



MAIA BASKET CLUBE

FORMAÇÃO

REGULAMENTO
DO ATLETA

ÉPOCA
2009/2010



MAIA, SETEMBRO 2009



OBJECTIVOS

1. O presente regulamento procura definir a situação do atleta, no sentido de lhe proporcionar o melhor enquadramento dentro do **MAIA BASKET CLUBE**.
2. A todo o Atleta e Pais/Encarregados de Educação será dado conhecimento deste regulamento, ficando a ele vinculado após a assinatura da ficha de inscrição.

ORGÂNICA DA EQUIPA

Director Desportivo

Ao director compete gerir e supervisionar a área desportiva do clube.

Seccionista

O seccionista é o responsável pelas questões administrativas da equipa. A ele compete:

- a) Coadjuvar o treinador no enquadramento do grupo e solucionar todo o tipo de questões que se levantam na efectivação de treinos, jogos, deslocações, etc.
- b) Representar a equipa junto da direcção do clube,
- c) Representar a equipa nos jogos, na falta de algum elemento dirigente do clube,
- d) Assegurar o planeamento logístico da equipa libertando o treinador para os aspectos desportivos técnico-tácticos.

Equipa Técnica

A equipa técnica é constituída por um treinador principal e um adjunto.

Ao treinador principal compete:

- a) Orientar a equipa no plano desportivo.
- b) Reportar ao director desportivo as situações técnicas vividas no grupo.
- c) Coordenar com o seccionista a gestão da equipa.

Ao treinador adjunto:

- a) Coadjuvar o treinador principal.

Capitão da equipa

Ao capitão da equipa compete:

- a) Ser o elo de ligação entre o Treinador e a equipa e entre o Seccionista e/ou Direcção e o grupo.
- b) Ser responsável pela equipa perante o treinador e o seccionista.

Atletas

Aos atletas compete:

- a) Dignificar o clube e a modalidade, tanto no plano desportivo, como social.
- b) Cumprir o presente regulamento.



- c) Mostrar espírito desportivo, isto é, antes de tudo o mais, respeitar escrupulosamente os regulamentos, nunca procurando cometer deliberadamente qualquer infracção.

CONSIDERAÇÕES GERAIS

Todos os que façam parte do **MAIA BASKET**, em qualquer situação, devem estar conscientes que representam o seu nome e a sua imagem e que o facto de pertencer às suas equipas é uma honra e um privilégio.

O **MAIA BASKET** assume a responsabilidade de participar com todas as suas equipas nas competições oficiais. Em troca exigirá aos seus atletas e representantes que participem nas mesmas com o compromisso de cumprir com o máximo de interesse e dedicação as indicações dos seus treinadores e as normas do **MAIA BASKET**.

Em consequência, cada atleta do **MAIA BASKET** dará o seu melhor de acordo com as suas condições, no interesse e com uma atitude positiva. Entende-se que está nas nossas equipas porque gosta verdadeiramente de aprender, melhorar e jogar basquetebol a sério.

Só as questões verdadeiramente familiares e as escolares podem estar acima das relacionadas com a dedicação à sua equipa. Assim, espera-se de cada um o máximo de interesse e concentração para melhorar quer individualmente, quer a equipa e o **MAIA BASKET**, sem descuidar a família e os estudos.

O **MAIA BASKET** solicitará a autorização e a colaboração dos pais e tutores dos atletas para procurar a sua melhor formação humana e desportiva de forma coordenada.

Reserva-se o **MAIA BASKET** o direito de prescindir em qualquer momento do atleta que não cumpra as directrizes de trabalho e de dedicação ou as normas de organização e disciplina que se estabeleçam.

Os treinadores devem procurar aproveitar ao máximo o que cada jogador pode oferecer à sua equipa e ao **MAIA BASKET** procurando que cada um seja o melhor que a sua capacidade possibilite, fazendo com que a experiência seja para ele o mais proveitosa possível como atleta e como pessoa.

As relações dos atletas com o **MAIA BASKET** (técnicas, disciplinares, etc) devem ser feitas através do treinador e seccionista, evitando-se assim intermediários e confusões, ajudando a uniformizar critérios.

Só em casos excepcionais e com o prévio conhecimento do treinador e seccionista, se tratam de assuntos referentes ao atleta, sua equipa e **MAIA BASKET**, com alguém que não sejam os treinador e seccionista.

DOS ATLETAS

Logo que um atleta tenha sido seleccionado para fazer parte de uma equipa, deverá assistir a todas as actividades da mesma, mesmo que por qualquer razão, não possa treinar e jogar (só com o acordo do treinador e ou médico do **MAIA BASKET**).



- A pontualidade é a melhor forma de começar qualquer trabalho. Chegar tarde é uma falta grave de respeito para com todos os membros da equipa e uma clara indicação de desinteresse e de pouca seriedade e fiabilidade.
- Quando um atleta chega a qualquer local de actividade da equipa deve cumprimentar o treinador seccionista e seus companheiros.
- Em caso de atraso, deve dirigir-se ao treinador, justificar o atraso e esperar indicações para se poder integrar na actividade.
- Nunca se pode abandonar uma actividade sem autorização prévia do treinador. Deve sempre saber quando é a próxima actividade e despedir-se dos companheiros e principalmente do treinador.

Em cada equipa deverá haver uma lista de telefones de todos os elementos do grupo, para que se possa contactar quando há alterações de planos. Cada treinador e seccionista deverão estabelecer na sua equipa uma ordem para transmissão de indicações entre os jogadores.

Todo o material que se ponha á disposição dos atletas é propriedade do **MAIA BASKET** e estes devem usá-lo de acordo com as indicações, devem ainda cuidar do mesmo e devolvê-lo quando solicitado.

É imprescindível ter o bilhete de identidade actualizado para participar nas competições.

NOS TREINOS

- Um atleta que vai faltar a um treino, deve avisar antecipadamente. Na próxima actividade o atleta em questão deverá dirigir-se ao treinador e justificar a sua falta.
- Os treinos não servem para repetir de forma rotineira os exercícios para passar o tempo. Pretende-se que se melhore todos os dias os fundamentos do jogo. É imprescindível portanto que se tenha muita concentração e empenho e que se entenda porquê e para que é cada aspecto do treino.
- Durante o treino, não se pode entrar e sair sem autorização, nem se pode falar com estranhos, mesmo que pertença ao **MAIA BASKET**.
- Não se pode beber água nem sentar-se durante um treino sem autorização do treinador.
- Quando o treinador está a falar devem escutar com atenção, olhando para os seus olhos, sem falar e sem mexer a bola.
- Todos devem reagir rapidamente e correr (não andar) cada vez que o treinador chame a equipa ou indique novas posições para um exercício.
- As bolas que não sejam usadas devem estar no mesmo local. No fim do treino as bolas devem ser arrumadas pelos atletas.
- Sempre que haja distribuição de equipamentos para utilização nos treinos (exemplo: camisolas e calções, etc.), os mesmos são de utilização obrigatória.



- Os atletas devem cuidar do estado do seu calçado e, durante os treinos, devem ter os atacadores bem atados.
- Nos treinos devem comparecer com roupa adequada e limpa.
- Depois dos treinos os atletas devem tomar banho e trocar de roupa.

NOS JOGOS

- a) Todas as deslocações para jogos distritais e torneios serão da responsabilidade da própria equipa.
- b) As convocatórias serão informadas aos atletas pelo treinador, sendo a concentração para o jogo 01h15m antes do início do mesmo.
- c) Será obrigatório para todos vestir exclusivamente o equipamento de jogo proporcionado pelo **MAIA BASKET**, sem bermudas de licra nem camisolas por baixo.
- d) O equipamento oficial do **MAIA BASKET** é da responsabilidade de cada atleta.
- e) A camisola deve estar sempre por dentro dos calções.
- f) Tanto os atletas como os treinadores e demais elementos da equipa devem cuidar da sua imagem pessoal, assistindo aos jogos bem vestidos e asseados.
- g) Ao terminar os jogos, os atletas devem tomar banho.
- h) Não se podem usar joalheiras, cotoveleiras e outro material do género sem autorização prévia da equipa técnica e médica.
- i) Não se pode jogar com qualquer tipo de jóias, pulseiras, fios, relógios, brincos, etc.
- j) Todos os atletas devem entrar no campo de jogos juntos e devem abandoná-lo juntos.
- k) O aquecimento é feito por todos os atletas ao mesmo tempo e todos devem participar nos exercícios indicados pela equipa técnica.
- l) Não será permitido em caso algum aos atletas uma má contestação, um mau gesto ou qualquer desplane a um treinador, ao árbitro ou a um companheiro.
- m) Os atletas no banco durante os jogos deverão manter a correcção e prestar atenção e interesse pelo jogo dos seus companheiros, sendo estritamente proibido dirigir-se aos árbitros ou ao público.
- n) Desde que se entre dentro do campo para iniciar o aquecimento até sair do balneário depois do jogo, não se podem manter conversações com pessoas estranhas á equipa. Em caso de familiares, amigos ou conhecidos, os cumprimentos devem ser feitos com educação mas breves, reservando para o final da partida qualquer conversa.
- o) O uso de telemóveis é expressamente proibido a partir da entrada no balneário e até ao abandono do mesmo, após o jogo.
- p) Nos jogos em casa devem os atletas colaborar nas tarefas de arrumação de materiais e equipamento.

NAS VIAGENS



- Durante a viagem todos devem ter o cuidado de ir vestidos com roupa decente, isto é sem bermudas e chinelos de praia. Se o **MAIA BASKET** tiver roupa de viagem, o seu uso será obrigatório.
- Salvo casos pontuais e expressamente previstos, todos devem viajar juntos, devendo os atletas reunir-se na hora e local definidos e nunca deixar o grupo sem uma autorização expressa.
- As refeições serão feitas em equipa, entrando e saindo juntos da mesa, começando a comer todos ao mesmo tempo e sem ninguém se levantar sem autorização. Não se pode utilizar gorros ou bonés, aparelhos de som, nem óculos de sol durante a refeição.
- Não se podem utilizar telefones nas reuniões da equipa e durante as refeições.
- Em qualquer situação, e especialmente nas viagens, os atletas deverão cuidar da sua imagem e seu asseio pessoal.

NAS CONCENTRAÇÕES

1. Em cada caso concreto a equipa técnica definirá os horários de trabalho, de recreio e de descanso que devem ser respeitados escrupulosamente com pontualidade.
2. A distribuição dos quartos será da responsabilidade da equipa técnica.
3. Ninguém pode abandonar o local da concentração sem prévia autorização da equipa técnica.
4. Em caso algum será permitido aos atletas o consumo de álcool durante todo o período de tempo que dure a concentração, incluindo os momentos de descanso e de passeio.

Os familiares e acompanhantes dos jogadores concentrados deverão colaborar no cumprimento das normas da equipa recomendando-se que utilizem, sempre que possível, um alojamento diferente do da equipa.

PAGAMENTOS

(QUOTAS)

No momento da inscrição deverá ser feito o pagamento da mesma e da quota mensal referente ao mês de Setembro:

Minis (Sub 8, Sub 10 e Sub 12)

- Inscrição - 30,00 € (inclui exame médico em Setembro)
- Quota mensal (Setembro a Junho) - 25,00 €
- Quota mensal (Setembro a Junho) - 22,50 € (se familiar sócio)
- Pagamento único (+ de 6 mensalidades) - 10% desconto



Iniciados a Juniores B (Sub 14 e Sub 18B)

- Inscrição - 30,00 € (inclui exame médico em Setembro)
- Quota mensal (Setembro a Junho) - 30,00 €
- Quota mensal (Setembro a Junho) - 27,00 € (se familiar sócio)
- Pagamento único (+ de 6 mensalidades) - 10% desconto

Para aceder às regalias de sócio basta para tal, que um dos tutores ou encarregados de educação se tornem sócios do **Maia Basket** (consultar regulamento)

- Em cada irmão que pretenda inscrever-se haverá lugar a um desconto de 10% - calculado sobre o valor da quota mensal base - caso assim o entenda.
- O valor da quota mensal deverá ser liquidado até ao dia 10 de cada mês. No caso de o dia 10 coincidir com Sábado, Domingo ou Feriado, o prazo limite passa para o primeiro treino da semana seguinte.
- **O não pagamento da quota dentro do prazo estabelecido implica o acréscimo de uma multa de 5,00 €.**
- **Os atrasos não poderão exceder 2 mensalidades, ao fim das quais a direcção irá decidir a forma de penalização.**
- **Atletas com quotas em atraso da época anterior não serão inscritos.**
- No caso de um atleta, por opção técnica, subir de escalão, continuará a pagar a quota correspondente ao escalão anterior.
- Todo e qualquer caso de manifesta impossibilidade financeira para liquidar os pagamentos acima referidos deverá ser apresentado e devidamente fundamentado, cabendo à Direcção, em reunião, aprovar ou não a isenção de pagamento.
- O responsável pela cobrança das quotas será o seccionista de cada equipa.
- A época desportiva prolonga-se até ao mês de Julho, inclusive.

DOS SECCIONISTAS

Os seccionistas do **MAIA BASKET** Clube são os primeiros responsáveis das equipas, cabendo-lhes a sua representação junto da direcção do clube, nomeadamente;

- Reivindicação de soluções junto da direcção para os problemas da equipa,
- Representação da equipa, na ausência de um director, quando e onde esta participar em nome do clube,
- Articular com o treinador acerca das necessidades da equipa,
- Coordenar os trabalhos de logística necessários ao bom desempenho da equipa, nomeadamente a providência de transportes para as deslocações, tratamento dos equipamentos da equipa, etc,



- A aplicação das regras de desenvolvimento e funcionamento do projecto e todas as questões que lhe estão inerentes, não é do livre arbítrio de cada um mas resultará da coordenação promovida pela Direcção do clube.

DOS TREINADORES

Os treinadores do **MAIA BASKET** Clube são os exclusivos responsáveis por todos os assuntos referentes às vertentes técnicas e desportivas de cada equipa.

Compete ainda a cada treinador participar nas acções do **MAIA BASKET**, de acordo com o modelo definido.

Nas acções de divulgação, nos campos de férias e nos outros actos de promoção do projecto e de angariação de meios, compete aos treinadores colaborar e assumir a parte de responsabilidades inerente á sua equipa.

A aplicação das regras de desenvolvimento e funcionamento do projecto e todas as questões que lhe estão inerentes, não é do livre arbítrio de cada um mas resultará da coordenação promovida pela Direcção Técnica e Direcção Desportiva.

DOS ENCARREGADOS DE EDUCAÇÃO

O basquetebol joga-se, presentemente, em mais de 200 países em todo o Mundo. Milhões de jovens sentem o prazer do jogo que realizam semanalmente.

Formar e dirigir jovens é cada vez mais uma grande responsabilidade. Há cada vez mais jovens interessados em praticar desporto. A nós compete-nos, enquanto responsáveis pela sua formação global, a sua orientação.

Dos Pais e Encarregados de Educação espera-se que:

- Colaborem no arranjar e coordenar dos transportes necessários para a sua equipa;
- Garantam apoio logístico a treinos e jogos;
- Garantam os apoios financeiros e outros necessários para o normal desenvolvimento da actividade da sua equipa, nomeadamente através do atempado pagamento das quotizações;
- Apoiem e sugiram a realização de eventos e outras iniciativas;
- Se comportem sempre no sentido de dignificar o **MAIA BASKET CLUBE**.






A Direcção do **MAIA BASKET CLUBE**



LISTA DE ARTIGOS DESPORTIVOS DISPONÍVEIS

E

PREÇOS

Foto	Artigo Descrição	Preços	
		Sócio	Não Sócio
	Equipamento de jogo	37,50€	45,00€
	Fato de treino - jogador	37,50€	45,00€
	T-shirt / sweat-shirt	10,00€	15,00€
	Saco desportivo	20,00€	25,00€
	Saco camiseiro	25,00€	30,00€
	Kispo	40,00€	50,00€

- O equipamento de jogo é cedido pelo clube para cada escalão.
- No caso dos atletas MINIS poderão adquirir o seu próprio equipamento que pode ser personalizável, mas sempre de acordo com o modelo, e com os limites definidos pelo clube (nomeadamente o nº e design das personalizações).
- Todos os outros artigos poderão ser adquiridos pelo próprio atleta.
- A compra de equipamentos não é obrigatória mas, é um objectivo que cada atleta possua o seu próprio fato de treino.
- A aquisição de artigos ao preço de sócio deve ser limitada ao número de peças suficientes para a sua própria utilização.

A Direcção do **MAIA BASKET CLUB**