

VALE A PENA PENSAR NISTO...

## OLHA PARA O ADVERSÁRIO COMO COLABORADOR E NÃO COMO INIMIGO!

! Já pensaste que sem ele não havia jogo? É ele que te faz querer ser melhor, que te faz superares-te...

! Nem sempre podemos ganhar nós o jogo, mas acredita que mesmo não vencendo o jogo, ganhas muitas outras coisas numa derrota...

## O IMPORTANTE NÃO É O RESULTADO, MAS SIM A PRESTAÇÃO.

! Mais importante do que vencer é con(vencer), ou seja, vencer com ética e valores. **Que valor tem uma vitória conseguida à custa da mentira, falsidade, desonestidade, desrespeito?**

! Para essa vitória ter "valor" é necessário que a mesma seja conseguida de forma justa, leal, honesta e respeitadora.



////////////////////  
O fairplay significa muito mais do que o simples respeitar das regras e cobrir as noções de amizade, de respeito pelo outro, e de espírito desportivo. Não se trata só de um modo de pensar, e deve ser posto em prática, através dos comportamentos e atitudes.



RESPEITO

HONESTIDADE

CORAGEM

JUSTIÇA

AJUDA

DETERMINAÇÃO

IMPARCIALIDADE

COOPERAÇÃO

VERDADE



ÉTICA  
DESPORTIVA  
PARA CRIANÇAS E JOVENS

Maio 2022

f Siga-nos no  
facebook  
www.facebook.com/pnedesporto

ipdj pned.ipdj

www.pned.ipdj.gov.pt



Desporto Escolar

Plano  
Nacional de Ética no  
Desporto

ipdj  
INSTITUTO PORTUGUÊS  
DO DESPORTO  
E JUVENTUDE, I. P.



## O PLANO NACIONAL DE ÉTICA NO DESPORTO...

é um conjunto de atividades estruturadas (ações de sensibilização/formação, publicações, concursos, campanhas) que visa promover um desporto justo, verdadeiro, leal, "limpo", respeitador, honesto, responsável e solidário. **Um desporto com fairplay/espírito desportivo!**

## O QUE É A ÉTICA?

Quando falamos de ética falamos da forma como nos comportamos. A ética diz-nos como nos devemos comportar para não nos prejudicarmos ou prejudicarmos os outros.

É a ética que nos faz pensar e nos diz se estamos a agir bem ou mal, ou se os outros estão a agir bem ou mal.



## ÉTICA NO DESPORTO?

A ética desportiva diz-nos como se devem comportar todos aqueles que estão envolvidos na prática desportiva.

**PRATICAR DESPORTO COM ÉTICA** é muito importante porque **PODE AJUDAR A...**

### PREVENIR:

- ↘ a violência no desporto,
- ↘ a corrupção no desporto,
- ↘ a dopagem,
- ↘ o racismo,
- ↘ a xenofobia,
- ↘ a discriminação,
- ↘ a exclusão.

### PROMOVER:

- ↘ a saúde física e psicológica,
- ↘ o desenvolvimento de competências pessoais, interpessoais, sociais e cívicas,
- ↘ o respeito pelos outros e por nós próprios,
- ↘ o respeito pelas regras e pelo bem coletivo,
- ↘ o respeito pela diversidade,
- ↘ A vivência e interiorização de **VALORES**.\*

## VALORES DA ÉTICA DESPORTIVA\*

Os valores da ética desportiva, isto é, o que é importante para nos comportarmos de forma correta enquanto agentes desportivos, são:

**VERDADE // DIGNIDADE // INTEGRIDADE // TOLERÂNCIA // COOPERAÇÃO // IMPARCIALIDADE // ENTREAJUDA // SOLIDARIEDADE // DETERMINAÇÃO // DISCIPLINA // RESPONSABILIDADE // RESPEITO // CORAGEM // JUSTIÇA // HONESTIDADE // RIGOR // SUPERAÇÃO // DEDICAÇÃO // LEALDADE // AMIZADE // LIBERDADE**

### ! PARA JOGAR BEM... DO PONTO DE VISTA DA ÉTICA DESPORTIVA

#### COMPORTAMENTOS A TER:

- ↑ Apoiar/valorizar a equipa;
- ↑ Respeito – Por todos os agentes desportivos;
- ↑ Não protestar;
- ↑ Não questionar as decisões do treinador/árbitro;
- ↑ Respeito pela equipa adversária e pelos respetivos pais;
- ↑ Ser ponderado nas críticas e exigências referentes aos colegas.

### ! POR VEZES JOGAMOS MAL... DO PONTO DE VISTA DA ÉTICA DESPORTIVA

#### COMPORTAMENTOS REPROVÁVEIS:

- ↓ Insulto;
- ↓ Estar sempre a protestar;
- ↓ Contestar as decisões do árbitro/Juiz;
- ↓ Pôr em causa as decisões do treinador;
- ↓ Pôr em causa a equipa com as minhas atitudes;
- ↓ Violência, verbal, emocional e física.