PED CPLP

Plano Ética no Desporto da CPLP

Ética no Desporto

Linhas Orientadoras para Treinadores e Professores

CPLP
Comunidade dos Países de Língua Portuguesa

CPLP
JUVENTUDE E DESPORTO

"Foi no desporto que aprendi tudo o que sei sobre ética"
A. Camus

Ética no Desporto

LINHAS ORIENTADORAS PARA TREINADORES E PROFESSORES

CPLP
Comunidade dos Países de Língua Portuguesa

CPLP
JUVENTUDE E DESPORTO

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

PED CPLP
Plano Ética no Desporto da CPLP

Plano Nacional de Ética no Desporto

LIDH
Fundação Luso-Iíria para o Desenvolvimento Humano

O presente manual tem como objetivo apoiar os treinadores, e professores sobre a problemática da ética desportiva e do fairplay. Trata-se de uma ferramenta pedagógica de apoio para que os treinadores, e professores, em ambiente de treino, e de aula, possam aprofundar conceitos, e aplicar didáticas no âmbito da ética desportiva. Este manual é uma iniciativa do Plano de Ética no Desporto da CPLP.

Ética no Desporto

Linhas Orientadoras para Treinadores e Professores

Os treinadores, enquanto agentes centrais no processo de desenvolvimento desportivo, desempenham um papel fundamental na transmissão de valores éticos a todos os que com eles se relacionam, em particular os seus praticantes, sendo esta responsabilidade também partilhada pelas instituições às quais estes estão vinculados, na medida em que estas representam a sua comunidade de prática, desenvolvimento e partilha.

Neste sentido, as "Linhas Orientadoras para Treinadores" apresentadas têm por objetivo potenciar o enquadramento dos treinadores relativamente à sua intervenção pedagógica junto dos seus praticantes, particularmente os mais jovens, do ponto de vista da educação para valores e ética desportiva.

Partindo de uma abordagem concetual, são fornecidas diferentes ferramentas de apoio para que os treinadores possam operacionalizar a sua ação no âmbito da educação para a ética através da prática desportiva, melhorando ainda mais a sua intervenção educativa.

O que é e para que serve a ética?

A ética refere-se ao ethos – carácter, princípio, alicerce, fundamento – um conjunto de princípios, e valores que formam o caráter de cada pessoa e que traduzem, através da ação, a sua forma de ser. A ética é assim o conjunto de normas de comportamento, e formas de vida através do qual o homem tende a realizar o valor do bem e a ter uma vida boa.

Porquê a ética no desporto?

A ética, enquanto sistema de valores, ajuda-nos a tomar consciência de que não podemos viver de qualquer maneira, que na vida "não vale tudo" e que os nossos comportamentos têm consequências nos outros, e na sociedade que ajudamos a criar. A mesma visão deve ser aplicada à prática desportiva: os objetivos individuais ou a vitória não só não devem ser a única meta como também não podem ser conseguidos a qualquer preço, devendo para tal implicar valores como o esforço, o respeito, a tolerância ou a justiça, valorizando desta maneira o contexto desportivo como promotor de valores éticos.

Neste sentido, a prática desportiva demonstra um capital único, o qual pode e deve ser aproveitado com vista ao seu desenvolvimento para fins educativos, uma vez que está vinculado a um conjunto alargado de valores que lhe são potencialmente associados.

Quais são os valores do desporto?

Institucionalmente, são identificados os seguintes princípios como estruturantes dos valores do desporto:

International Fair-Play Committee

Performance e realização: o desempenho deve ser sempre associado ao esforço utilizado para a concretização dos objetivos.

Cumprimento de Regras: o desempenho é meritório se efetuado no cumprimento das regras.

Igualdade de oportunidades: todos sem exceção têm acesso à prática desportiva, usufruindo nesta dos mesmos direitos e dos mesmos deveres. As condições de prática (e competição) devem também ser as mesmas para os diferentes praticantes, não devendo haver benefício prévio de uns sobre os outros.**Respeito:** necessidade de manifestação de tolerância e aceitação em relação a todos os envolvidos no desporto e fora dele.

Saúde: a prática desportiva e os comportamentos a ela associados nunca devem colocar em causa a saúde e o bem-estar dos praticantes e seus companheiros/adversários.

International Olympic Committee

Satisfação pelo esforço: desenvolvimento de habilidades físicas e mentais através do permanente desafio a si próprio e aos outros.

Fair-play: desenvolvimento do fair-play nas diferentes dimensões da vida através da aprendizagem deste no contexto desportivo.

Respeito pelos outros: desenvolvimento da tolerância relativamente à diferença e à diversidade.

Busca pela excelência: desenvolvimento de cultura de excelência associada ao bem-fazer.

Equilíbrio entre corpo, mente e espírito: promoção de competências intelectuais e éticas através do desenvolvimento da literacia motora.

Ética no Desporto

O desporto faz bem ou faz mal? Depende...

O desporto é neutral isto é, pode ser promotor de violência, de aspectos negativos, como pode ser promotor de valores e de potenciar os aspectos educativos. Tudo depende da intencionalidade com que o praticamos.

- Pode promover valores éticos ...ou o seu contrário.
- Pode promover o desenvolvimento de uma autoimagem positiva e o respeito pelos outros...ou o seu contrário.
- Pode fortalecer a comunidade...ou o seu contrário.
- Pode promover a socialização, o desenvolvimento de novas amizades e o seu fortalecimento, reforçando estilos de vida saudáveis e estimulando a participação comunitária e a coesão social, ou...pelo contrário, pode promover a violência, o doping, o racismo, a batota, a corrupção, o ganhar a todo custo.

Depende de cada um dos agentes envolvidos orientar o desporto como ferramenta de desenvolvimento da ética e dos valores.

Na prática desportiva extra-escolar, ou escolar são os treinadores e os professores quem mais deve assumir a responsabilidade na transmissão e fortalecimento dos valores éticos:

- Devido a serem os agentes com maior possibilidade de contacto com todos os outros agentes.
- Devido à posição de liderança que assumem no processo educativo estimulado pela prática desportiva.
- Devido ao potencial exemplo que representam junto dos atletas e alunos.

Os treinadores e professores devem também assumir responsabilidade na prevenção e na resolução de conflitos que promovam e reduzam os seguintes comportamentos:

PRECONCEITO | RACISMO | HOMOFOBIA | VIOLÊNCIA | ESTEREÓTIPOS DE GÉNERO DOPING | BULLYING | CORRUPÇÃO | DISCRIMINAÇÃO ETNICA | COMBINAÇÃO DE RESULTADOS

Compromisso com a Ética Desportiva

As Responsabilidades dos Professores e Treinadores

- Fomentar o desportivismo entre os alunos/praticantes, incluindo nos próprios treinos/aulas.
- Respeitar as regras técnicas do desporto e contribuir para a sua melhoria qualitativa.
- Recusar e denunciar a fraude ou manipulação de resultados, defendendo sempre a verdade desportiva.
- Considerar os colegas de atividade como parceiros no que respeita ao desenvolvimento das modalidades desportivas que treinam.
- Opor-se à utilização de quaisquer substâncias ou métodos proibidos que melhorem artificialmente o desempenho dos praticantes /alunos, nos termos das regras antidopagem aplicáveis, e à utilização de métodos que não estejam em conformidade com a ética médica ou com dados científicos consistentes.
- Não empregar métodos de treino, práticas e regras que possam prejudicar a saúde e o bem-estar do praticante/aluno, bem como avaliar, e ter em conta as etapas de crescimento e o seu estado de desenvolvimento, procurando assegurar uma adequada nutrição, tempos de lazer e de recuperação e uma integração do sistema com as atividades escolares e sociais.
- Opor-se a todas as ações que promovam o "tráfico humano" de atletas.

Como educar para valores éticos no e através do desporto?

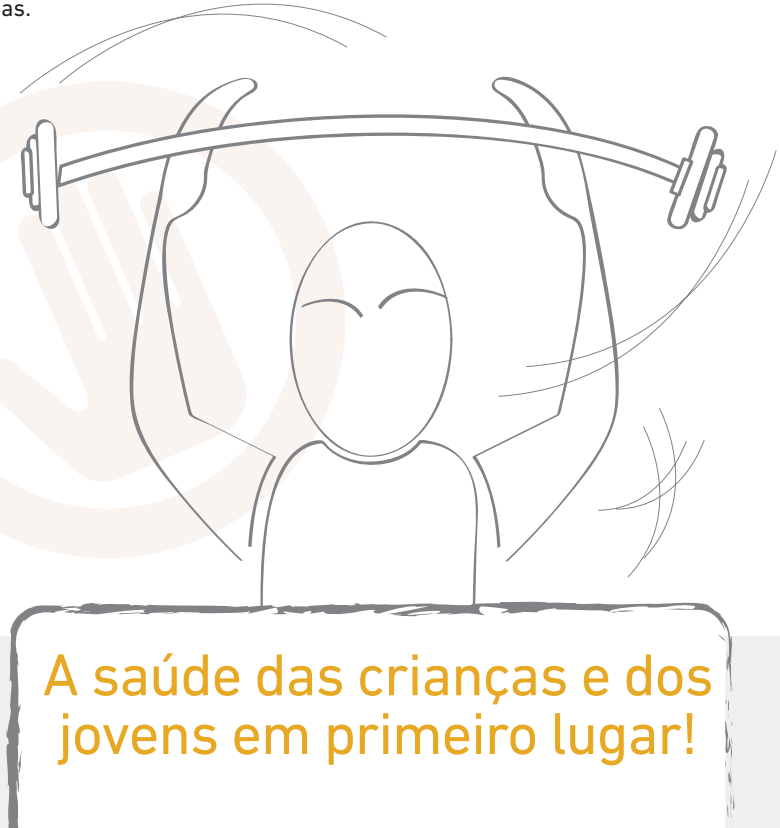
SER TREINADOR / SER PROFESSOR...

Necessidade de combater a **ESPECIALIZAÇÃO PRECOCE**, respeitando as etapas evolutivas das crianças e dos jovens

A intervenção junto de uma criança que inicia o seu percurso desportivo deve ser acompanhada da preocupação relativa à sua literacia motora, aos aspetos afetivoemocionais e à sua socialização de acordo com o espírito desportivo e os seus valores, devendo para tal desenvolver atividades desportivas que lhes possam proporcionar diversão e satisfação lúdica.

É muito importante estimular uma prática desportiva adequada à idade, através da qual a criança obtenha satisfação e motivação para continuar. O principal objetivo da prática deve estar associado ao desenvolvimento de um futuro cidadão que seja ativo, saudável e com valores sólidos, isto é, que pratique desporto toda a sua vida.

Nunca esquecer que, mais do que construir atletas, o treinador/professor de crianças e jovens está a educar pessoas.

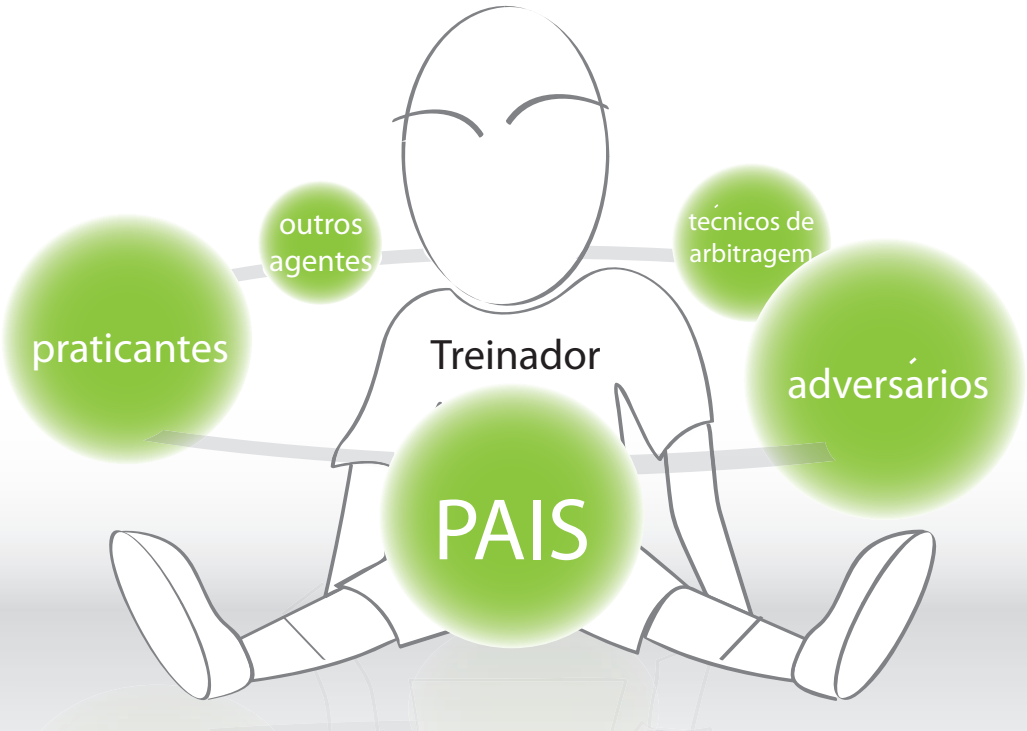


A saúde das crianças e dos jovens em primeiro lugar!

Como educar para valores éticos no e através do desporto?

SER TREINADOR / SER PROFESSOR...

Necessidade de uma relação **EXEMPLAR** com os outros agentes



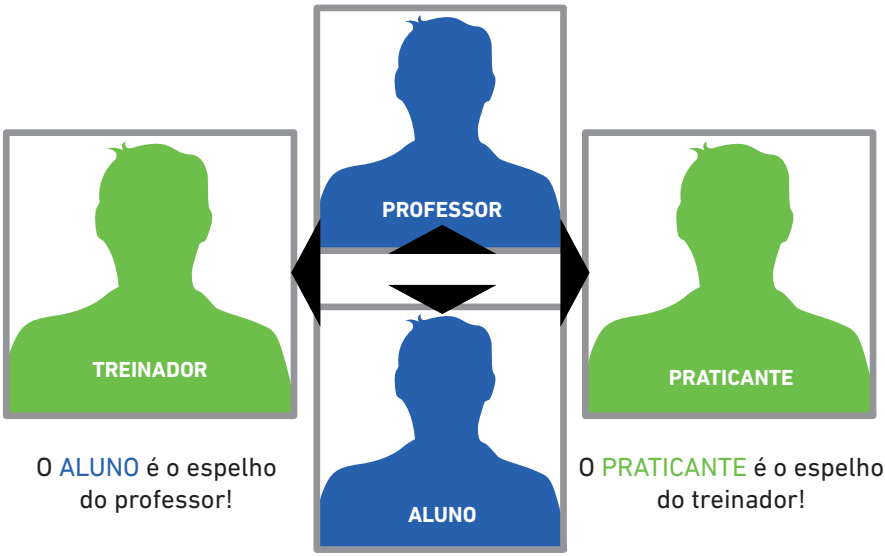
Necessidade de estimular estes diferentes agentes para a **PROSSECUÇÃO DE UM DESPORTO MAIS ÉTICO** e mais educativo.

Responsabilidades do treinador/professor

Como educar para valores éticos no e através do desporto?

SER TREINADOR / SER PROFESSOR...

Necessidade de representar e expressar de forma **EXEMPLAR** determinados valores perante os seus praticantes/alunos e restantes agentes



O ALUNO é o espelho do professor!

O PRATICANTE é o espelho do treinador!

Necessidade de representar e expressar certos valores perante os seus praticantes/alunos!

Compreensão	Flexibilidade	Disciplina	Rigor
Tolerância	Apoio	Exigência	Respeito
Autonomia	Diferenciação	Responsabilidade	Equidade
Justiça	Diversão	Frontalidade	Compromisso

INTEGRIDADE

Como educar para valores éticos no e através do desporto?

SER TREINADOR / SER PROFESSOR...

Necessidade de entender a COMPETIÇÃO como uma manifestação desportiva que é parte do PROCESSO EDUCATIVO e não o seu objetivo final!

A competição deve ser entendida como uma ferramenta educativa, participativa e convivencial, além de um válido instrumento de transmissão de valores.

O objetivo associado à competição deverá ser o de criar hábitos e atitudes favoráveis e positivos relativamente à prática desportiva e ao próprio ato de competir.

A competição educativa deverá:

- Estar impregnada de espírito lúdico.
- Ser aberta, não descriminando ninguém por qualquer razão.
- Promover o total respeito para com os regulamentos, os outros, o espaço e o próprio.
- Estimular o esforço, pessoal e grupal.
- A finalidade não pode recair apenas nos resultados, mas também no desenvolvimento pessoal e coletivo.

Necessidade de entender a **COMPETIÇÃO** não apenas no seu sentido formal e normativo, mas como uma atividade com grande potencial educativo que pode e deve ser estimulada em **DIFERENTES CIRCUNSTÂNCIAS E TAREFAS** desenvolvidas no contexto de treino/aula.

Pedagogia do exemplo

"O meu comportamento como treinador/professor é exemplar promovendo valores éticos junto daqueles com quem me relaciono? De que forma influencio os meus atletas/alunos?"

As questões seguintes visam ajudar o treinador/professor a perceber o impacto do seu comportamento junto dos praticantes/alunos. Estas derivam de princípios éticos que devem ser importantes para o treinador/professor e para o processo educativo em que está envolvido.

- São os meus comentários e ações adequados relativamente às crenças e experiências dos outros?
- Esforço-me o suficiente para perceber as expectativas e perspetivas dos outros?
- A minha postura física demonstra anseio de dominância? Ou, pelo contrário, demonstra disponibilidade para o diálogo?
- Serei demasiado rígido ou excessivamente permissivo com os praticantes/alunos? Consigo manter o equilibro adequado aos contextos e situações de envolvência dos praticantes?
- Que relação estabeleço entre tolerância e disciplina?
- Têm os alunos/praticantes medo de mim?
- Têm os alunos/praticantes respeito por mim?
- Sou justo e imparcial nas decisões que tomo?
- Quão bem conheço os meus alunos/praticantes como pessoas? Que provas tenho que possam fundamentar esse conhecimento?
- Sou capaz de motivar os meus praticantes/alunos diferenciando o seu perfil e objetivos?
- Desenvolvo um clima ótimo para o desenvolvimento das competências desportivas que treino?
- Estimulo a orientação da motivação dos meus alunos/praticantes para a tarefa ou para o ego?
- Qual é a minha reação quando um atleta/aluno comete um erro?
- Será que incluo os meus alunos/praticantes nos diferentes processos de decisão?
- Quanto poder tenho e como o exerço sobre os meus alunos/praticantes?

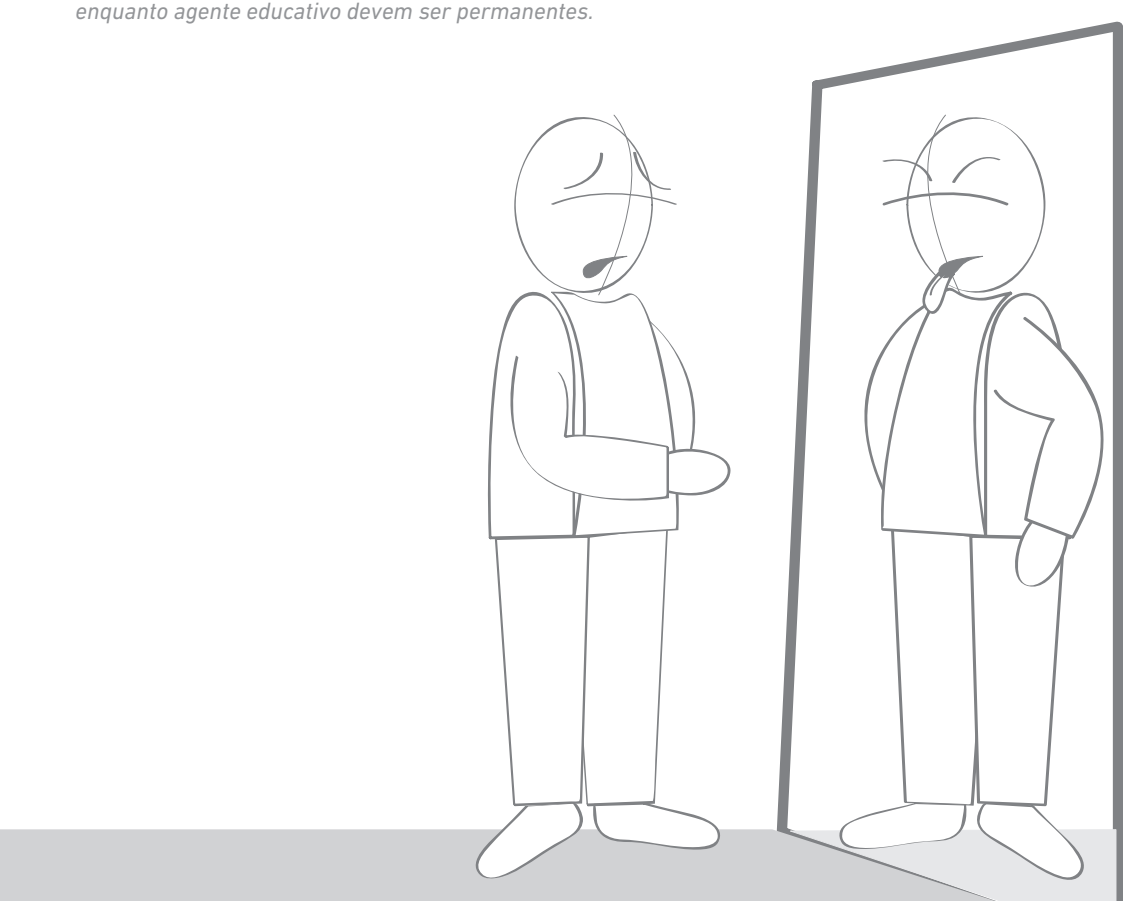
Estarei a agir bem? Porquê?

É importante que cada treinador/professor tenha por hábito a realização de processos de autoscopia relativamente à adequação do seu comportamento do ponto de vista do seu impacto educativo.

Para a correção de comportamentos eticamente desadequados, devem ser considerados os seguintes passos de reflexão e ação por parte do treinador/professor:

- Admitir a possibilidade de que cometemos erros.
- Identificar honesta e sinceramente que erros são cometidos e que formas de prejuízo são desenvolvidos em consequência.
- Identificar ações específicas que reflitam os erros cometidos e que alternativas podem ser utilizadas.
- Solicitar o apoio de outros colegas no sentido de que nos possam ajudar a solucionar os erros cometidos, a preveni-los e a corrigi-los.

A orientação e a consciência do treinador/professor relativamente à importância do seu papel enquanto agente educativo devem ser permanentes.



FAIR PLAY?

Estarei a educar através do desporto?

Pedagogia do exemplo

5 tópicos para melhorar a intervenção educativa do treinador/professor:

1. Manter presentes os objetivos educativos da prática desportiva

De que forma posso educar para os valores através da prática desportiva? O que pretendo atingir com a minha intervenção?

Recomendação 1: com base nas caraterísticas do grupo, identificar os objetivos de ordem pessoal, inter-pessoal e cívica que pretendemos ver atingidos.

2. Promover o diálogo

De que forma posso integrar a participação dos praticantes/alunos nas reflexões relacionadas com a sua participação na atividade e as aprendizagens daí decorrentes?

Recomendação 2: nos momentos de diálogo desenvolvidos ao longo das sessões de treino/aula, estimular a discussão através de algumas perguntas que orientem esse diálogo e permitam ao atleta/aluno refletir sobre a sua perspetiva sobre as coisas.

3. Utilizar linguagem que promova proximidade, confiança e compreensão

De que forma devo comunicar perante diferentes públicos e diferentes alunos/praticantes?
É o adulto quem deve adaptar a linguagem à capacidade de entendimento das crianças e dos jovens. Por exemplo, em vez de assinalar a necessidade de "aprendam como se trabalha em equipa!", expressão esta que, sem exemplos concretos sobre o que se pretende, se torna demasiado imprecisa, concretizar a instrução dizendo, por exemplo, "olhem para onde estão os vossos colegas antes de continuar o jogo"

Recomendação 3: ter cuidado com as palavras, mantendo o discurso numa lógica de simplicidade, perguntando no final se a mensagem foi percebida.

4. Ter tempo para planear o futuro e refletir o passado

De que forma posso manter o controlo e a intencionalidade da minha intervenção educativa? Planear e organizar o processo de ensino-aprendizagem é muito importante, tal como consultar, discutir e refletir com os praticantes/alunos sobre os objetivos e importância dos conteúdos trabalhados ou a trabalhar. Neste sentido, é relevante perguntar de que forma os atletas/alunos experienciam e percebem os jogos, as aprendizagens e a relação entre eles.

Recomendação 4: visualizar a realização das sessões de treino/aula, considerando espaço para a reflexão e discussão com os praticantes/alunos. Prever o tipo de perguntas que possam ser utilizadas na orientação da discussão produzida.

5. Estimular a assunção de responsabilidade e proatividade

De que forma posso orientar a aquisição por parte dos praticantes/alunos de comportamentos responsáveis? De que forma posso orientar os atletas/alunos na sua transformação de indivíduos passivos para indivíduos ativos?

Recomendação 5: conceder diferentes responsabilidades na organização dos treinos/aulas (fazer grupos, arrumar material, assumir a tarefa de "capitão" ou de "árbitro"). Todos os praticantes/alunos devem passar por todos os papéis, devendo ser também responsáveis pela gestão deste calendário de tarefas.

Didática dos valores

Operacionalização dos valores na didática do desporto
Os fatores de treino desportivo / As condicionantes da tarefa motriz

Na orientação da prática desportiva o treinador/professor deve valorizar não só as qualidades motoras, mas também as qualidades pessoas e psicológicas do atleta/aluno. Ter sempre presente que as qualidades motoras se desenvolvem com o treino físico ou técnico, e as qualidades pessoais com o treino social ou psicológico. Estas últimas prolongam-se muito mais no tempo, e são fundamentais para o carácter da pessoa. O atleta/aluno deixa de competir pelos 30 anos de idade, mas as componentes do treino social ou psicológico irão prolongar-se até ao final da sua vida. Por isso, o treinador/professor deverá apostar em desenvolver de modo cuidado o treino social e psicológico.

Os conteúdos associados a cada um dos fatores/condicionantes mencionados podem ser circunscritos aos seguintes âmbitos:

CONTEÚDOS DESENVOLVIDOS NA PRÁTICA DE ATIVIDADES FÍSICAS E DESPORTIVAS	
Âmbito Físico-motriz	Qualidades motoras.
	Qualidades técnicas e táticas.
Âmbito Psicossocial	Qualidades psicológicas (conhecimento das capacidades e limitações, espírito de superação, auto-controlo ou disciplina).
	Qualidades pessoais, inter-pessoais e cívicas (hábitos saudáveis, autonomia, criatividade, liberdade, solidariedade ou ecologia).

Adaptado de Giménez, Abad & Robles (2009)

Em coerência com esta multidimensionalidade da prática desportiva, os conteúdos dos diferentes âmbitos podem ser considerados e instrumentalizados enquanto objetivo educativo.

Em contexto de treino/aula, que valores podem ser trabalhados e de que maneira se podem manifestar?
Um exemplo de indicadores e evidências .baseado nos denominados Valores Universais, do modelo de Literacia Social (*iLIDH, 2014*).

	VALORES	INDICADORES	EVIDÊNCIAS
PESSOAIS	Respeito pelo próprio	Assunção de comportamentos saudáveis e rejeição de condutas nocivas.	O praticante /aluno demonstra vontade de cuidar de si (higiene, descanso, alimentação) e fa-lo de forma disciplinada.
	Responsabilidade	Assunção e cumprimento das tarefas e funções que lhe são atribuídas no grupo e nos treinos.	O praticante /aluno assume com brio , disciplina e de forma exemplar as suas funções e deveres.
	Autonomia	Confiança e Independência no seu comportamento e responsabilidades.	O praticante /aluno tem confiança nas suas capacidades e realiza as tarefas propostas sem necessidade de apoio de terceiros.
	Autocontrolo	Gestão das suas emoções de forma equilibrada.	O praticante /aluno controla as suas emoções quando a situação é tensa ou adversa, sendo capaz de reconhecer os próprios erros.
	Superação	Esforço constante e resiliente pela melhoria das suas performances e comportamentos.	O praticante /aluno esforça-se para fazer mais e melhor de forma perseverante não se rendendo perante resultados ou performances negativas
INTER-PESSOAIS	Respeito pelos outros	Aceitação e compreensão, sem preconceitos, das diferentes condições dos pares e sua diversidade.	O praticante /aluno aceita a pessoa que o outro constitui, compreendendo as suas qualidades e dificuldades.
	Solidariedade	Incorporação e apoio desinteressado de outros com diferentes condições.	O praticante /aluno ajuda aqueles com maiores dificuldades e apoia companheiros e adversários quando estes erram.
	Cooperação	Ação conjunta de todos com vista ao alcance de um objetivo comum.	O praticante /aluno valoriza o grupo e reconhece a importância da ação conjunta para alcançar objetivos comuns.
	Empatia	Desenvolvimento de relação afetiva positiva com os pares.	O praticante /aluno cria, cuida e desenvolve amizades no contexto desportivo em que se inclui.
CÍVICOS	Respeito pelo espaço	Cuidado com o ambiente e materiais envolventes.	O praticante /aluno cuida do espaço de treino/aula e de jogo, bem como dos materiais que o constituem e que utiliza.
	Respeito pelas normas	Cumprimento com justiça das normas estabelecidas.	O praticante /aluno respeita e cumpre as normas do jogo e as decisões a elas associadas.
	Participação	Iniciativa e realização das tarefas propostas.	O praticante /aluno tem espírito de iniciativa e gosta de participar.

Didática dos valores

Que jogos e exercícios utilizar para fomentar os valores através da prática?

Acreditando que a prática desportiva se deve realizar em perfeita harmonia com os princípios da ética e que os valores, as relações humanas, a inclusão social, a luta codificada e a igualdade de oportunidades se revelam como aspetos fundamentais do património desportivo, surge o Módulo **LED's Play - Jogar com Ética**, o qual pretende ser uma ferramenta para o desenvolvimento de valores fundamentais que se pretendem assimilados e vivenciados, tanto no desporto como na sociedade.

O Módulo **LED's Play - Jogar com Ética** propõe o apoio a professores, a treinadores, a agentes desportivos, a responsáveis de clubes e outros educadores na realização dos seguintes objetivos junto dos alunos e dos praticantes das mais diversas modalidades desportivas, particularmente os mais jovens:

• Promover e desenvolver as competências pessoais e sociais que visam melhorar comportamentos e atitudes intra e interpessoais, como o respeito no relacionamento entre pares, a responsabilidade, a amizade, a entreajuda, o bem-estar, a auto-confiança e a reflexividade.

• Promover a compreensão dos valores desportivos de forma a serem vividos e ativados de uma forma sustentada na sociedade.

O Módulo **LED's Play - Jogar com Ética** assenta na metodologia da Aprendizagem Experiencial, a qual representa uma perspetiva alargada que destaca as experiências favorecedoras de uma aprendizagem autêntica, como base necessária para uma aquisição de competências importantes para o desenvolvimento humano e que incorpora as propostas metodológicas e didáticas presentes neste documento.

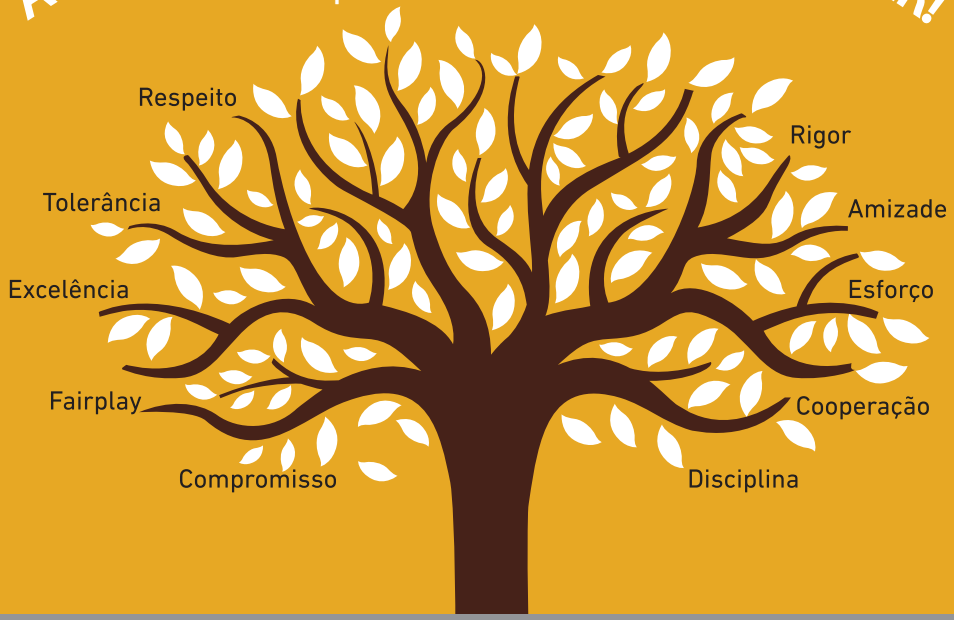
No website da Universidade dos Valores (www.universidadedevalores.org) bem como no website do PNED (www.pned.pt) é possível encontrar diferentes propostas de exercícios aplicados com vista ao desenvolvimento dos valores no desporto e das competências pessoais, inter-pessoais e cívicas.

Nos exercícios propostos, a discussão/reflexão estimulada relativamente aos valores e competências desenvolvidas - *o "debriefing"* - assume-se como uma ferramenta fundamental.

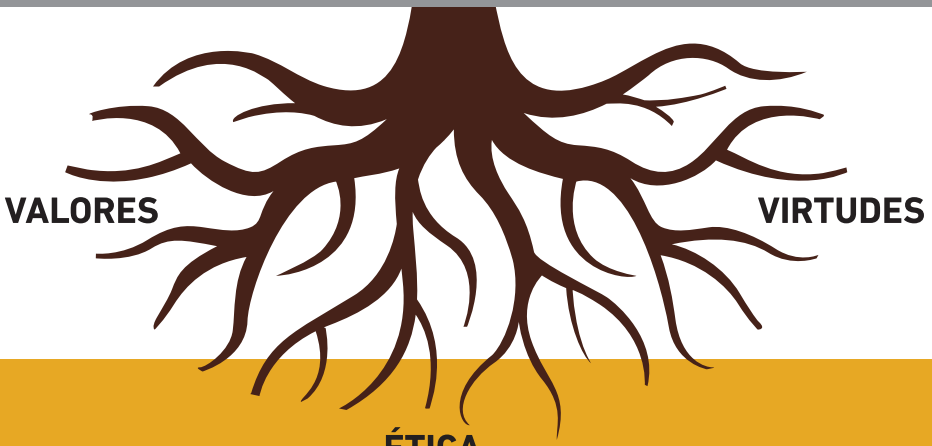
Além dos exercícios propostos, os quais elogiam a dimensão colaborativa, expressiva e inclusiva dos jogos motores (sendo por isso dirigidos para o público mais jovem, podendo também ser utilizados em momentos de intervenção mais genérica das sessões de treino desportivo), é possível estender o espírito do Módulo **LED's Play - Jogar com Ética** a qualquer outra tarefa e contexto desportivo. Neste sentido, qualquer exercício desportivo, se pedagogicamente orientado, detém potencial para ser utilizado como ferramenta da educação para os valores e ética no desporto. Assim, a riqueza inerente às diferentes situações, de treino e de competição, pode ser aprofundada pela aplicação das metodologias de Aprendizagem Experiencial promovidas por este módulo.

A ÉTICA COMO FUNDAÇÃO DO CARÁTER!

O desporto como ferramenta



HÁBITOS E COMPORTAMENTOS



Ficha Técnica

Título: Ética no Desporto - Linhas Orientadoras para Treinadores e Professores

Autoria: Bruno Avelar Rosa (fLIDH).
Coordenação: Eva Ndrio de Carvalho e Lourenço Xavier de Carvalho (fLIDH)
Revisão/Adaptação: José Lima (PNED/IPDJ) e André Carvalho (PNED/IPDJ).
Design: João Azevedo de Sousa | Sweet_Records.
Edição: Plano de Ética no Desporto da CPLP (PED/CPLP) com o apoio da Fundação Luso-Ilírio para o Desenvolvimento Humano - Universidade dos Valores (www.universidadedevalores.org)
1ª Edição / julho 2019

© Fundação Luso-Ilírio para o Desenvolvimento Humano (fLIDH)

Uma iniciativa de:

PED CPLP
Plano Ética no Desporto da CPLP

Com o apoio institucional de:

CPLP
Comunidade dos Países de Língua Portuguesa

CPLP
JUVENTUDE E DESPORTO

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

Plano Nacional de Ética no Desporto

LIDH
Fundação Luso-Ilíria para o Desenvolvimento Humano

move-te POR **VALORES!**

RESPEITO
HONESTIDADE
CORAGEM
JUSTIÇA
AJUDA
DETERMINAÇÃO
IMPARCIALIDADE
COOPERAÇÃO
VERDADE