- Lembrar-se de que as crianças e os jovens praticam desporto, antes de tudo, pelo prazer e satisfação que este lhes proporciona e que a vitória é só um componente da sua motivação.
- Evitar ridicularizar ou repreender, em público, uma criança ou um jovem por cometer qualquer erro ou perder a competição em que participou.
- Assegurar-se de que o equipamento e as instalações que serão utilizadas pelos jovens atletas obedecem a padrões de segurança e estão de acordo com a idade e capacidade dos mesmos.
- Considerar o grau de maturidade das crianças e dos jovens quando estabelecem os horários para a prática desportiva e a duração dos treinos e das competições.
- Desenvolver em cada jovem praticante o respeito pela capacidade dos adversários, assim como pelos árbitros e treinador das equipes adversárias.
- Comprometer-se a uma atualização permanente sobre a metodologia do treino específico de crianças e jovens e a sua influência num processo correto de desenvolvimento dos praticantes.