



ÉTICA DESPORTIVA PARA TODOS!



Índice

1. Parte 1 - Falamos de quê?	Pág. 4
O que é a ética?	Pág. 5
3 Dimensões	Pág. 6
Dimensão 1 - Ética desportiva	Pág. 7
Dimensão 2 - Educação pelo desporto	Pág. 8
Dimensão 3 - Jogo limpo no desporto	Pág. 9
2. Parte 2 - Princípios - o que é importante?	Pág. 12
O respeito pelo corpo	Pág. 14
O respeito pelo outro	Pág. 16
O respeito pelas regras	Pág. 18
O desporto para todos	Pág. 20

Edição

Instituto Luso-Ilírio para o Desenvolvimento Humano (iLIDH)/IPDJ

Nome da obra

“Ética desportiva para todos!”

Leitura fácil - © European Easy-to-Read Logo: Inclusion Europe.
Para mais informação em www.inclusion-europe.org/etr

Adaptação

Sandra Marques (FENACERCI)

Designer

Núria Murilhas

Revisão

Bruno Avelar Rosa (iLIDH) e José Carlos Lima (PNED/IPDJ)

ISBN - Versão eletrónica

978-989-8817-06-8

Parte 1

Falamos de quê?



Falamos de quê?

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 prejudicar outras pessoas. Muitas vezes a ética é confundida com a lei. Mas a ética é muito mais do que apenas cumprir a lei. Ninguém pode ser obrigado a comportar-se com ética, mas as leis obedecem muitas vezes a **princípios** éticos. 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. A ética pode variar de sociedade para sociedade, e está muito ligada à moral e à cultura de cada país.

Por exemplo, existem países onde se pode praticar a **eutanásia**. Noutros países, a eutanásia é um crime.

Em alguns países os tribunais podem condenar alguém à morte, noutros, isso não é possível.

Alguns grupos podem ter os seus próprios princípios éticos. Nestes casos dizemos que têm o seu código de ética. Por exemplo, os médicos e os jornalistas têm **códigos** de ética próprios. No desporto também existe um código de ética. Chama-se Código de Ética Desportiva e diz-nos como se devem comportar todos os agentes desportivos. Os agentes desportivos são todos aqueles que estão envolvidos no mundo do desporto. Esta brochura é sobre o Código de Ética Desportiva.

Princípios – regras boas que guiam e orientam o nosso comportamento.

Eutanásia – quando uma equipa médica ou especializada autorizada provoca a morte de uma pessoa, a seu pedido, para terminar o seu sofrimento.

Códigos – conjunto de regras que orientam o nosso comportamento.

3 Dimensões

3 Dimensões

Neste Código vamos falar sobre 3 dimensões muito importantes:

- A ética desportiva,
- A educação pelo desporto e
- O jogo limpo no desporto.

DIMENSÃO 1 - Ética desportiva

A ética desportiva diz-nos como se devem comportar todos aqueles que estão envolvidos na prática desportiva. É muito importante porque pode ajudar a prevenir:

- A violência no desporto,
- A **dopagem**,
- O racismo,
- A **xenofobia** e
- A **discriminação** social.

A ética no desporto não é só para os praticantes ou para os treinadores. Existem muitos outros agentes desportivos que estão envolvidos. Por exemplo:

- Educadores e encarregados de educação;
- Árbitros, juizes e cronometristas;
- Profissionais da saúde (médicos, enfermeiros, fisioterapeutas, massagistas, etc.);
- Dirigentes e entidades desportivas;
- Espectadores e adeptos;
- Comunicação social (televisão, jornais, rádio);
- Estado

Na parte 2 desta brochura vamos ficar a saber como se devem comportar estes agentes desportivos.

Dopagem - quando usamos substâncias no nosso corpo para alterar os resultados desportivos.

Xenofobia - quando se discriminam pessoas por serem estrangeiras.

Discriminação - quando tratamos alguém de forma injusta ou não lhe damos as mesmas oportunidades por ser diferente.

DIMENSÃO 2 - Educação pelo desporto

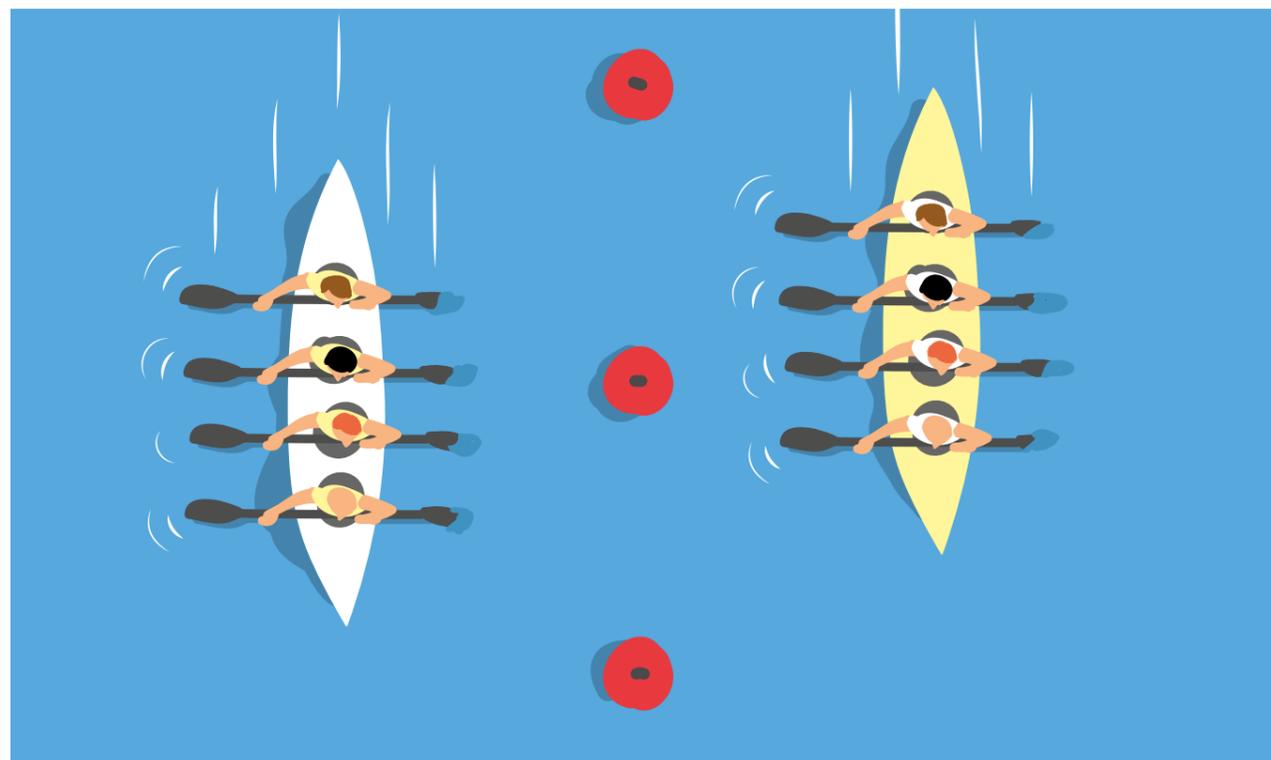
A prática desportiva ajuda a formar e a educar para a **cidadania**.

Valores como:

- O respeito pelas outras pessoas e pelas regras,
- O respeito pela privacidade,
- O respeito pelo próprio corpo,
- Aprender a ganhar e a perder, são aprendidos através da prática desportiva.

Estes valores são importantes para todas as áreas da nossa vida. Mas a prática desportiva também nos ensina:

- Hábitos de vida saudável,
- O respeito pelo meio ambiente,
- O respeito pelos espaços **lúdicos**, de lazer e de desporto e
- Como trabalhar em equipa.



Cidadania – exercício dos direitos e deveres civis, políticos e sociais.

Valores – aquilo em que cada um acredita e que põe em prática com os outros e consigo próprio.

Lúdicos – que têm a ver com diversão.

DIMENSÃO 3 - Jogo limpo no desporto

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 – a verdade desportiva existe quando os agentes desportivos se comportam de forma a não alterar resultados ou desempenhos. Por exemplo, a corrupção de árbitros ou juizes ou a utilização de doping, alteram a verdade desportiva.
- Cooperação – quando todos os agentes desportivos trabalham em conjunto para atingir objetivos comuns.
- Imparcialidade – este valor é muito importante para quem tem a tarefa de julgar e avaliar o desempenho desportivo. Significa que se deve olhar para cada praticante da mesma forma, sem preconceitos ou favores.
- Tolerância – aceitar quem é diferente de nós, sem tentar mudar aquilo que cada um é.
- Ajuda – estar disponível para ajudar quem precisa, mesmo que isso possa ir contra os nossos interesses pessoais.
- Determinação – é muito importante para conseguirmos atingir os nossos objetivos, ajuda-nos a não desistir dos nossos sonhos.
- Respeito – o respeito pelos outros, por nós próprios, pelas organizações, pelas regras e pelos valores é fundamental para a ética desportiva.
- Coragem – ter a coragem de perseguir objetivos, de ultrapassar barreiras e obstáculos, de assumir os erros.
- Justiça – esperar e exigir justiça para si e para os outros, tratar todos de forma justa e correta.

- Honestidade – ser verdadeiro, não mentir, não enganar.
Ser honesto consigo e com os outros.

Se respeitarmos todos estes valores a prática do desporto vai fazer-nos crescer enquanto pessoas e enquanto cidadãos e cidadãos.

O que dizem as Leis?

Em Portugal, temos leis sobre como praticar desporto com correção. Estas leis também dizem o que pode acontecer aos agentes desportivos que não as cumprirem.

Constituição da República Portuguesa

O direito ao desporto é tão importante que a Constituição fala sobre isso. O artigo 79º da Constituição diz que todas as pessoas têm o direito à cultura física e ao desporto, e que o Estado tem de promover esta prática e prevenir a violência no desporto.

Lei 5/2007

Esta lei fala sobre a ética desportiva.

O artigo 3º diz que o Estado é responsável por prevenir e castigar os comportamentos antidesportivos e apoiar os projetos e iniciativas a favor da tolerância e do espírito desportivo.

Em Portugal existem muitas outras leis que falam sobre a prática do desporto e das suas regras.

Mas também existem leis e regras na Europa e no resto do mundo sobre a ética e a prática desportiva.

Existe a Convenção Europeia sobre a Violência, a Convenção Europeia contra o Doping; o Código da Ética Desportiva do Conselho da Europa; a Carta Europeia do Desporto; a Carta internacional da Educação Física e do desporto da UNESCO; e outras.

Se quiser saber mais sobre estas leis e regras pode ir a <http://www.pned.pt/documentos-orientadores/legislacao.aspx>

Para quem?

Só é possível existir ética desportiva se todos os agentes envolvidos assumirem a sua responsabilidade de agir de forma correta.

Os governos, as organizações desportivas, os agentes desportivos e todos os participantes em eventos desportivos têm diferentes responsabilidades.

Os governos são responsáveis por criar as leis e as regras que ajudam os agentes desportivos a promover e assegurar a ética no desporto.

As organizações desportivas são responsáveis por aprovar as regras que vão ajudar a que todos tenham comportamentos éticos no desporto.

Por exemplo, o Comité Olímpico, o Comité Paralímpico, a UEFA e a FIFA são organizações que aprovam regras sobre os comportamentos éticos no desporto.

São também responsáveis por fazer cumprir todas as leis e regras da ética desportiva.

Os regulamentos disciplinares são um dos instrumentos que podem usar para este fim.

Os agentes desportivos são responsáveis por respeitar e fazer respeitar todas as regras da ética desportiva. Devem ser exemplos de comportamento ético no desporto. São também responsáveis por dar a conhecer a ética desportiva e os seus valores nas escolas e noutros locais de ensino.

Os participantes em eventos desportivos são responsáveis por perceber que o desporto deve ser sempre praticado de acordo com os princípios da ética.

Devem defender e promover os princípios e os valores da ética desportiva.

Parte 2

Princípios - o que é importante?



Identificamos 4 princípios muito importantes quando pensamos na prática da atividade desportiva.

Os princípios são:

- “O respeito pelo corpo”,
que fala sobre a forma como cada um dos agentes desportivos deve respeitar o corpo dos praticantes desportivos;
- “O respeito pelo outro”,
que fala sobre a forma como cada um dos agentes desportivos deve respeitar os outros e reconhecer o seu valor;
- “O respeito pelas regras”,
que fala sobre a forma como cada um dos agentes desportivos deve respeitar e fazer respeitar as regras; e
- “O desporto para todos”,
que fala sobre a forma como cada um dos agentes desportivos deve promover a prática do desporto para todas as pessoas.

Esta parte da brochura está dividida em 4 partes, uma por cada princípio.

Aqui vai poder saber o que diz o código de ética sobre como os praticantes, educadores, treinadores, dirigentes e espetadores devem respeitar e fazer respeitar estes princípios.

Cada princípio está identificado com uma cor diferente. O respeito pelo corpo é identificado pela cor **vermelha**, o respeito pelo outro é identificado pela cor **violeta**, o respeito pelas regras é identificado pela cor **azul** e o desporto para todos é identificado pela cor **verde**.

● O respeito pelo corpo

Praticantes

- Respeitar o próprio corpo e o dos adversários, para que não sofra danos físicos ou mentais.
- Não usar doping em nenhuma situação.

Treinadores

- Respeitar sempre todos os praticantes e proteger a sua saúde física e mental.
- **Opor-se** ao uso de quaisquer substâncias ou métodos que melhorem **artificialmente** o desempenho desportivo dos praticantes.
- Não usar métodos de treino, práticas ou regras que possam pôr em perigo a saúde e o bem-estar dos praticantes.
- Respeitar as etapas de crescimento e o **estádio de desenvolvimento** dos praticantes, adaptando as atividades às suas possibilidades.



Opor-se – recusar, dizer não.
Artificialmente – de forma não natural.
Estádio de desenvolvimento – fases de crescimento, por exemplo infância, adolescência, idade adulta.

Pais e Educadores

- Informar os seus educandos sobre a importância da luta contra o doping no desporto.
- Informar os médicos dos seus filhos ou educandos para o facto destes praticarem desporto.

Dirigentes, Gestores Desportivos, Entidades desportivas

- Envolver-se na luta contra o doping divulgando os direitos e deveres dos praticantes e de todas as pessoas envolvidas no fenómeno desportivo.
- Trabalhar com os treinadores para não permitir treinos, práticas e regras que possam **prejudicar** a saúde e o bem-estar dos praticantes.

Espetadores e adeptos

- Respeitar todos os praticantes e os agentes desportivos, e **rejeitar** todas as ações e práticas violentas.

Prejudicar – fazer mal.
Rejeitar – dizer não, não aceitar.

● O respeito pelo outro

Praticantes

- Dar sempre o melhor de si na competição, mesmo quando o adversário possa parecer mais fraco.
- Olhar para os adversários como parceiros desportivos e não como inimigos, tratando-os com respeito.
- Reconhecer o valor do adversário.
- Saber utilizar as derrotas para se tornar melhor.
- Aprender a vencer respeitando o esforço dos que perderam.
- Respeitar todos os agentes desportivos e espetadores, dentro ou fora das competições.
- Olhar para os adversários como alguém que nos ajuda a melhorar, como atletas e como pessoas.

Treinadores

- Olhar para os outros treinadores como parceiros que podem ajudar a melhorar a modalidade desportiva que treinam.
- Tratar todos os colegas de forma correta.
- Promover o desportivismo entre os praticantes, também durante os treinos.

Pais e Educadores

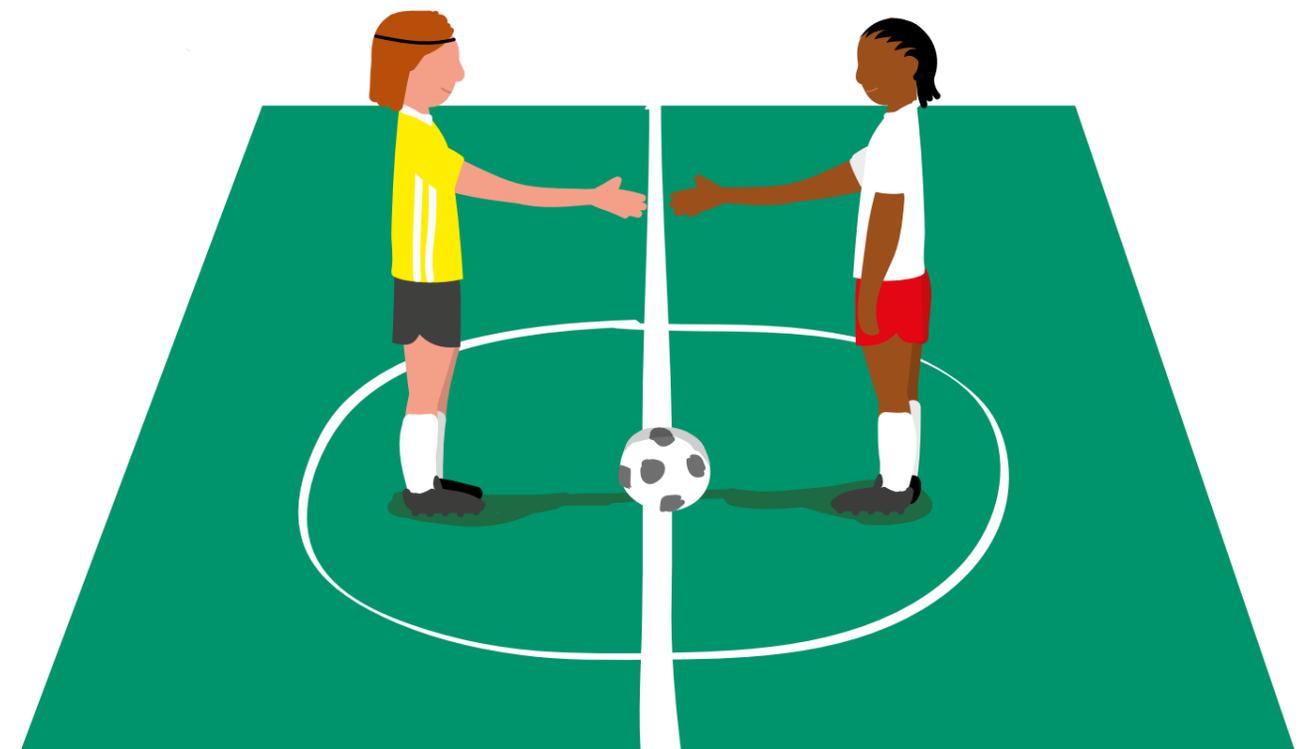
- Compreender e explicar aos seus filhos e educandos a importância dos valores éticos e da sua prática.
- Relacionar-se de forma correta com os pais e educadores dos outros praticantes.
- Relacionar-se de forma correta e respeitar os treinadores, árbitros ou outros agentes desportivos.

Dirigentes, Gestores Desportivos, Entidades desportivas

- Não falar mal ou retirar valor às outras organizações desportivas, dirigentes, praticantes, treinadores, árbitros, juizes ou outros agentes desportivos.
- Planear e estabelecer **quadros competitivos** que estejam de acordo com a idade e desenvolvimento dos praticantes, evitando a **especialização precoce**.

Espetadores e adeptos

- Respeitar e tratar corretamente todos os agentes desportivos e praticantes com quem se relacionem.



Quadros competitivos – organização das várias provas duma competição.
Especialização precoce – começar a praticar só uma modalidade desportiva desde muito jovem.

● O respeito pelas regras

Praticantes

- Respeitar as regras do jogo ou da competição.
- Não aceitar qualquer tipo de **fraude** ou manipulação de resultados.
- Denunciar sempre que saiba duma situação de fraude.
- Defender a verdade desportiva.
- Conhecer e cumprir o Código de Ética Desportiva.

Treinadores

- Promover sempre o desportivismo, também durante os treinos.
- Respeitar as regras técnicas do desporto.
- Denunciar sempre que saiba duma situação de fraude.
- Defender a verdade desportiva.

Pais e Educadores

- Respeitar as decisões desportivas dos árbitros, juízes e outros aplicadores das leis do jogo.

Dirigentes, Gestores Desportivos, Entidades desportivas

- Cumprir a lei e os códigos de ética desportiva que regem a sua modalidade ou organização.
- Agir sempre de forma leal, solidária e colaborante.
- Ser íntegro e honesto.
- Respeitar as regras técnicas do jogo e contribuir para a sua divulgação e melhoria.
- Respeitar as decisões desportivas dos árbitros, juízes, cronometristas e todos os que trabalham para que as leis do jogo sejam respeitadas.
- Recusar e denunciar a fraude ou **manipulação** de resultados, defendendo a verdade desportiva.
- Fazer cumprir os princípios éticos por todos os agentes desportivos.

Espetadores e adeptos

- Respeitar e tratar corretamente todos os agentes desportivos e praticantes.
- Cumprir os princípios do Código de Ética Desportiva.

Fraude – alterar ou tentar alterar os resultados desportivos para beneficiar uma das partes.

Manipulação – alteração de algo para favorecer os envolvidos.

● O desporto para todos

Praticantes

- Aceitar as diferenças e respeitar as capacidades de todos os praticantes.
- Dar mais valor ao ultrapassar de dificuldades do que à conquista de vitórias.
- Entender a prática do desporto como uma oportunidade de igualdade.

Treinadores

- Promover os valores éticos do desporto nos praticantes de todas as idades.
- Promover atividades desportivas que incluam todas as pessoas, mesmo aquelas que tenham mais dificuldades.
- Entender a prática do desporto como uma oportunidade de desenvolver competências físicas, psicológicas e sociais em todos os praticantes.

Pais e Educadores

- Transmitir aos seus educandos os valores do desporto e a sua importância para a maneira como nos relacionamos uns com os outros.
- Ensinar aos filhos e educandos que a prática desportiva melhora a saúde e a formação cívica de todos os praticantes.

Dirigentes, Gestores Desportivos, Entidades desportivas

- Não discriminar nenhum praticante por causa da sua raça, religião, sexo, orientação sexual, língua, condição social ou económica.

Espetadores e adeptos

- Não ofender a orientação sexual, estatuto social, etnia, religião e raça dos agentes desportivos. Aceitar as diferenças e respeitar as capacidades de todos os praticantes.



Com o apoio institucional de:



website: www.portugal.gov.pt



website: www.inr.pt



website: www.comiteparalimpicoportugal.pt



website: www.fpdd.org

Com o financiamento de:



Uma iniciativa de:



Instituto Luso-Ilírio para o
Desenvolvimento Humano

Universidade dos Valores – Palácio dos Marqueses
Rua do Castelo,
2640-368 Mafra



e-mail: instituto@ilidh.org
website: www.ilidh.org
www.ledonvalues.org
www.universidadevalores.org



Instituto Português do Desporto e
Juventude - IPDJ, IP

Rua Rodrigo da Fonseca, 55
1250-190 Lisboa | PORTUGAL

e-mail: geral@ipdj.pt
website: www.ipdj.pt



Plano Nacional de Ética no Desporto

e-mail: pned@pned.pt
website: www.pned.pt



FENACERCI
Federação Nacional de Cooperativas de
Solidariedade Social

Rua Augusto Macedo 2 A
1600-794 Lisboa
Portugal

e-mail: fenacerci@fenacerci.pt
website: www.fenacerci.pt