



MANUAL DE CONDUTA DESPORTIVA

Disciplinar e Ético

1. Introdução

A **Associação Esportiva T-Rex Futebol Americano** doravante chamada Instituição Rex, espera do aluno/atleta/líder/coordenador/comissão técnica e diretoria, que seja ético, que pense e execute de maneira correta, de acordo com os valores estabelecidos e aceitos nas regras desportivas em que está inserido. A sua responsabilidade mais importante é desenvolver bem seu espírito esportivo na função a que lhe é designada. Saber atender, entender, colaborar com os seus companheiros de equipe, sociedade, moradia, universidade e Instituição. O T-Rex espera que suas ações de cooperação desportiva sejam baseadas no respeito ao companheiro de equipe/instituição e ao adversário, com valores éticos e transparentes. Para nortear estas ações, foi criado este **Manual de Conduta Desportiva** a ser seguido por todos os membros da Instituição Rex.

2. Objetivo

Disseminar a importância das condutas desportivas para que cada aluno/atleta/líder/coordenador/comissão técnica e diretoria, saiba seu papel no grupo. Esclarecer, orientar e propiciar a compreensão clara de quais os comportamentos e condutas são consideradas adequadas (e quais não) no desempenho das atividades esportivas, criando assim uma cultura organizacional baseada em conceitos éticos do esporte. Este manual é destinado a todos os atletas da Associação Esportiva T-Rex Futebol Americano. Shields e Bredemeier (1995, pg. 194) afirmaram que espírito esportivo:

“envolve uma intensa luta para ser bem-sucedido, temperado pelo compromisso com o espírito de jogo de modo que padrões éticos predominem sobre ganho estratégico quando os dois estiverem em conflito”.

Significa que você deve adotar o **jogo limpo, mesmo que isso possa significar a derrota**. Pois, “quando ganhar é tudo, fazemos tudo para ganhar” (Nicholas, 1989).

3. Comportamento dos alunos/atletas/líderes/coordenadores/comissão técnica e diretoria

TODOS os membros do T-Rex, serão avaliados pela sua conduta durante os treinos, competições, viagens e estadias nos seguintes tópicos:



3.1 Ética Desportiva: Agir de acordo com uma estrutura moral do T-Rex que define alguns limites para o comportamento dos desportistas, de forma a preservar um sistema desportivo civilizado. Com base nesta estrutura moral, é possível competir respeitando o adversário, reconhecendo o seu valor e competência, vendo-o como um oponente indispensável, sem o qual não existe competição ou evolução.

3.2 Conduta Desportiva: Agir segundo as determinações deste *Manual de Conduta Desportiva* garantindo respeito aos companheiros e adversários; cumprindo as orientações de seus líderes, capitães, coaches e diretoria.

4. Conflitos de interesses

4.1 Patrocinadores: Respeitar nossos patrocinadores, não associando sua imagem de membro do Rex, com concorrentes diretos que nos patrocinam.

4.2 Marca T-Rex: Não associar a marca da Instituição T-Rex com drogas, violência (humanos e animais). Se o membro tiver perfis de mídias sociais onde se utiliza da marca Rex (camisa de jogo ou descrição de perfil com referência a ser jogador ou membro de comissão técnica) deverá ter cuidado para que não se envolva em discussões que culminem em ofensas, ou que denigra por uma ação individual, a imagem coletiva do time e Instituição.

4.3 Diversidades étnicas, sócio econômica, cultural, religiosa e sexual: Não haverá por parte de nenhum membro do T-Rex (jogador, patrocinador, comissão técnica ou diretoria), atos que denotem preconceito racial, cultural, econômico, ou intolerâncias religiosas e sexuais. Sabendo que o respeito deve estar em todos os indivíduos e ações, **não será** tolerado nenhum descumprimento de regras estabelecidas neste manual por conta da raça, identidade de gênero, ideologia religiosa ou condição social e econômica.

4.4 Assédios moral e sexual: Não serão tolerados atos de assédio moral, tais como: ofensas raciais, palavrões não efetivos, xingamentos que denigram a imagem ou que afetem emocionalmente ou comportamentalmente, qualquer membro da Instituição Rex. Assédios sexuais não serão tolerados em nenhum momento e com nenhum indivíduo, seja ele pertencente à Instituição Rex ou não, não importando o gênero. Homens e mulheres serão respeitados quanto ao toque (único toque aprovado impreterivelmente é o *cumprimento rex*), palavras obscenas, envios de fotos com conteúdos sexuais e ações invasivas.

4.5 Relacionamentos íntimos: Não será tolerado em ambientes de treino (campo e sideline) qualquer comportamento que seja íntimo entre familiares (pai, mãe, irmãos, tios e outros) e parceiros (namoradas, namorados, esposas e maridos). Sendo para estes, liberado o acesso (em dias de treino, training camp e jogos) somente até a arquibancada. Solicitamos aos membros que comuniquem seus cônjuges e familiares sobre esta determinação da diretoria. Em casos omissos,



membros da Comissão Técnica, irão retirá-los do campo e direcioná-los para a arquibancada. A **meia lua** ao final do treino, training camp e jogos, deverá igualmente ser respeitado. Familiares ou cônjuges, devem aguardar o final do nosso cumprimento para acessar aos jogadores. Para ambos os casos, somente membros da diretoria, patrocinadores, conselheiros e comissão técnica se farão presentes.

4.6 Respeito aos superiores: Não será tolerado nenhum tipo de agressão verbal, física ou ameaças a nenhum membro do T-Rex. Em todos os níveis (e sentido) hierárquicos: de atletas para técnicos e de técnicos para atletas. O respeito será considerado uma via de duas mãos. As punições empregadas serão de ordem física (sprints, apoios, etc) e **NÃO** de ordem psicológica. Membros da diretoria, comissão técnica e atletas, estarão suscetíveis às mesmas punições em caso de conduta antidesportiva e recorrente em qualquer item presente neste manual.

4.7 Padrões de conduta com os adversários: Sempre faremos o nosso jogo. Nosso jogo é limpo! Nosso jogo é técnico! Nosso jogo é estratégico! Então, **NÃO ENTRAREMOS** em nenhuma circunstância, no jogo de nosso adversário, não importa quem ele seja. Nosso *campo seguro* é fazer o que praticamos, agindo assim, sabemos quem somos e o que podemos esperar de nós mesmos. Portanto, não perderemos nosso foco agindo como age nosso adversário. Iremos sempre respeitá-los dando-lhes o nosso melhor: Futebol Americano e, nada além dele. Sempre faremos **O NOSSO JOGO!**

4.8 Responsabilidades com os equipamentos do T-Rex (Uniformes, bolas, etc): Saberemos quem você é pelo respeito dado a nosso maior patrimônio: pessoas. Além deste, o seu respeito por nosso manto. Nosso manto além de ter um significado subjetivo tem um valor físico e financeiro. Será realizado um levantamento e contabilização de patrimônio semestralmente. Uma contabilização a cada treino também será feita. Recursos materiais da categoria de base podem ser utilizados por atletas adultos do time principal de forma esporádica ou em casos específicos determinados pela diretoria. Portanto, se você faz uso de materiais da categoria de base, é sua responsabilidade chegar antes (30 minutos ao menos) dos treinos. O container será aberto 30 minutos antes do horário do início do treino e fechado 20 minutos antes do treino, ou seja, se você necessita do equipamento da categoria de base esteja pelo menos 30 minutos antes do início do treino, caso contrário, ficará sem equipamento. Na devolução, ao final do treino (ou jogo) haverá 5 (cinco) minutos de tolerância após a meia lua com o HC. **Coordenadores de defesa, ataque e especialistas**, devem liberar os atletas que utilizam os equipamentos da base, para que estes os devolvam ao container. Depois da devolução, o atleta retorna ao campo para participar das reuniões setoriais pós-treino. Importante que esta normativa seja respeitada por todos!

4.9 Responsabilidades nos jogos: Prepare-se para o dia do jogo. Seu planejamento deve ser executado em 100% e isso começa com o seu horário de chegada.



HORÁRIO: Sempre será repassado com antecedência o horário determinado para que atletas e comissão técnica estejam em campo. Este tempo que antecede o jogo, é um momento em que nos preparamos para ele (ataduras, botinhas, concentração, etc). Este momento que antecede o jogo é essencial para que foquemos em tudo o que queremos que se realize em jogo. Fisioterapia, Psicologia, Nutrição, Preparação Física, últimos ajustes, todos dependem do cumprimento do cronograma. Esteja conosco! Não se atrase. **UNIFORME:** Respeite a estética de nosso time. Meias, cores, jérséis dentro das calças. Isso tudo são apenas detalhes diante de tudo o que fazemos. Mas são nos detalhes que somos reconhecidos por sermos Rex. **ALINHAMENTO** (durante o hino nacional): Helmet na mão esquerda na lateral do corpo. Mão direita livre. Mantenha-se **imóvel** (sem saltar, alongar ou outro) durante o hino nacional (isso é respeito!). Cantando ou não o hino, mantenha-se alinhado até o fim. Durante o “par ou ímpar” alinhe-se. Concentre-se e prepare-se! Depois, Guerra! Faça o seu melhor e proteja nosso manto.

4.10 Apresentações de notas e frequência (bolsistas): Se você recebe qualquer percentil de desconto na faculdade, é sua obrigação ao final de cada semestre apresentar suas notas e frequência no curso regularmente matriculado e atrelado a bolsa de estudo recebida, para continuar recebendo o benefício. Havendo aprovação em todas as disciplinas os benefícios serão renovados integralmente. Disciplinas que obter reprovação, **NÃO SERÃO** pagas novamente. Sendo então responsabilidade do atleta pagar a segunda frequência na disciplina reprovada. Então, havendo dificuldade de aprendizagem, administração de tempo de estudos ou outro, antecipe e busque auxílio da diretoria. Você será encaminhado aos procedimentos necessários para evitar a reprovação. Lembrando que é sua dedicação que o impedirá de reprovar e perder seu benefício. Portanto, comunique-se e previna-se. Não remediaremos atos negligentes de sua parte.

5. Proibições

5.1 Consumo de **bebida alcoólica** durante eventos e jogos.

5.2 **Uso de celular** durante treinos de campo, vídeo ou teóricos sob nenhuma justificativa. Diante de qualquer necessidade de uso, comunique ANTECIPADAMENTE o responsável pela reunião ou treino.

5.3 Fotografar-se ou deixa-se fotografar, no uso de substâncias (álcool, drogas de qualquer natureza, cigarros) utilizando-se de uniforme, marca ou algo que lhe associe ao Rex.

5.4 Compartilhar planilhas de treinos, play book ou qualquer material que pertença ao T-Rex e que seja estratégico para nosso resultado e desempenho.



5.5 Fomentar entre atletas a discórdia e disseminar frustrações pessoais para o coletivo. Se houver reclamação sobre algo, esteja ciente: As coisas só mudam quando informamos aos responsáveis (diretoria e HC) e solicitamos mudanças (dando-lhes inclusive o nosso ponto de vista). O Rex que você quer ter depende também de suas ações.

6. Recomendações

6.1 Documentos Administrativos: Todos os documentos administrativos, planilha de periodização de treinos, instrumentos da psicologia, serviços de fisioterapia ou atendimentos médicos, seguem protocolos específicos e tem um motivo para serem solicitados, portanto siga as solicitações feitas pelos responsáveis.

6.2 Comunicação: Diante de qualquer dificuldade, alimentar, saúde, aprendizagem, assédio ou outro, faça contato com o Head Coach. Ele é a figura solucionadora. Iremos enquanto Associação, fazer tudo para que você possa ser assistido. Não é fraqueza pedir ajuda. Mas é ignorância ter a possibilidade de solucionar um problema e, deixá-lo crescer. Não esqueça: FAMÍLIA!

6.3 Coesão Social: Fortaleça seu parceiro de treino. Estimule-o para a solução! Já temos críticos demais fora de campo para termos algozes dentro dele.

6.4 Autorregulação: Em training camps, respeite o toque de recolher (às 23 horas) e durante os treinos respeitem o relógio. Se administrarmos bem nosso tempo em treino, administraremos bem nosso tempo em jogo.

7. Dos Deveres dos Membros do Rex

Art. 1º. São deveres de todos os membros:

I – Estar adimplente com o pagamento de suas contribuições mensais;

II – Obedecer ao Estatuto, ao Regimento Interno e às demais normas e decisões aprovadas pela diretoria, além de cumprir integralmente as orientações deste manual de conduta;

III – Respeitar os demais membros, bem com a Intuição;

IV – Comunicar a administração da transgressão de qualquer dos incisos deste artigo.



Parágrafo Primeiro - Deixando o atleta de adimplir com dois títulos, será advertido, e posteriormente suspenso se não houver justificativa plausível (desemprego ou outro). O inadimplente poderá fazer um único acordo visando regularizar sua inadimplência e sua eventual reintegração ao quadro associativo será deliberada exclusivamente pela diretoria do T-Rex.

Parágrafo Segundo - O descumprimento do disposto nos incisos II, III e IV, dará ensejo às penalidades previstas neste regulamento.

Parágrafo Terceiro - Os títulos a que se refere o parágrafo primeiro deste artigo correspondem a boletos de contribuição mensal ou quaisquer outros débitos com a Associação Esportiva T-Rex Futebol Americano.

8. Das Espécies de Penalidades

Art. 2º. O filiado que transgredir as normas impostas no artigo anterior estará sujeito às seguintes sanções:

- I – Advertência;
- II – Suspensão;
- III – Expulsão.

Parágrafo Primeiro - Aplicar-se-á advertência ao membro que incidir nas infrações estabelecidas neste regulamento, levando-se em conta seu histórico e a reincidência ou não desta conduta.

Parágrafo Segundo – Aplicar-se-á a suspensão sempre que o membro já tiver contra si duas advertências, a qual será de 3 (três) a 7 (sete) dias, a critério da diretoria, que deverá analisar a gravidade do fato conforme a redação da Resolução em vigor.

Parágrafo Terceiro – A expulsão será aplicada nos casos previstos em outros dispositivos, ou quando o filiado cumular contra si a segunda suspensão.

Parágrafo Quarto – A expulsão do filiado será pautada nas reuniões e decidida pelo quorum de maioria absoluta dos membros presentes da Diretoria.

Parágrafo Quinto – Os atletas irão eleger um representante e este irá promover a votação entre TODOS os atletas. O voto da maioria será considerado como hum (1) voto total, no quorum. Membros da Comissão Técnica irão eleger um representante e este, irá promover a votação entre todos os membros da comissão. O voto da maioria, será considerado como hum (1) voto total, no quorum da diretoria.



Art. 3º. Qualquer membro (atleta, coordenador ou diretor), constatando infração do disposto no artigo anterior deste Regimento, deverá informar a Administração do T-Rex relatando o ocorrido.

Art. 4º. Chegando o fato ao conhecimento dos diretores, os mesmos em reunião deverão aplicar a justa sanção.

Todos os atletas/alunos/líder/coordenador/comissão técnica e diretoria, deverão ler atentamente este **MANUAL DE CONDUTA DESPORTIVA**, declarando estar ciente de suas responsabilidades, aceitando seguir fielmente este manual, se sujeitando as normas nele estabelecidas e dando aos responsáveis, o direito de avaliar e encaminhar ou não para abertura processo por conduta, caso tenha praticado algum ato ilícito que infrinja as normas aqui relatadas.

Termo de ciência e comprometimento

Recebi da Instituição Esportiva T-Rex Futebol Americano o **Manual de Conduta Desportiva**, cujo propósito é esclarecer as condutas esportivas e os padrões de comportamento esperados de um atleta/aluno/líder/coordenador/comissão técnica e diretoria.

Comprometo-me a cumpri-lo integralmente, dar ciência do não cumprimento dos demais atletas/alunos/líder/coordenador/comissão técnica e diretoria e em caso de dúvidas consultarei meu técnico e/ou responsável pela Comissão Técnica.

Li e compreendi,

Nome completo do Membro (legível)

Assinatura do Membro

Data: ____/____/____

Rubrica Presidente (carimbo da Instituição Rex)