



**ASSOCIAÇÃO**  
**ACADEMIA DO JOHNSON SEMEDO**

**MANUAL DE ACOLHIMENTO**  
**E**  
**BOAS PRÁTICAS**

Versão revista em Maio 2024



## Índice

<b>A. MISSÃO, VISÃO E OBJETIVOS ESTRATÉGICOS .....</b>	<b>4</b>
<b>B. GESTÃO DE RECURSOS HUMANOS .....</b>	<b>6</b>
<b>C. GESTÃO DE RECURSOS LOGÍSTICOS.....</b>	<b>6</b>
<b>D. CONCEÇÃO ORGANIZACIONAL .....</b>	<b>7</b>
<b>E. APETRECHAMENTO LOGÍSTICO .....</b>	<b>7</b>
<b>F. PROMOÇÃO E ORGANIZAÇÃO DE ATIVIDADES .....</b>	<b>7</b>
<b>G. TREINADORES .....</b>	<b>8</b>
<b>H. ACOMPANHAMENTO MÉDICO DOS JOGADORES .....</b>	<b>11</b>
<b>I. QUADRO DISCIPLINAR.....</b>	<b>12</b>
<b>J. QUADRO DE VALORIZAÇÕES.....</b>	<b>12</b>
<b>K. NORMAS DE CONDUTA.....</b>	<b>13</b>



O **Manual de Acolhimento e Boas Práticas** (anteriormente conhecido como Regulamento Interno), não é um documento estático ou imutável, devendo antes disso refletir intrinsecamente o clube, a modalidade, a competição, o grupo, ou seja, o contexto onde se insere.

Para além de se tratar de um documento para estabelecer normas de funcionamento e regras, constitui uma clara oportunidade de repensar estrategicamente o que pretendemos e em que modelo de funcionamento nos propomos atingir esses desígnios.

As exigências e responsabilidades que a Associação Academia do Johnson Semedo detem na modalidade são um desafio com que nos confrontamos e que acarretam disposições, formas e modos de estar, e nos obriga inexoravelmente a ajustarmos e a modelarmos os nossos comportamentos dentro e fora do contexto que é o clube, o grupo e a modalidade.

A proximidade, a partilha, o bem-estar do grupo, a igualdade de direitos e oportunidades, a justiça, os compromissos individuais e coletivos são no fundo o pilar do que se tornará o hábito - Pontualidade; Disciplina; Disponibilidade; Respeito; Concentração; Humildade; Responsabilidade; Mentalidade Competitiva; Espírito de Conquista; Motivação; Espírito Coletivo;

Este manual é a ferramenta que nos irá guiar para que de uma forma coerente e de compromisso, consigamos atingir os nossos objetivos.



## **A. MISSÃO, VISÃO E OBJETIVOS ESTRATÉGICOS**

A Associação Academia do Johnson Semedo é uma organização que tem como Missão promover o desenvolvimento humano e o bem-estar de crianças e Jovens oriundos de meios familiares e sociais fragilizados, bem como das suas famílias, veiculando, através do acompanhamento personalizado, valores humanistas, assentes nos princípios da justiça, equidade, liberdade, solidariedade e auto-realização.

A Associação Academia do Johnson Semedo, como entidade formadora, tem como principal missão a criação de condições de valor acrescentado, providenciando e disponibilizando serviços, satisfazendo as necessidades específicas de cada praticante, em alinhamento com os mais elevados padrões de qualidade.

Comprometemo-nos desta forma em agir em conformidade com os requisitos e a melhorar continuamente a nossa qualidade de funcionamento, pretendendo acentuar e reforçar cada vez mais a nossa posição, reconhecimento, valorização e dimensão.

Baseando-nos na missão e visão que estabelecemos para a nossa entidade, definimos os seguintes objetivos:

- ☐ Proporcionar a prática do Futsal a atletas de ambos os géneros (masculino e feminino);
- ☐ Ter equipas com participação regular nos campeonatos nacionais dos respetivos escalões;
- ☐ Formar jogadores com qualidade e reconhecimento devidos, para que sejam selecionáveis e convocados para as diversas seleções nacionais e distritais;



- ☐ Obter as melhores classificações e vencendo o maior numero de competições de índole distrital e nacional em que as nossas equipas competem nos vários quadros competitivos;
- ☐ Promover atividades e iniciativas de caráter sociocultural, educacional, desportivas e recreativas, que possibilitem a aprendizagem e o desenvolvimento integral da Pessoa e dos diferentes grupos humanos, numa estreita relação com o meio envolvente e os diferentes contextos de vida;
- ☐ Promover a participação ativa e o exercício de uma cidadania partilhada e responsável com forte orientação para o desenvolvimento da comunidade, fomentando o voluntariado e privilegiando o trabalho em rede, valorizando o estabelecimento de parcerias locais, nacionais e internacionais;
- ☐ Promover o *empowerment* individual e coletivo reforçando os processos identitários na pessoa, na família e na comunidade;
- ☐ Prevenir comportamentos de risco e a delinquência juvenil, bem como todas as formas de violência (família, namoro, conjugalidade, interpessoal).



## **B. GESTÃO DE RECURSOS HUMANOS**

1. Garantir a consecução entre os acordos efetuados entre o clube e os Coordenadores, Treinadores e Jogadores;
2. Assegurar o recrutamento técnico de recursos humanos necessários ao seu bom funcionamento;
3. Garantir a presença, sempre que possível, de um Coordenador que garanta o acompanhamento da equipa em treinos, jogos e deslocações, e que faça cumprir os programas previstos;
4. Apoiar socialmente os treinadores e atletas.

## **C. GESTÃO DE RECURSOS LOGÍSTICOS**

1. Fornecer o material (bolas, pinos, coletes...) indispensável para os treinos e jogos de acordo com as necessidades identificadas pelo corpo técnico e pelos jogadores;
2. Conceder todo o apoio e assistência médica aos Jogadores e Treinadores, relativamente a lesões e respetivas recuperações, desde que contraídas ao serviço do Clube;
3. Definir e gerir, no início de cada época, a calendarização das atividades de acordo com o pretendido pela Equipa Técnica;
4. Garantir o ambiente saudável do grupo e comunicar com o corpo técnico de forma contínua.



#### **D. CONCEÇÃO ORGANIZACIONAL**

1. Elaborar, em conjunto com o Corpo Técnico, os documentos necessários para o bom funcionamento do Departamento de Futsal;
2. Determinar o horário e espaços de treinos de cada equipa, após discussão com a equipa técnica e salvaguardando aquilo que são os interesses e disponibilidades do clube.

#### **E. APETRECHAMENTO LOGÍSTICO**

1. Inventariar e solicitar a aquisição, caso seja necessário, de material de treino do clube;
2. Garantir a plena existência das estruturas logísticas de correio interno, quadro de planeamento, quadro de exposição e *dossier* da equipa.

#### **F. PROMOÇÃO E ORGANIZAÇÃO DE ATIVIDADES**

1. Promover e organizar reuniões de planeamento - inicial, intermédio e final;



2. Promover e organizar reuniões de avaliação técnica e organizativa mensalmente de preferência de forma regular e definida no início da época.

## **G. TREINADORES**

### **ATIVIDADES DIÁRIAS**

1. Planear as Unidades de Treino, de acordo com os objetivos predeterminados;
2. Apresentar-se ao treino devidamente equipado com a roupa do clube;
3. Guardar toda a documentação necessária, no fim da respetiva aplicação, no seu dossier de treino, garantindo a atualização do mesmo;
4. Preencher a assiduidade dos membros da equipa ao treino;
5. Comunicar diariamente com os Diretores presentes, se necessário;

### **ATIVIDADES SEMANAIS**

1. Planear o microciclo, respeitando os princípios metodológicos definidos e os objetivos para a temporada;
2. Comunicar o microciclo no início da semana a toda a Equipa, antes do início da primeira Unidade de Treino Semanal;





3. Guardar toda a documentação necessária, no fim da respetiva aplicação, no seu dossier de treino, garantindo a atualização do mesmo;
4. Preencher a folha de convocatória atempadamente;
5. Zelar pelo cumprimento de todas as regras instituídas pelo clube.

### **ATIVIDADES MENSAIS**

1. Planear o macrociclo, respeitando a linha orientadora definida para as diversas fases da temporada;
2. Guardar toda a documentação necessária, no fim da respetiva aplicação, no seu dossier de treino, garantindo a atualização do mesmo.



## ATIVIDADES GERAIS

1. Estender o seu conhecimento de uma forma geral a todos os jogadores não privilegiando, por qualquer que seja o motivo, qualquer um dos atletas, e de forma universal e unívoca nos escalões de formação e pré-competição colocar todos os atletas convocados em competição proporcionando-lhes tempo de jogo idênticos;
2. Preencher a ficha de Jogador no início da época desportiva;
3. Efetuar as avaliações dos diferentes jogadores nas suas fichas individuais;
4. Solicitar atempadamente a preparação da época seguinte;
5. Comparecer e participar nas diferentes reuniões de carácter geral e individual;
6. Participar nas atividades de lazer organizadas pelo Clube;
7. Propor novas tarefas de discussão ao grupo de treinadores;
8. Observar equipas adversárias, registando as suas características na ficha de observação de adversário, guardando-a no seu *dossier*;
9. Propor temas de desenvolvimento para as ações de formação interna.



## **H. ACOMPANHAMENTO MÉDICO DOS JOGADORES**

1. Sempre que os Jogadores se encontrem lesionados, devem, com o consentimento da Equipa Técnica, apresentarem-se ao Médico/Fisioterapeuta a fim de serem assistidos;
2. Qualquer Jogador que tenha a iniciativa de ser assistido por uma Entidade alheia ao Clube sem o consentimento do Departamento Médico, assumirá por sua conta e risco toda a recuperação;
3. De cada vez que se verifique uma “ocorrência” junto do Departamento Médico, será alvo de registo em impresso próprio de forma a ficarem registadas todas as lesões e a respetiva assiduidade dos Jogadores. No entanto, e caso haja atletas que necessitem de tratamento no início do treino, será devidamente agendado, com marcação de horário;
4. Um Jogador lesionado que não possa treinar, a menos que devidamente autorizado, deverá estar sempre presente nos treinos de modo a aproveitar os ensinamentos teóricos e práticos que possam ocorrer, ou então, junto do Posto Médico para tratamento;
5. Todos os atletas que tiverem de ser assistidos pelo Médico de Família ou Particular devem informar os mesmos que são atletas federados, a fim de haver precauções na medicação a fazer. De seguida, terão que informar o Departamento Médico dessa ocorrência. No caso de haver doenças crónicas e, com isso, havendo a necessidade de tomar medicamentos de forma regular, o atleta deve comunicar tal facto ao Departamento Médico para que o Clube proceda à respetiva comunicação à Entidade Supervisora (CNAD);



## **I. QUADRO DISCIPLINAR**

1. Deverão ser tidas em conta as seguintes situações, que poderão originar algum procedimento de âmbito disciplinar:

- ☐ Atraso ou ausência a treinos/jogos sem aviso prévio;
- ☐ Falta de equipamento ou material para treinos/jogos;
- ☐ Desrespeito pelos treinadores, funcionários, jogadores ou outro staff;
- ☐ Comportamento inadequado em contextos de jogo ou treino, da parte de atletas, pais ou Encarregados de Educação, para com qualquer interveniente, em situação de representação do clube;
- ☐ Situações de Bullying e Violência;

Todas as situações serão analisadas pela Equipa Técnica e, caso seja necessária, pela Coordenação;

## **J. QUADRO DE VALORIZAÇÕES**

1. Deverão ser tidas em conta as seguintes situações, que poderão originar alguma valorização/reconhecimento:
- ☐ Presença assídua nos treinos e jogos da sua equipa;
  - ☐ Participação nas mais diversas atividades do clube;
  - ☐ Comportamentos e atitudes exemplares nos mais diversos contextos, em representação do Clube.
- ☐ Todas as situações serão analisadas pela Equipa Técnica e, caso seja necessária, pela Coordenação.



## **K. NORMAS DE CONDUTA**

### **ASSIDUIDADE**

1. O Jogador deve comparecer obrigatória e pontualmente a todos os treinos, jogos e outras atividades prescritas pela Equipa Técnica;
2. Em caso de atraso devidamente justificado e avisado atempadamente à Equipa Técnica, deve apresentar-se ao Treinador e solicitar autorização para realizar a atividade;
3. Em caso de manifesta impossibilidade em comparecer ao treino, jogo ou outra atividade prescrita pela Equipa Técnica deve, antecipadamente, informar, solicitando autorização para ser dispensado;
4. Ausências a treinos, jogos e outras atividades prescritas pela Equipa Técnica que não tenham sido objeto de autorização pela mesma, só serão passíveis de justificação em caso de força maior;
5. Em caso de lesão ou doença, os jogadores devem comunicar imediatamente ao Departamento Médico e à Equipa Técnica, que, em conjunto, decidirão os passos a tomar.



## TREINO

1. O Jogador deverá entregar-se por completo ao treino, prestando a maior atenção às indicações da Equipa Técnica;
2. A sua conduta deverá ser pautada pela ética desportiva e lealdade de comportamentos, não sendo tolerados atos de indisciplina e de falta de desportivismo para com companheiros, treinadores e/ou outros;
3. O Jogador deve apresentar-se com camisola, calções, meias altas e caneleiras. É obrigatório treinar com caneleiras, visando uma melhor adaptação, bem como a criação do hábito de utilização, defendendo a integridade física do atleta;
4. O Jogador não poderá equipar-se com roupa alusiva a outros clubes;
5. O Jogador não poderá utilizar objetos, desde que estejam visíveis, seja em treinos e ou jogos, tais como fios, pulseiras, anéis, *piercings*, brincos, etc.;
6. O Jogador é responsável por zelar pelo material de treino (equipamentos, bolas, balizas e material de apoio), devendo colaborar no seu transporte, recolha e arrumação;
7. O Jogador deverá tomar banho após os treinos ou qualquer outra atividade física, salvo alguma contra-indicação, que deverá ser informada à Equipa Técnica;



8. O Jogador deve manter as instalações do modo em que as encontraram inicialmente;

9. No que respeita a hidratação, deverá o Jogador respeitar as pausas para os devidos efeitos. Com isto, pretende-se criar hábitos idênticos aos de um jogo. Este pormenor visa também, disciplinar e aumentar o tempo útil de treino;

10. O Jogador deverá apresentar-se no horário indicado pela Equipa Técnica, sem qualquer limitação e apto para iniciar o treino. Qualquer assistência por parte do Departamento Médico que seja necessária previamente ao treino é obrigatória ser dada no período pré-treino, não colocando em causa a presença do atleta no horário identificado no plano.

## **COMPETIÇÃO**

1. O Jogador deverá entregar-se por completo ao jogo, nunca desistindo de perseguir a vitória;

2. Sem esquecer que o objetivo do jogo passa pela conquista da vitória, não serão tolerados repetidos excessos de linguagem, gestos e atitudes obscenas, bem como atos de indisciplina para com os companheiros, Equipa Técnica, adversário ou outros;

3. Os Jogadores devem acatar, em todas as situações, as soberanas decisões das equipas de arbitragem;

4. O Jogador deve tomar banho após os jogos ou qualquer outra atividade física no Clube;



5. O Jogador deve manter as instalações no modo em que as encontraram;
  
6. Todas as multas aplicadas/sancionadas pela Federação Portuguesa de Futebol e/ou Associação de Futebol de Lisboa a Jogadores, em jogos oficiais, por comportamento ou atitude incorreta, o seu pagamento será da responsabilidade do prevaricador.





## **NOS TRANSPORTES**

1. O Jogador deverá apresentar-se pontualmente para a concentração, respeitando os horários de saída do transporte;
2. Ao longo da viagem, o Jogador deve manter uma postura adequada, mantendo o respeito por todos os colegas, não sendo tolerada qualquer falta de respeito;
3. O Jogador deve respeitar todas as regras, principalmente quando se tratar de um transporte cedido por outra instituição. Não é permitido andar de pé durante a viagem, comer e beber no transporte;
4. No final da viagem, o Jogador deve deixar o seu lugar no mesmo estado em que o encontrou inicialmente: limpo, arrumado e organizado, pronto a ser utilizado por outro colega.

## **ATIVIDADE EXTRADESPORTIVA**

O Jogador não deverá participar em qualquer atividade física e/ou desportiva, sem a devida autorização da Equipa Técnica, à exceção de atividades profissionais e/ou escolares.



## **EQUIPAMENTOS**

1. É dever do atleta apresentar-se com equipamento próprio do Clube ou marca branca para a prática da modalidade (treinos) e de nenhum outro clube.
2. O equipamento de jogo personalizado será o da marca oficial selecionada pelo Clube e deve ser adquirido no início da época desportiva, conforme condições anunciadas aos pais nas reuniões de início de época;
3. O equipamento deve estar em perfeitas condições e de acordo com o solicitado pelos treinadores e pela posição específica do Jogador dentro do campo, sendo obrigatório o uso de caneleiras;

## **ESCOLA**

1. Frequentar a escola regular e pontualmente, realizando os esforços necessários para progredir nas diversas áreas de sua educação;
2. Estar preparado para as aulas e manter adequadamente livros e demais materiais escolares de uso pessoal ou comum coletivo;
3. Ser respeitoso e cortês para com colegas, diretores, professores, funcionários e colaboradores da escola, independentemente de idade, sexo, raça, cor, credo, religião, origem social, nacionalidade, condição física ou emocional, deficiências, estado civil, orientação sexual ou crenças políticas;



## **INTEGRIDADE**

1. O Clube e todos os seus colaboradores (jogadores, treinadores, dirigentes e demais staff) deve promover a não discriminação e a prevenção da violência, racismo, e xenofobia de qualquer tipo;
2. Todos os colaboradores deverão denunciar qualquer acto ou comportamento que vá ao incumprimento da alínea 1;
3. Todos os jogadores, treinadores, dirigentes e demais staff estão impedidos de realizar apostas desportivas em quaisquer jogos realizados;
4. Todos os colaboradores estão expressamente proibidos de qualquer tipo de manipulação de jogos e resultados;
5. Caso se comprove algum incumprimento das alíneas 1. a 4., o colaborador em questão será destituído das suas funções de imediato, não assumindo qualquer tipo de cargo no clube.