

Núcleo Desportivo e Social Guarda

Regulamento – Traquinas



2022/2023

1. INTRODUÇÃO

O presente regulamento visa dar a conhecer a todos (as) os atletas, encarregados de educação e treinadores, as normas gerais para o bom funcionamento da época desportiva.

O sucesso de um clube está normalmente associado à sua organização e ao funcionamento das suas estruturas. Estas condicionantes serão aquelas que muitas vezes justifiquem a concretização ou não dos objetivos previamente definidos.

Quando se referem objetivos, interioriza-se a noção clara de que quem não os define, não poderá de forma coerente, arquitetar as linhas orientadoras daquilo que pretende atingir; ou então resigna-se a aceitar o que o futuro, mais ou menos imediato, lhe reserva, por méritos ou deméritos individuais momentâneos.

No caso presente, trata-se de definir de forma clara, objetiva e sustentada, a política desportiva e as diretrizes segundo as quais o Núcleo Desportivo e Social desenvolverá o seu trabalho.

O Núcleo Desportivo e Social tem no Futebol um papel de reconhecido relevo, o que acarreta um acréscimo de responsabilidades. Neste sentido, será desejo de todos os que contribuíram para o sucesso deste Clube, que os índices de qualidade sejam incrementados de molde a poder responder aos desafios exigentes que o presente e o futuro nos reserva.

Sendo um clube que se assume como formador de crianças e jovens, quer na sua vertente desportiva, quer na vertente da formação integral do indivíduo, deverá definir o modo de concretização deste desiderato. Quando se lida com crianças e jovens com idades tão diferenciadas, dever-se-á ter a noção de que as necessidades manifestadas por crianças de 5 anos serão obrigatoriamente diferentes das manifestadas por outras de 10 anos. Todos nós sabemos isso, mas será que, na prática, respondemos a esta verdade da forma mais adequada?

Todos sabemos que a face visível de um clube desportivo são os resultados/classificações alcançados, mas nunca poderemos hipotecar o futuro com a glória imediata e por isso efémera que, não raras vezes, acarreta resultados posteriores desastrosos.

Para o Núcleo Desportivo e Social da Guarda, o percurso formativo dos nossos atletas é dividido em várias etapas, todas estas com enorme importância no desenvolvimento integral das nossas crianças e jovens.

A prática desportiva do Futebol deverá ser entendida nos escalões de Petizes e Traquinas como uma melhoria da qualidade de vida da criança, um desafio às suas capacidades motoras, psíquicas e sociais.

Desta forma, quando uma criança integra o futebol de formação do Núcleo Desportivo e Social da Guarda devem estar cientes que os treinadores vão sempre dar o seu melhor em prol dos seus atletas mas, tal como os seus pais, têm de interiorizar regras, elogiar quando as crianças merecem mas também fazer reparos quando necessários. Fazem as suas opções de forma o mais justa possível, tomam as decisões que pensam mais adequadas perante a situação. É certo que vão cometer erros... mas sempre com o intuito de tomar as melhores decisões para os seus atletas.

O Núcleo Desportivo e Social da Guarda irá procurar sempre uma identidade ganhadora, desenvolvendo uma atitude de ambição e melhoria. Contudo, esta identidade terá sempre de caminhar a par de valores como a Humildade, Entrega, Esforço, Solidariedade, Companheirismo, Compromisso, Resiliência, “Orgulho e Altivez”. Estes deverão ser a bandeira identificadora de todas as equipas dos vários escalões e todos os quadros técnicos.

2. FUNCIONAMENTO

As Escolinhas do Núcleo Desportivo e Social da Guarda desenvolvem as suas atividades em instalações cedidas pela Camara Municipal da Guarda e em outras que resultam de protocolos e, noutros casos, de aluguer:

- Pavilhão de São Miguel – Guarda
- Pavilhão do INATEL
- Outeiro de São Miguel
- Pavilhão da escola Secundária Afonso de Albuquerque
- Pavilhão da escola Carolina Beatriz Ângelo - Sequeira

As atividades das escolinhas funcionam durante toda a época desportiva, de 01 de setembro de 2022 até 31 junho de 2023, ficando dependentes da disponibilidade de pavilhões durante as interrupções escolares – Natal, Carnaval e Páscoa - e feriados nacionais e municipal.

Sempre que a interrupção da atividade não seja imputável ao NDS, não haverá lugar a qualquer desconto no total da mensalidade a pagar.

3. LOCAIS DE TREINO/HORÁRIOS

A definir oportunamente, consoante a disponibilização de espaço/locais de treino por parte da autarquia e outras.

Os momentos de prática de atividade física/treinos terão a duração de 60 minutos.

A distribuição de grupos/turmas pelas diferentes instalações obedecerá a critérios estritamente técnicos e organizativos.

4. JUSTIFICAÇÃO DE HORÁRIOS

Os horários a disponibilizar seguirão os seguintes critérios:

- Os horários definidos para os escalões de petizes estão compreendidos entre as 18h00 e as 20h00 sendo subdivididos em: 1º bloco (18h00 – 19h00) e 2º bloco (19h00 – 20h00);
- Aos escalões etários mais baixos serão atribuídos os horários compreendidos entre as 18h00 e as 19h00;
- Sempre que não seja possível a atribuição do 1º bloco horário, a atividade decorrerá no 2º bloco.

NOTA: Os horários e turmas poderão sofrer alterações de acordo com o aumento do nº de alunos e/ou criação de novas turmas.

5. PROCESSO DE INSCRIÇÃO

DOCUMENTOS NECESSÁRIOS:

- Cópia dos cartões de cidadão do atleta e encarregado de educação atualizados;
- Ficha da FPF (devidamente assinada pelo encarregado de educação e pelo atleta)
- Ficha de inscrição do NDS
- Termo de Responsabilidade (devidamente preenchido e assinado)
- Declaração da AFG

- Exame médico desportivo (o NDS tem protocolo com a clínica “CliniGuarda” onde poderão ser realizados os exames médicos, mediante agendamento prévio pelo custo de 12 euros a partir da presente data. Esse exame é para ficar na clinica.)
Contacto: 271 213 003
- 2 Fotografias (1 em caso de renovação)

Nota:

- **A inscrição dos Atletas só se considera “completa” aquando a entrega de todos estes documentos na sede da AFG.**
- **Caso se verifique que constam mensalidades em atraso da época anterior a inscrição fica pendente até regularização das mesmas.**

As inscrições serão todas aceites mas ficarão dependentes do número de vagas disponibilizadas para a constituição de turmas.

A formação de turmas obedecerá aos critérios que a seguir se encontram elencados.

6. DEFINIÇÃO DE GRUPOS / TURMAS – CRITÉRIOS

Os grupos/turmas terão como número limite 20 (vinte), nos escalões de TRAQUINAS. Estes números limite visam incrementar a qualidade do serviço prestado e colmatar situações problemáticas que foram identificadas após análise em sede de quadro técnico.

Serão constituídas turmas mediante o preenchimento de vagas. As segundas turmas só serão abertas com um número mínimo de dez crianças.

A constituição e definição dos grupos/turma obedecerá aos seguintes critérios:

1. Ano de nascimento;
2. Níveis de desempenho – Conhecimento com origem em épocas anteriores ou após análise;

Caso o número de pretensões de inscrição ultrapasse a capacidade de resposta em termos das condições identificadas como ideais, adotar-se-ão os seguintes critérios de seleção:

- Referências comportamentais e de aprendizagem obtidas em épocas anteriores ou após avaliação;
- Referências comportamentais e de cumprimento de obrigações e deveres constantes nos regulamentos, por parte dos encarregados de educação;
- Ordem de inscrição
- Outros a definir após avaliação.

A abertura de novas turmas dependerá sempre da disponibilidade de instalações desportivas.

A distribuição das turmas pelas instalações obedecerá sempre a critérios exclusivamente técnicos.

7. ACOMPANHAMENTO TÉCNICO

O rácio definido para acompanhamento técnico nos escalões em consideração, será de 1 (um) técnico por cada 8 (oito) praticantes.

Este número poderá sofrer alterações de acordo com as características do grupo/turma e da disponibilidade/capacidade de recrutamento de técnicos qualificados.

8. INSCRIÇÃO / MENSALIDADES

As mensalidades devem ser pagas até ao dia 08 de cada mês na sede do NDS ou por transferência bancária devidamente identificado e acompanhada de E-mail de notificação (ndsguarda@gmail.com), para o seguinte IBAN: **PT50 0035 0754 00004625030 52**

Taxa de Inscrição NO MÊS DE JULHO: 10,00€

Mensalidade Atletas (Traquinas - Sub 8. Nasci. 2015): 15,00€ - 2(dois) momentos de treino

Mensalidade Atletas (Traquinas - Sub 9. Nasci. 2014): 15,00€ - 2(dois) momentos de treino

Mensalidades	Taxa de Inscrição	set	out	nov	dez	jan	fev	mar	abr	mai	jun	Total	Pag. único
Traquinas	10	15 €	15 €	15 €	15 €	15 €	15 €	15 €	15 €	15 €	15 €	160 €	130 €

As mensalidades a liquidar corresponderão aos meses compreendidos entre setembro e junho inclusive.

Aquando do pagamento do valor de inscrição, se se proceder à liquidação da totalidade das mensalidades, haverá lugar ao desconto de 2 (duas) mensalidades - (esta modalidade só poderá ser adotada até ao dia 08 de outubro).

A responsabilidade perante o NDS pela prestação dos momentos de prática de atividade física / treino, consubstanciam-se no pagamento de taxa de **inscrição + mensalidades**.

Nota: o não cumprimento do pagamento de inscrição e mensalidades poderá impedir, após análise e comunicação com o encarregado de educação, a frequência do praticante em treinos e/ou atividades do Clube.

9. PARTICIPAÇÃO EM TORNEIOS/ENCONTROS

A mensalidade envolve apenas os momentos de treino.

A participação em torneios/encontros ou outras atividades assume caráter “extra” que será proporcionado pelo clube.

Este “extra” será facultado ao maior número possível de praticantes, por se entender que também estes momentos completam o processo formativo.

Considera-se “extra” pelo facto de que poderá não ser possível a presença da totalidade dos praticantes de um determinado grupo/turma, num também determinado evento.

Simultaneamente, a participação em momentos com essa tipologia deverão constituir-se como momentos de reconhecimento de atitudes comportamentais ajustadas como por exemplo a assiduidade/pontualidade, o empenho, o respeito por si e pelos outros, o cumprimento de regras estabelecidas, entre outras variáveis de análise por parte dos técnicos/formadores.

Sempre que haja necessidade de efetuar convocatórias e verificando-se a observância generalizada de comportamentos adequados, aplicar-se-á o sistema de rotatividade.

A comunicação de **disponibilidade / indisponibilidade** de participação nos torneios agendados, deverá ser comunicada com, no mínimo, **3 (três) dias de antecedência**, tendo como referência a data de realização da atividade. Após ausência de resposta neste período de tempo, o praticante não participará no torneio/jogo. Qualquer alteração excecional a esta orientação será analisada e avaliada pelos técnicos e coordenador de escalão sendo comunicada com brevidade ao respetivo encarregado de educação.

10. EQUIPAMENTO INDIVIDUAL

É obrigatório o uso de equipamento do NDS nos treinos ou, em alternativa, com as cores do mesmo, branco e/ou preto. Não é permitida a utilização de equipamentos identificativos de outros clubes nas atividades promovidas pelo NDS.

Recorda-se que o Clube disponibiliza equipamento para as atividades pré-competitivas onde participa – torneios e encontros.

11. SEGURO DESPORTIVO

O Seguro Desportivo, obrigatório pela FPF, rege-se pelas seguintes condições:

- o encarregado de educação deverá deslocar-se à sede do NDS durante os 5 dias úteis após o incidente e deverá pagar a caução de 75 euros, que neste caso só será paga no início dos tratamentos.

SEGURADORA:

APÓLICE Nº:

Todos os atletas do Núcleo Desportivo e Social da Guarda possuem Seguro Desportivo. O mesmo fica ativo após entrega de todos os documentos solicitados para inscrição e após validação da inscrição do atleta pela Associação de Futebol da Guarda.

12. APOIO MÉDICO

PROCEDIMENTO EM CASO DE LESÃO

- **TREINO/TORNEO/CONCENTRAÇÃO:** O Treinador deverá avaliar a situação em estreita comunicação com o encarregado de educação e, se necessário, encaminhar para a unidade hospitalar mais próxima ou para uma solução alternativa que assegure uma resposta adequada à situação concreta.

PROCEDIMENTOS EM CASO DE IDA AO HOSPITAL

- No caso de ida ao hospital, o atleta terá de ser sempre acompanhados por um elemento do clube e/ou um encarregado de educação, referindo que trata se de um acidente desportivo;
- O praticante deverá fazer-se acompanhar de um documento de identificação.
- Após alta médica e no caso de necessidade de comunicação ao seguro, deverá ser entregue na sede do clube a documentação fornecida no hospital, devidamente preenchida, pelo encarregado de educação num prazo de 3 dias úteis.
- O NDS não assume qualquer responsabilidade no caso de um atleta se deslocar ao hospital por sua livre vontade, sem comunicação e identificação prévia de possível lesão.

13. NORMAS DE CONDUTA – TREINO / TORNEIOS (Técnicos/Formadores)

Os técnicos/formadores, são elementos fulcrais na implementação dos objetivos que envolvem um processo formativo com estas características.

Por esse facto devem adotar comportamentos exemplares dos quais se destacam os seguintes:

- Tratar com respeito todos os intervenientes no processo, adotando comportamentos adequados e de liderança;
- A linguagem a adotar deve obedecer a elevados padrões de educação e de extremo respeito para com a criança que está sob a nossa responsabilidade;
- **Atualizar** de forma constante os **conhecimentos** que suportam as atividades em que está envolvido;
- **Verificação** antecipada do **material** a utilizar na sessão de treino;
- Elaborar **sempre** o **plano de treino** de suporte da sessão de treino;
- **Cumprir** de forma escrupulosa os **horários** de concretização das atividades:
 - ✓ Treino – no mínimo 15 minutos antes do início da sessão
 - ✓ Jogo/Torneio – no mínimo 60 minutos antes da hora marcada para o início dos jogos
- Mostrar **disponibilidade** para dialogar com os encarregados de educação. Este diálogo **só** poderá ser efetivado seguindo as seguintes premissas:
 - ✓ **Antes do treino só com agendamento prévio** ou para transmitir informações pertinentes acerca do respetivo educando e que possam ter a ver com o desempenho no treino, p. ex: estado de saúde, indisposição repentina;
 - ✓ Após o treino, mediante disponibilidade do(s) técnico(s) e/ou agendamento prévio;

14. NORMAS DE CONDUTA – TREINO / TORNEIOS (Praticantes)

O treino/torneio tem o seu início no momento de entrada nas instalações desportivas e termina após saída das mesmas.

Todos os praticantes devem:

- Ser assíduos e pontuais;
- Apresentar-se devidamente equipado à hora agendada;
- Não é permitida a entrada dos atletas nos recintos onde vai decorrer a prática, sem autorização e presença dos treinadores. Os atletas são corresponsáveis pelo material que utilizam, devendo participar na sua correta utilização e arrumação;
- Sempre que não possa comparecer ao treino/torneio, por lesão, doença, ou outro motivo, o encarregado de educação deve informar o treinador com a maior antecedência possível;
- No dia do(s) torneio(s), deve comparecer no local à hora marcada para a concentração;
- Não é permitido uso de adereços (brincos, pulseiras) para o bem da sua integridade física e dos colegas;
- Não serão tolerados atos de indisciplina para com os companheiros, adversários, treinadores e árbitros;
- Deve respeitar sempre todas as pessoas que o rodeiam em qualquer atividade;
- Se temporariamente for suplente, deve respeitar a decisão do treinador, apoiando os colegas e estar pronto para entrar em jogo a qualquer momento;
- As convocatórias e utilização dos jogadores nos jogos e/ou torneios, é efetuada de acordo com a assiduidade aos treinos, empenho, comportamento e disciplina;
- A falta injustificada ao jogo/torneio justificará a previsível não convocatória para o jogo/torneio no seguinte.

15. NORMAS DE CONDUTA (PAIS/ENCARREGADOS DE EDUCAÇÃO)

Todos os pais querem o melhor para os seus filhos, como tal devem:

- Apoiar e acompanhar, sempre que possível, os filhos na atividade desportiva (treinos/ jogos), mas sem os pressionar e sem se intrometer nas tarefas dos atletas, treinadores e árbitros;
- Encorajar o seu filho para um estilo de vida equilibrado entre desporto, educação, cultura e outros interesses;
- Valorizar e elogiar, acima de tudo, o esforço (empenho) despendido e os progressos conseguidos (mesmo que ligeiros) e aceite que este é mais importante que ganhar a qualquer custo;
- Encorajar, ajudar o filho a respeitar as regras e o espírito desportivo e não valorizar excessivamente os resultados desportivos alcançados (positivos ou negativos);

- Promover um ambiente de convívio e de união com os outros pais e acima de tudo incentive o grupo/equipa como um todo;
- Nunca pressionar o respetivo educando sobre ganhar, perder ou marcar um golo;
- Nunca interferir no treino/jogo com indicações que influenciem a tomada de decisão do seu educando ou outros atletas;
- Nunca entrar em confronto verbal e/ou físico com qualquer interveniente desportivo, sejam eles, árbitros, treinadores ou pais de equipas adversárias ou da sua equipa;

“Aprender a jogar futebol, com prazer... pois nem todos serão jogadores, mas sabemos que todos serão, no futuro, homens e mulheres”

Comportamentos e procedimentos a adotar por parte dos pais / encarregados de educação:

- Entrar nos balneários dos atletas só em casos excecionais e devidamente autorizados pelos técnicos.

Esta regra justifica-se fundamentalmente por aspetos pedagógicos e, simultaneamente, na promoção e desenvolvimento da autonomia do praticante;

A **única exceção** será considerada durante a primeira semana de atividade, para praticantes que ingressem pela primeira vez nas escolas do NDS, podendo em casos de manifesta necessidade e coordenada com o treinador, alargar-se também na segunda semana. Esta exceção tem como objetivo facilitar a integração de crianças que manifestem maiores dificuldades neste aspeto particular. Findo este período de tempo far-se-á uma avaliação da situação;

- A permanência dos pais/familiares no local de realização das atividades de treino só é permitida no caso de se verificar o conveniente distanciamento entre a criança e as pessoas que o acompanham;
- Especificidades das Instalações:
 - Pavilhão de São Miguel: é apenas permitida a presença nas bancadas;
 - Pavilhão do Outeiro de São Miguel: não é permitida a presença;
 - Pavilhão da Escola Sec. Afonso de Albuquerque: não é permitida a presença;
 - Pavilhão da Esc. Carolina B. Ângelo - Sequeira: não é permitida a presença;

Nos casos em que não seja permitida a presença da totalidade dos acompanhantes, poderá, de forma rotativa, permitir-se a presença de 4 (encarregados de educação) de 4 praticantes, para desta forma poderem acompanhar o trabalho desenvolvido. Esta definição estará a cargo dos encarregados de educação / representantes de turma.

- Qualquer questão a colocar ao treinador, terá de que ser imperativamente efetuada antes do treino/torneio se agendada com antecedência e sem nunca interferir no tempo útil de atividade ou no final do treino/torneio havendo disponibilidade da parte do treinador; nunca durante as mesmas;
- Não serão permitidos comentários, chamadas de atenção ou outro tipo de interação verbal por parte dos acompanhantes do praticante, durante a efetivação do treino; este comportamento, caso se verifique, será registado e analisado pelos técnicos e comunicado ao coordenador de escalão que tomará as medidas que se impuserem;

- Qualquer esclarecimento de ordem técnica poderá ser prestado mediante agendamento de reunião com o(s) treinadores e coordenador de escalão/coordenador técnico;
- Sempre que o atleta não possa comparecer ao treino e/ou torneio, por lesão, doença, ou outro motivo, deve informar o treinador com a maior antecedência possível.
- Os grupos de WhatsApp de cada grupo/turma, só poderão ser utilizados para a facultação de informações importantes, como por exemplo: horários, presenças/faltas a treinos/torneios. Qualquer outro tipo de comunicação deverá ser efetuada através de contato direto e privado, entre o encarregado de educação e os responsáveis do clube – treinador/coordenador/dirigente.

16. ENCARREGADOS DE EDUCAÇÃO - REPRESENTANTES

Cada turma terá 2 (dois) representantes que serão indicados pelo conjunto dos encarregados de educação.

Estes terão as seguintes funções:

- Intermediar os contatos entre os diferentes intervenientes no processo formativo: Enc. Educação, técnicos, coordenadores, direção;
- Colaborar na transmissão de informações pertinentes entre os intervenientes;
- Conhecer e promover o conhecimento de todos os documentos que suportam a atividade;
- ...

17. INFRAÇÕES E QUADRO DISCIPLINAR

Qualquer incumprimento que se verifique por parte de todos os envolvidos neste processo formativo, será analisado em reunião de quadro técnico e tomadas as medidas que se considerem adequadas e ajustadas. As conclusões e ações a implementar serão comunicadas aos envolvidos.

Todas as situações não previstas neste Regulamento e que impliquem sanção disciplinar serão analisadas pela coordenação e equipa de treinadores que posteriormente dará conhecimento à direção do Clube.

18. CASOS OMISSOS

O Núcleo Desportivo e Social da Guarda reserva-se ao direito de decidir os casos omissos, após auscultação dos intervenientes e com o bom senso adequado.

19. CONTATOS

MORADA:

Núcleo Desportivo e Social – Avenida da Igreja

Centro Cultural e Social de S. Miguel 2º piso 6300-839 Guarda

TELEFONES:

Tel.: 271 230 624

Tlm.: 966 212 318

ENDEREÇO ELETRÓNICO

ndsguarda@gmail.com

ndsfootball@gmail.com