

# UNIÃO DESPORTIVA DA SERRA

Futebol de Formação



**- REGULAMENTO INTERNO -**



## **1. IDENTIFICAÇÃO**

O Futebol de Formação da União Desportiva da Serra é uma secção inserida no Departamento de Futebol do Clube, visando ser auto-sustentável.

## **2. OBJECTIVO**

A União Desportiva da Serra pretende, para além de formar jovens Atletas possam vir a integrar, com qualidade, o escalão sénior e elevar o nível técnico dos praticantes, incentivando as crianças e jovens a praticar desporto, melhorando as suas capacidades físicas, cognitivas e motoras, estimular e incentivar o desportivismo e "fair-play" entre todos os agentes desportivos, bem como desenvolver as relações interpessoais dos jovens – entre si, com os outros, com os treinadores e com todas as pessoas relacionadas com a sociedade desportiva; criar nos jovens, o sentimento de respeito, por si próprios, pelos companheiros, pelos árbitros, dirigentes e pelos técnicos, aprendendo a ser um bom cidadão e desportista.

## **3. A QUEM SE DESTINA**

O presente regulamento aplica-se a todos os Atletas do Futebol de Formação, cinco, de sete e de onze. Apenas se poderão inscrever crianças com ou mais de 5 anos de idade.

## **4. PERÍODO DE FUNCIONAMENTO**

A Escola de Futebol funcionará entre Setembro a Junho (10 meses).

Os horários dos treinos serão definidos no início de cada época desportiva, e afixados na Secretaria, no Campo da Portela.

## **5. DIREITOS DO ATLETA FORMANDO:**

- 1) Treinar e jogar na Formação da União Desportiva da Serra.
- 2) Usar material de treino e jogo apropriado e em boas condições de utilização.
- 3) Ser respeitado pelo treinador, dirigentes e colegas.
- 4) Ser convocado e jogar dentro da disponibilidade da equipa e quando o treinador o entender.
- 5) Beneficiar de planos de treino no sentido de valorizá-lo como Atleta e Homem.

- 6) Usufruir de acompanhamento médico em caso de lesão.
- 7) Pedir para se ausentar do treino por razões de força maior.

#### **6. DEVERES DO ATLETA FORMANDO:**

- 1) Respeitar e dignificar sempre o Clube, o emblema e a História da UDS – UNIÃO DESPORTIVA DA SERRA.
- 2) Respeitar todos os colegas, dirigentes e corpo técnico, adversários e árbitros.
- 3) Avisar os responsáveis, com a maior antecedência possível, sempre que não possa comparecer aos treinos.
- 4) Fazer um lanche antes de treino com a antecipação conveniente, de modo que não interfira com a digestão. Tomar um pequeno-almoço rico e equilibrado e com a antecipação conveniente sempre que os jogos se realizam de manhã.
- 5) Comunicar ao treinador e ao Clube a sua participação em eventos desportivos de natureza escolar, com a devida antecedência.
- 6) Aguardar ordeiramente o início do treino e jogo.
- 7) Apresentar-se no local de treino mesmo se estiver lesionado. (Tendo em conta a natureza da lesão).
- 8) Chegar sempre ao local das convocatórias dez minutos antes da hora marcada.
- 9) Coadjuvar o Treinador recepção e recolha das bolas e coletes durante o período de aquecimento que antecede os jogos.
- 10) Os Atletas formandos que utilizam as carrinhas do UDS deverão comportar-se com civildade, respeito e educação, tanto com os motoristas como com os pedestres na via pública e ocupantes de outros veículos com que se cruzem, sob pena de ficarem impedidos da sua utilização.

#### **Durante o treino os Atletas formandos devem:**

- 1) Equipar a rigor, camisola ou t-shirt, calções, meias altas, caneleiras (obrigatório) e chuteiras.
- 2) Utilizar equipamento preferencialmente de cor branco/preto ou vermelho. Não é permitido o uso de equipamentos que identifiquem outros clubes. Os Atletas deverão comprar um Kit de treino junto dos responsáveis do clube.
- 3) Aprender quais as acções de jogo a desempenhar na sua posição, seguindo as orientações dos treinadores.



- 4) Estar devidamente equipados para iniciar o treino à hora marcada. Haverá uma tolerância de 10 minutos. Terminada a tolerância, o Atleta poderá ser impedido de treinar.
- 5) Colaborar na organização e recolha do material utilizado. Em cada sessão de treino será indicado um Atleta para a recolha dos coletes, bolas, cones, mecos, etc. Cada Atleta entrega o material que utilizou de forma correcta e em boas condições.
- 6) Ser assíduo, pontual e empenhado no cumprimento de todas as tarefas relativas ao processo de treino. O não cumprimento das tarefas propostas, a falta de empenho e a perturbação da sessão de treino por parte do Atleta, pode levar à expulsão da sessão de treino.

## **7. O QUE O ATLETA FORMANDO NÃO DEVE FAZER**

- 1) Utilizar material de treino sem autorização do treinador.
- 2) Suspende-se nas balizas ou outros equipamentos existentes no recinto desportivo.
- 3) Entrar em campo com calçado inapropriado.
- 4) Faltar ao treino ou ao jogo, sem justificação.
- 5) Participar em eventos desportivos alheios ao Clube, apenas nos escolares obrigatórios.
- 6) Comer, beber, mascar pastilhas elásticas, cuspir, arremessar lixo (papéis, pastilhas elásticas ou outros objectos) no recinto desportivo.
- 7) Entrar nos balneários e relvado sem autorização da equipa técnica.
- 8) Não perturbar os treinos que estão a decorrer enquanto aguarda o início do seu.
- 9) Permanecer no relvado para além da hora do treino.
- 10) Realizar acções susceptíveis de colocar em risco a sua integridade física e a dos outros Atletas.
- 11) Danificar quaisquer bens ou equipamentos.
- 12) Usar no decurso de treinos/jogos, brincos, anéis, piercings ou quaisquer outros adornos que possam por em risco a sua integridade física ou a dos colegas.
- 13) Fumar e/ou beber bebidas alcoólicas dentro e nas imediações do Complexo Desportivo da União Desportiva da Serra.

## 8. A COLABORAÇÃO DOS PAIS E/OU ENCARREGADOS DE EDUCAÇÃO

- 1) Não é permitida aos pais dos Atletas a permanência nos balneários antes e depois dos jogos.
- 2) Em caso de doença informar rapidamente o dirigente e/ou o treinador.
- 3) Informar imediatamente o dirigente e/ou treinador em caso de lesão, cuja sintomatologia se manifeste após o treino ou jogo.
- 4) Os pais devem pedir informações relativas ao processo de aprendizagem desportiva dos seus educandos, junto do corpo técnico.
- 5) Apela-se aos pais que colaborem no incentivo aos Atletas para o cumprimento destas normas orientadoras.

### PAGAMENTO DAS MENSALIDADES:

- I. Quatros cheques pré-datados.
- II. Pagamento até Janeiro, em numerário.
- III. Transferência bancária.
- IV. Primeiro mês: 25,00 € (não sócios) / 22,50 € (sócios)
- V. Restantes meses: 20,00 € (não sócios) / 18,00 € (sócios)
- VI. No caso dos treinos se iniciarem até dia 15, paga-se a mensalidade completa.
- VII. Se os treinos têm início depois de dia 15 paga-se 50% da mensalidade.
- VIII. Se um dos Encarregados de Educação for sócio do Clube beneficiará de um desconto de 10%, não acumulativo, sobre cada mensalidade.
- IX. A inscrição do Atleta só será considerada válida após o pagamento das mensalidades.
- X. Atletas com mensalidade em atraso de anos anteriores:
  - a. No momento da reinscrição terão de ser pagas as mensalidades em falta, no caso de ser mais do que uma poder-se-á estabelecer um plano de pagamentos, em concordância com a Direcção.
- XI. Os Atletas dos escalões Junior e Juvenis estão isentos do pagamento de mensalidades.

## CUSTOS

- “Kit-UDS” – 50,00 € (T-shirt treino, calção treino, camisola jogo, calção de jogo)

## EXAMES MÉDICOS

Os exames médicos serão da responsabilidade da União Desportiva da Serra, em parceria com a Clínica Clinifátima.

## DOCUMENTOS PARA A INSCRIÇÃO

- Bilhete de identidade / Cartão de Cidadão original (*apenas para Atletas não inscritos no Clube na Época passada*);
- Fotocópia do B.I. / Cartão de Cidadão do Atleta;
- Fotocópia do B.I. / Cartão de Cidadão do Encarregado de Educação;
- 2 Fotografia;
- Assinatura do Atleta e assinatura do Encarregado de Educação (Impresso próprio facultado pelo Clube);
- Exame Médico – Desportivo (facultado pelo Clube).

## 9. SEGUROS

Os Atletas apenas estarão assegurados após confirmação da sua inscrição junto da Associação de Futebol de Leiria. Até lá a responsabilidade será dos Encarregados de Educação.

De acordo com as Condições Gerais da Apólice de Acidentes Pessoais - Desporto Cultura e Recreio e das Condições Particulares do contrato, ficam cobertos os acidentes consequentes de:

- **Prática de Futebol** - *em competição, treino e estágio* - em representação ou sob o patrocínio da Federação, Associações, Clubes ou Entidades Oficiais;



· **Deslocações** em qualquer meio de transporte - excluindo apenas veículos de 2 rodas, motorizados ou não - de e para os locais onde tenham lugar as referidas actividades, desde que efectuadas em grupo em veículo da própria Federação, Associações, Clubes ou Entidades Oficiais ou a estas cedido ou alugado ou ainda em veículo automóvel de Dirigentes ou familiares de Desportistas.

Entende-se por **acidente** o acontecimento fortuito, súbito e violento, devido a causa exterior e *alheia* à vontade da Pessoa Segura, aquando da participação nas actividades acima descritas.

Ficam **sempre excluídas** das garantias do contrato as doenças ou consequência de acidentes pré-existentes à data de início do seguro, quer as mesmas se tenham ou não manifestado, tais como hérnias, tendinites e pubalgias, bem como as próteses e ortóteses, sejam elas dentárias, auditivas, oculares ou outras.

#### **PESSOAS SEGURAS, RISCOS E CAPITALIS GARANTIDOS** (Por Pessoa Segura)

Para efeito deste seguro ficam abrangidas, na qualidade de Pessoas Seguras, os Futebolistas Amadores com idades inferiores e superiores a 14 anos e demais Agentes Desportivos.

Os Riscos e Capitais Seguros para as Pessoas Seguras acima indicadas são os seguintes:

#### **Futebolistas Amadores e demais Agentes Desportivos:**

*Morte ou Invalidez Permanente*..... € 30.000,00

*Despesas de Tratamento e Repatriamento*..... € 7.500,00

*Despesas de Funeral*..... € 3.000,00

#### **Exclusões:**

- Hérnias de qualquer natureza, varizes e suas complicações, lonbagos, roturas ou distensões musculares;
- Implantação ou reparação de próteses e/ou ortóteses;
- Ataque cardíaco, salvo se for causado por traumatismo físico externo;
- SIDA;
- Perturbações ou danos, exclusivamente do foro psíquico;



- Quaisquer outras doenças, quando não se prove, por diagnóstico médico inequívoco e indiscutível, que são consequência directa do acidente.

Todos os casos omissos neste regulamento serão da responsabilidade da Formação de Futebol da União Desportiva da Serra.

Este regulamento poderá estar sujeito a alterações sempre que a Direcção assim o entenda.

Santa Catarina da Serra, 01 de Julho de 2010

**A Direcção**