



Regulamento Interno e Disciplinar

Objetivo

O objetivo deste regulamento, tem por base tornar coerentes os processos de gestão de eventuais conflitos, que possam surgir entre os elementos dos plantéis dos diversos escalões do Clube Recreio e Instrução (CRI).

Otimizar as relações, sobretudo as que se referem diretamente com as atitudes e os comportamentos ditos apropriados/inapropriados.

Acima de tudo orientar a ação de todos os intervenientes ficando aberta a possibilidade de ajustamentos futuros, pois a sua operacionalidade deve ser confirmada pela prática.

Deveres do jogador

1. Cumprir sempre com educação, determinação e lealdade a respetiva função, segundo as normas e instruções dos responsáveis diretos;
2. Ter sempre um comportamento moral e íntegro, quer no desempenho da sua atividade desportiva quer na sua vida particular;
3. Zelar pelo bom estado e conservação do material que lhes for confiado, assim como pelas instalações do Clube;
4. Fazer uma vida regrada sem praticar excessos de qualquer natureza, não devendo designadamente deitar-se a horas impróprias para um atleta, não excedendo nos dias de semana as 00h00 e as 23h00 nas vésperas dos jogos;
5. Respeitar rigorosamente os horários previamente estabelecidos para os jogos, treinos, concentrações, tratamentos médicos e outros que lhe forem indicados sob pena de sanção interna;
6. Assinar a folha de convocatória para os jogos;
7. Cumprir rigorosamente os tratamentos clínicos e indicações dadas pelos massagistas;
8. Sempre que um jogador supostamente esteja lesionado, equipa-se e aguarda indicações da equipa médica ou técnica dos procedimentos a efetuar;
9. **NÃO EFETUAR JOGOS OU TREINOS EM REPRESENTAÇÃO DE QUALQUER OUTRA ENTIDADE, OU A TÍTULO PARTICULAR, SEM PRÉVIA AUTORIZAÇÃO DO DEPARTAMENTO DE FUTEBOL DO CLUBE;**
10. **Saber controlar-se perante toda e qualquer provocação do público ou adversários, de forma a nunca desprestigiar o emblema do CRI;**

11. Não proporcionar facilidades de entrada a pessoas estranhas nos locais de treino, jogos, vestiários;
- 12. Saber que só o capitão de equipa se pode dirigir à equipa de arbitragem antes, durante e após o desenrolar dos encontros e sempre com a máxima correção;**
13. Sempre que aconteça um ato que incorra em desrespeito pelas regras de conduta e de boa educação quer seja durante um treino, um jogo, ou qualquer outro evento para qualquer treinador, dirigente, massagista ou outros, o atleta incorre num processo disciplinar, participado pelos técnicos ou dirigentes responsáveis;
14. Se a equipa tiver que efetuar uma saída que seja necessário tomar uma refeição, não é permitido aos atletas fazer nem receber chamadas telefónicas enquanto a refeição decorrer;
15. Nos treinos não é permitido o uso de qualquer equipamento que faça referencia a outro clube, sendo tal infração motivo para abandono imediato do treino;
- 16. Quando lhes for solicitado pelo Departamento, o material distribuído pelo clube deverá ser entregue em perfeitas condições na data indicada. O material em falta ou deteriorado será pago pelos utilizadores;**
17. Os atletas deverão entregar à equipa técnica as notas no final de cada período escolar;
18. Todos os atletas poderão faltar a treinos de forma justificada por realização de testes, exames ou trabalhos escolares. Essa falta terá que ser comunicada à equipa técnica, pretendendo-se assim salvaguardar o interesse académico acima do interesse desportivo;
- 19. Nos treinos e jogos não é permitido aos atletas usarem brincos, pulseiras, fios, relógios etc.;**
20. Em todos os treinos e jogos os atletas são obrigados a fazer uso de caneleiras, salvo os treinos em que lhes seja dada indicação em contrário pela equipa técnica;
21. A mensalidade deverá ser liquidada até ao dia 8 de cada mês correspondente, caso não seja liquidada até dia 12 do mês correspondente, o atleta poderá ficar impedido de treinar até liquidação dos valores em dívida.
22. Os Encarregados de Educação autorizam a utilização dos direitos de imagem dos seus educandos, para divulgação e publicidades diversas, que o Clube Recreio e Instrução entenda, sem que tal signifique a existência de encargos financeiros para o clube, ou outras contrapartidas legais;
23. Todos os atletas são inscritos como sócios do Clube;
24. O comportamento dos Encarregados de Educação, Familiares deverá ser exemplar no apoio à equipa sendo proibido qualquer comportamento incorreto para com qualquer agente do jogo, bem como não dando indicações aos atletas de índole Técnica e Tática;
25. Todos os torneios em que o Clube venha a participar e que tenham encargos financeiros, referentes à inscrição de atletas, será facultativa a sua presença. Todos os restantes torneios (sem custos de inscrição), são de presença obrigatória, desde que convocados, independentemente do seu carácter oficial ou amigável.
26. É expressamente proibido ter em sua posse, ou consumir qualquer tipo de substância alcoólica ou psicotrópica.

Os capitães de Equipa deverão:

- a) Dar o exemplo de dignidade e irrepreensível comportamento em todas as circunstâncias;
- b) Cumprir e fazer cumprir as determinações de Técnicos, Dirigentes e Departamento Médico;
- c) Não permitir comportamentos desajustados por parte dos companheiros, fundamentalmente na ausência de técnicos e dirigentes, seja dentro ou fora das instalações do clube;
- d) Ser o elo de ligação entre Técnicos e jogadores solicitando sempre que necessário conversas entre os mesmos com o fim de acertar pormenores do interesse do grupo.

Comportamento antes do treino ou competição

- 1- O treino começa quando entram nas instalações e acaba quando sai das mesmas;
- 2- Apresentar-se sempre no local de treino mesmo se estiver lesionado. (salvo indicações em contrario);
- 3- Avisar com antecedência sempre que estejam impedidos de comparecer por motivos de força maior, devem comunicar ao Coordenador Desportivo ou a um dos treinadores da equipa através de um telefonema, e-mail ou sms;
- 4- Sempre que tenha estado ausente dos treinos injustificadamente, no seu regresso, nunca se equipa sem 1º falar com o Coordenador Desportivo e o Treinador;
- 5- Ter muita atenção ao chamado treino invisível, ou seja, a alimentação, não é aconselhável 90 minutos antes dos jogos/treinos ingerir alimentos tipo: fritos, pão com enchidos, bolos, sumos, refrigerantes e bebidas alcoólicas;
- 6- Evitar trazer objetos de valor para o treino, pois o Clube não se responsabiliza pelo seu desaparecimento, (telemóvel, relógios, fios e outros objetos de valor);
- 7- Nas viagens para os locais de treino ou jogo o comportamento deverá ser digno da condição de jogador do Clube Recreio e Instrução.

Comportamento durante e após o treino ou competição

- 1- Todos os jogadores devem zelar pelo material de treino;
- 2- Nos treinos é obrigatório apresentar-se com as chuteiras limpas, caneleiras, meias até os joelhos, calções e camisola (equipamento cedido pelo clube, t-shirt amarela ou verde), se tal não acontecer, poderá ser impedido de treinar;
- 3- Não são tolerados atos de indisciplina;
- 4- Os jogadores que estiverem no banco de suplentes devem respeitar as decisões dos treinadores, apoiar os colegas e estarem prontos para entrar no jogo a qualquer momento;
- 5- Os jogadores que não forem convocados devem respeitar a decisão dos treinadores e sempre que possível comparecerem nos jogos para apoiar os colegas;
- 6- Os jogadores devem tomar banho nas instalações do clube após os treinos e jogos e devem usar sempre chinelos.
- 7- Os jogadores devem abandonar os balneários após o término dos treinos e jogos, não podendo permanecer nos balneários para além de 30 minutos.

O jogador que não cumprir ou infringir de forma voluntária as normas do Regulamento, será alvo de procedimento disciplinar, de acordo com o Regulamento Disciplinar em vigor.

Regulamento Disciplinar

- 1- Atraso ao início do treino, no dia do jogo e à concentração – Sanção a aplicar pelo Treinador
 - a) Falta ao treino sem aviso prévio – Sanção a aplicar pelo Treinador
 - b) Falta injustificada a mais que um treino na mesma semana – Pode não ser convocado
 - c) Não comparência ao jogo, devidamente justificada estando convocado – Proibição de treinar e processo disciplinar
 - d) Desavenças graves com colegas – Proibição de treinar e processo disciplinar
 - e) Falta de respeito e má educação para com os responsáveis – Proibição de treinar e processo disciplinar
 - f) Em representação do Clube, atitudes que denigram o nome e a imagem do mesmo – Suspensão imediata e processo disciplinar, até á sua conclusão
 - g) Na véspera do jogo e estando convocado, ser visto fora de casa após as 00:00 horas – Será desconvocado
- 2 - Durante os jogos
 - a) Os cartões amarelos e vermelhos são passíveis de apreciação por parte dos responsáveis do Clube (Gestão Desportiva) tendo em consideração comportamentos justificados ou injustificados;
 - b) Os comportamentos injustificados serão penalizados com treinos de castigo (entre 1 e 3), com presença obrigatória nos mesmos.
- 3- Não cumprimento das normas internas – castigo a aplicar pela direção, após consulta ao treinador
 - a) Comportamentos incorretos para com elementos do Clube por parte de pessoas externas ao Clube, mas afeta aos jogadores – Sanção a aplicar pelo Clube
 - b) Todos os prevaricadores terão direito a serem ouvidos antes da aplicação de qualquer sanção;
 - c) As penas serão afixadas para conhecimento de todos;
 - d) Todas as situações não previstas neste Regulamento e que impliquem sanção disciplinar, serão analisadas pela Direção do clube;
 - e) Os processos disciplinares são instruídos pelo conselho disciplinar, sob aceitação da Direção do Clube.

ÉPOCA _____ / _____

Coordenador Desportivo

A Direção
