

[www.afguarda.pt](http://www.afguarda.pt)



# Manual de Acolhimento & Boas Práticas

271 232 450 

[direccao@afguarda.pt](mailto:direccao@afguarda.pt) 

Rua Comandante Salvador Nascimento, LT LC3 | 6300 - 678 Guarda 



www.afguarda.pt

ASSOCIAÇÃO DE FUTEBOL DA GUARDA

FUNDADA A 15 DE MAIO DE 1940

Aprovado em Assembleia Geral do dia 27 de junho de 2025



271 232 450



direcao@afguarda.pt



Rua Comandante Salvador Nascimento, LT LC3 | 6300- 678 Guarda



www.afguarda.pt

**ASSOCIAÇÃO DE FUTEBOL DA GUARDA**

FUNDADA A 15 DE MAIO DE 1940

MISSÃO VISÃO E VALORES.....	4
OBJETIVOS ESTRATÉGICOS.....	4
NORMAS E CONDUTAS .....	5
DIRIGENTES, TÉCNICOS E RESTANTE STAFF.....	5
JOGADORES(AS): .....	5
INTEGRIDADE .....	9
NORMAS SOBRE O ACOMPANHAMENTO ESCOLAR .....	9
NORMAS SOBRE O RELACIONAMENTO COM OS ENCARREGADOS DE EDUCAÇÃO.....	10
INFRAÇÕES E QUADRO DISCIPLINAR .....	11

## Missão Visão e Valores

A Associação de Futebol da Guarda (AF Guarda), enquanto estrutura filiada na Federação Portuguesa de Futebol (FPF) e organismo que promove e regula as provas oficiais das modalidades sob a sua égide (Futebol, Futsal e Futebol de Praia), tem sob a sua responsabilidade a dinamização do projeto das Seleções Distritais, afirmando-se deste modo como Entidade Formadora que se pretende que seja de excelência.

Tendo por base estas premissas, a **Missão da AF Guarda**, no âmbito do projeto das Seleções Distritais, passa por proporcionar momentos competitivos (de treino e jogo) de excelência no que diz respeito à sua exigência e pressupostos organizativos, apoiados em conhecimento de vanguarda, com intuito de contribuir para o desenvolvimento positivo dos(as) praticantes do distrito da Guarda e, por consequência, dos diferentes clubes dos quais são oriundos e das modalidades, na sua generalidade. Deste modo, pretende-se uma valorização dos ativos da região com o intuito de os mesmos poderem, em última instância, aportar qualidade às Seleções Nacionais – as quais se encontram sob alçada da FPF – e contribuir para um desenvolvimento nacional harmonioso no que diz respeito a estas modalidades.

Dentro do panorama distrital, a **Visão** adstrita a este projeto tem como preocupação fundamental a afirmação da AF Guarda como um parceiro estratégico para o desenvolvimento de todos os seus associados, consubstanciado por um trabalho de proximidade que envolva todos os clubes (criando condições para que todos contribuam cada vez mais e melhor para o trabalho das Seleções Distritais) e nos permita evoluir positivamente no sentido de, a médio-prazo, e dentro do espectro das AF com menos de 4500 praticantes, sermos reconhecidos como uma Entidade Formadora de referência.

Posto isto, para o prazo definido devem ser almejados os seguintes

## Objetivos Estratégicos

1. O objetivo do ESPAÇO DAS SELEÇÕES é potenciar o talento dos nossos atletas e o trabalho dos clubes em contexto de seleção, visando a projeção para as seleções nacionais;
2. Ter jogadores(as), em 100% dos clubes, referenciados como selecionáveis, de acordo com os padrões estabelecidos, para as primeiras convocatórias de cada Seleção Distrital;

3. Valorizar jogadores(as) das diferentes Seleções Distritais para integrar, pelo menos, as pré-convocatórias das Seleções Nacionais (pelo menos 1 jogador em cada escalão e modalidade ao longo deste período);
4. Obter, com frequência, classificações desportivas superiores às restantes AF's com menos de 4500 praticantes nas diferentes Seleções Distritais;
5. Promover a continuidade da prática de qualidade dos(as) praticantes integrados(as) nas Seleções Distritais, contribuindo para alimentar as equipas seniores do distrito (garantir a continuidade de prática de pelo menos 50% dos jogadores integrados em convocatórias finais).
6. Os convocados às seleções distritais terão de obedecer a um critério rigoroso de não anularem etapas no seu processo de evolução natural e sustentável.

## **Normas e Condutas**

### **Dirigentes, técnicos e restante staff**

1. A direção nomeará um coordenador das seleções distritais que estabelece a ligação com todas as seleções para um funcionamento perfeito entre todas.
2. A direção nomeará, no início de cada época, o diretor responsável por cada seleção.
3. Cabe aos diretores responsáveis pelas seleções toda a responsabilidade dessa mesma seleção, cabendo a ele, toda e qualquer decisão sobre facto.
4. Os Diretores responsáveis pelas seleções dispõem de competência disciplinar/administrativa, inclusive para afastar qualquer elemento do seio da Delegação, sempre que este manifeste conduta contrária à ética de ordem desportiva.
5. Salvo autorização expressa do Diretor responsável pela comitiva, é vedado o contacto de qualquer jogador com empresários ou agentes, durante os períodos de trabalho ou concentrações das Seleções Distritais.
6. A AF Guarda enviará (via e-mail) a todos os clubes (futebol ou futsal) com a respetiva convocatória para treinos, torneios e jogos oficiais ou particulares, sendo a mesma editada publicamente no website da AF Guarda.
7. Acompanham as seleções um diretor, o coordenador técnico, team manager, fisioterapeuta/enfermeiro(a), treinadores(as) e responsável da comunicação.

### **Jogadores(as):**

Ser chamado(a) a representar uma Seleção Distrital deverá ser motivo de orgulho e terá sempre um significado muito especial. Quererá dizer, na prática, que a qualidade e o compromisso que os(as) jogadores(as) têm apresentado, quer individual quer coletivamente, tem suscitado a atenção e o interesse das pessoas que têm a responsabilidade de selecionar, agregar e treinar, em cada momento, os(as) melhores do nosso distrito.

Uma seleção de jogadores(as), como o próprio nome indica, é resultado do mérito!

Mas a construção e transformação de uma seleção de jogadores(as) numa equipa é, antes de tudo, uma questão de compromisso, individual e coletivo.

Nesse sentido, é fundamental o estabelecimento e o cumprimento de algumas normas que, em nome do interesse comum, deverão ser rigorosamente cumpridas:

1. O respeito pelos princípios e pelas normas tem início no momento da entrada nos transportes utilizados pela AF Guarda e só termina aquando da chegada ao local previamente definido e estipulado como ponto de chegada final;
2. A utilização dos transportes deverá ser sempre realizada mediante o cumprimento das normas e condições de segurança exigidas (colocação dos cintos de segurança) e tratando com máximo zelo os veículos ao dispor, garantindo a sua preservação e limpeza;
3. Em cada convocatória, os transportes suscetíveis de conduzir os jogadores para o treino/jogo terão uma hora e um local de saída estipulado; Só haverá uma tolerância de 5 minutos de espera para quem antecipadamente justificar o seu atraso; Alguém que não compareça, sem justificação, ficará automaticamente excluído dessa Seleção Distrital, assumindo as consequências prevista em Regulamento Disciplinar;
4. Em cada convocatória, será definida uma hora de início dos treinos, o que significa que todos(as) os(as) jogadores(as) deverão estar preparados(as) (equipados(as)) para começar a trabalhar a essa mesma hora (salvo ordem contrária do treinador); O incumprimento desta norma de pontualidade, nos treinos ou em qualquer outro momento, determinará a aplicação de consequências disciplinares e, em último caso, a exclusão dessa Seleção Distrital;
5. Na eventualidade de, no dia do treino/jogo, o(a) jogador(a) se encontrar lesionado(a), deverá reportar essa circunstância a algum dos responsáveis da AF Guarda e, ainda assim, comparecer ao mesmo a fim de poder ser observado(a) pelo

- Departamento Clínico. O ideal será que, no dia em que ocorra o episódio de lesão, possam informar imediatamente algum dos responsáveis da AF Guarda, remetendo para gabtecnico@afguarda.pt;
6. Caso, por algum motivo de força maior, no dia marcado para o treino/jogo o(a) jogador(a) não puder comparecer, fica no dever de avisar os responsáveis da AF Guarda, os quais, à posteriori, irão deliberar acerca do conteúdo da justificação e da ação a tomar;
  7. A Associação preferencialmente utiliza a nossa Academia, em Celorico da Beira, bem como, espaços municipais ou pertencentes a clubes para a realização dos seus treinos e jogos, e, portanto, é da responsabilidade de todos tratar as instalações com o máximo de cuidado, deixando-as tal como foram encontradas;
  8. Os momentos de treino são espaços de ensino-aprendizagem fundamentais que só são respeitados mediante a verificação de determinados comportamentos considerados essenciais: máximo empenho e envolvimento nas tarefas propostas, máxima disponibilidade para ultrapassar os próprios limites e para auxiliar os companheiros na ultrapassagem dos seus, cordialidade no tratamento de todo o staff da AF Guarda, respeito pelas decisões do staff da AF Guarda, disponibilidade para colaborar nas tarefas adjacentes ao treino (transporte e recolha de material, etc.), alegria para disfrutar de todos os momentos que a competição organizada proporciona;
  9. Tal como nos momentos de treino, também os jogos devem ser encarados de forma correta, adotando o mesmo espírito enunciado no ponto anterior e ao qual se acrescenta o seguinte: total respeito e urbanidade no tratamento da equipa adversária, da equipa de arbitragem e do público;
  10. Está expressamente proibida a utilização do telemóvel, para qualquer fim, durante as palestras, no balneário e nas refeições;
  11. Os (As) jogadores(as) encontram-se proibidos(as) de produzir em qualquer rede social que utilizem, nomeadamente Twitter, Facebook, Instragram, entre outras, todo e qualquer tipo de comentário do género depreciativo em relação à modalidade que praticam e aos agentes nela envolvidos, ou que incida sobre aspetos confidenciais da AF Guarda, bem como da gestão da Direção ou do Gabinete Técnico;
  12. A partir do momento em que qualquer jogador(a) se apresenta para uma concentração, passa a estar ao serviço da AF Guarda e, como tal, a representar um

Distrito. Deste modo, é exigido – a vários níveis – um exemplo na conduta: RESPEITO (pelos outros, pelos materiais, etc.), HÁBITOS DE VIDA SAUDÁVEIS (não fumar, não beber bebidas alcoólicas, etc.), MODERAÇÃO (aproveitar, com alegria, os momentos proporcionados por uma experiência desta ordem, mas sem euforias excessivas, que desvirtuem o que realmente é o objetivo primordial: treinar/competir);

13. Para além dos momentos ao serviço da AF Guarda, todos os jogadores(as) convocados(as) devem manter os princípios enunciados anteriormente nos restantes contextos em que se insiram (nomeadamente na escola), e ter a noção clara de que os seus comportamentos serão observados e tidos como exemplo pelos seus pares;
14. Ser jogador(a) de Seleção Distrital significa que devem manter os valores que guiam a atuação no Desporto em contexto de Escola, sendo alunos exemplares em termos de respeito (por si e pelos outros) e de empenho;
15. Todos os comportamentos não condizentes com estes valores, e que denigram o nome ou imagem da AF Guarda, são motivo de aplicação de penas.

Os atletas convocados para as Seleções Distritais da AF Guarda devem:

1. Cumprir com rigor os planos de treino individual (se existirem) e coletivo;
2. Assumir e respeitar o compromisso com a Seleção Distrital;
3. Ser honesto consigo próprio, com os seus companheiros e líderes;
4. Ser sempre solidário;
5. Ter confiança e atitude positiva;
6. Trabalhar com vontade, humildade, concentração e atitude vencedora;
7. Comparecer nas atividades das Seleções Distritais para as quais forem convocados;
8. Em caso de impossibilidade de cumprimento do disposto na alínea 7, justificar o motivo da sua ausência previamente;
9. Ser pontual, chegando cedo a todos os compromissos;
10. Utilizar o equipamento oficial que lhe for atribuído pela AF Guarda, sempre que estiverem em representação Distrital, e restituir o mesmo, uma vez concluída a sua participação;
11. Viajar e manter-se em grupo nas deslocações e provas;

12. Colaborar com os Dirigentes e/ou Técnicos Distritais quando para tal solicitados;
13. Ser responsável dentro de campo, jogando com Fair-Play, respeitando árbitros, juízes e adversários;
14. Ter um comportamento ético e desportista que sejam exemplo da sua condição de atleta de referência na modalidade, em qualquer situação, incluindo nas redes sociais;
15. Ser um exemplo em todas as situações e ter orgulho em pertencer às Seleções Distritais.
16. É proibido a utilização de telemóveis durante o espaço de seleção.

## **Integridade**

Com a implantação cada vez mais enraizada das apostas desportivas (quer online, quer noutros formatos) no nosso contexto, constitui preocupação evidente por parte da AF Guarda manter informadas acerca desta temática todas as pessoas que gravitam em torno da sua atividade, oferecendo recomendações e determinando normas de atuação que mantenham claro o nosso posicionamento.

Os resultados combinados, em virtude de esquemas de apostas, são uma realidade e constituem, desde 2017, um crime punido pela lei portuguesa de forma ainda mais severa do que anteriormente. Estas ações, que desvirtuam a competição e contrariam o verdadeiro espírito do jogo, devem ser erradicadas e têm uma moldura penal mais abrangente para todo os que prevariarem.

Como tal, deixamos as seguintes recomendações:

1. Os(as) praticantes de determinada modalidade não devem apostar em jogos dessa mesma modalidade e dos campeonatos em que se inserem, sob pena de serem sancionados;
2. Todas e quaisquer as tentativas de suborno, aliciamento, obtenção de informação privilegiada ou combinação de resultados devem ser denunciadas através da plataforma <https://integridade.fpf.pt/>;

## **Normas sobre o acompanhamento escolar**

A preocupação da AF Guarda com o desenvolvimento harmonioso e integral dos jovens/crianças que se enquadram nos trabalhos das Seleções Distritais é extremamente elevada. Como tal, está definido um conjunto de procedimentos para a efetivação de um acompanhamento e aconselhamento permanente, tendo como objetivo principal a facilitação da coordenação da atividade desportiva com a atividade escolar, mas também a adoção de medidas que se considerem necessárias para que ambos os domínios tenham uma evolução positiva.

Este acompanhamento, realizado pelo Gabinete Técnico da AF Guarda em conjugação com o seu staff administrativo, rege-se pelas seguintes normas de atuação:

1. Contacto prévio e permanente com os clubes de origem dos(as) jogadores(as) convocados(as) para conhecimento da sua situação escolar e social, sinalização de problemas e aconselhamento de medidas;
2. Acompanhamento do percurso académico dos(as) jogadores(as) convocados(as) através da recolha dos seus dados escolares (nº negativas, frequências de explicações, nº de retenções, disciplinas com dificuldades, datas dos testes, etc.);
3. Facultar um espaço de estudo no caso dos(as) jogadores(as) terem necessidade de estudar ou concretizar trabalhos no dia dos treinos, e tenham tido necessidade de se deslocar mais cedo para o local de partida dos transportes (preferencialmente na Academia da AF Guarda);

Aliados a estes procedimentos, estão ainda previstas as seguintes penalizações:

1. Possibilidade de não-convocação para os trabalhos das Seleções Distritais no caso de um desempenho e comportamento escolar reiteradamente medíocre;

## **Normas sobre o relacionamento com os Encarregados de Educação**

Havendo necessidade de realizar algum tipo de contactos ou diligências junto dos Encarregados de Educação será a Direção ou Gabinete Técnico da AF Guarda a assumir essa responsabilidade, sem prejuízo de poder solicitar o auxílio do staff administrativo nas situações que se julgue conveniente. Sendo assim, todos os contactos a realizar em sentido inverso (dos encarregados de educação/tutores para com a AF Guarda) devem ser feitos à mesma estrutura indicada.

Deste modo, será possível centralizar os assuntos, canalizar e tratar a informação adequadamente para que sejam dadas as respostas julgadas adequadas em tempo considerado útil.

O tratamento em ambos o sentido deve sublinhar as normas de respeito e urbanidade, resolvendo com lisura todas as questões que possam surgir no seguimento da atividade das Seleções Distritais.

O comportamento dos encarregados de educação/tutores é de particular importância e tem muito relevo no comportamento dos educandos, portanto, utilizando essa premissa, refere-se que:

1. O desempenho desportivo do educando e os respetivos reforços (positivos ou negativos) devem ser avaliados tendo por base o esforço e empenho despendido para alcançar os objetivos definidos, e não somente o resultado alcançado;
2. O desempenho desportivo do educando deve ser avaliado especificamente pelo staff técnico com esse conhecimento, que também será responsável pelo seu aconselhamento e prescrição do treino indicado;
3. A satisfação e alegria do educando é sempre mais importante que os resultados alcançados;
4. As derrotas e falhas devem ser encaradas com uma parte muito importante no processo de crescimento do educando, servindo para ajustar procedimentos e redobrar os esforços;
5. O comportamento dos encarregados de educação/tutores na bancada para com todos os agentes envolvidos no treino/jogo é sempre um exemplo para o educando, que deve ser utilizado pela positiva para cultivar valores de Respeito, Tolerância e Partilha

## **Infrações e Quadro Disciplinar**

No sentido de regular os comportamentos dos(as) jogadores(as) enquadrados no âmbito das Seleções Distritais, referimos os seguintes princípios:

1. As penas a aplicar pelo Direção / Gabinete Técnico poderão ir de uma advertência ou repreensão até à suspensão ou mesmo exclusão do(a) jogador(a);
2. As penas serão aplicadas pela(s) infração(ões) cometidas em relação a qualquer dos pontos constantes deste Manual de Acolhimento;
3. As penas serão definidas pelo Gabinete Técnico ou Direção consoante a
4. gravidade da mesma, avaliada pelas estruturas referidas;
5. Todos os prevaricadores terão direito a justificarem-se;
6. Qualquer caso que se venha a verificar e que se encontre omissos neste Manual de Acolhimento será alvo de análise e tomada de decisão por parte do gabinete técnico e direção.



www.afguarda.pt

**ASSOCIAÇÃO DE FUTEBOL DA GUARDA**  
FUNDADA A 15 DE MAIO DE 1940

7. A competência disciplinar relativamente às infrações cometidas no âmbito dos trabalhos das Seleções Distritais nos estágios, treinos, deslocações e jogos, está cometida ao Conselho de Disciplina da AF Guarda.
8. Os Clubes ou Dirigentes que aconselhem ou impeçam os jogadores de participar nos trabalhos das Seleções Distritais ficam sujeitos ao disposto no Regulamento Disciplinar da AF Guarda.