REGULAMENTO INTERNO

ESCOLA DE TRIATLO
BEAT YOUR LIMIT!

VERSÃO DE 12 DE JANEIRO DE 2019

CAPÍTULO I

O Regulamento Interno da Escola de Triatlo

ARTIGO 1º - O presente Regulamento Interno terá execução na Escola de Triatlo da Associação Beat Your Limit!, o qual será uma extensão ao Regulamento Interno Geral da Associação Beat Your Limit!.

Este regulamento aplica-se a todos os elementos da Escola a partir do momento que esta inicia as suas atividades, e a partir do momento que todos os seus intervenientes iniciam as suas funções.

CAPITULO II

Objectivos

ARTIGO 2º - São objectivos da Escola de Triatlo:

1. Implementação de principios desportivos com base em atitudes de fair-play, cultura desportiva e aliar rendimento escolar com desporto;
2. Criação hábitos de vida saudáveis;
3. Diversidade de atividades desportivas evitando somente o ensino do triatlo;
4. Priorizar as capacidades coordenativas sobre as capacidades condicionais;
5. Respeitar etapas de crescimento dos jovens e adequar carateristicas do treino em função da sua idade biológica.

CAPÍTULO III

Símbolos da Associação

ARTIGO 3º - São símbolos da Escola de Triatlo o emblema e bandeira da Associação Beat Your Limit!. A Direção da Associação mandará executar os símbolos referidos e assegurará a sua propriedade e uso.

CAPÍTULO IV

Regime de Funcionamento da Escola

ARTIGO 4º - A programação da época desportiva :

1 - A Escola de Triatlo Beat Your Limit! inicia a sua atividade (treinos) a meados de setembro, terminando em finais de junho.

2 - Nas interrupções escolares pelo Natal, Carnaval e Páscoa a Escola de Triatlo dará continuidade ao seu trabalho, no entanto estará encerrada em dias posteriormente definidos. Sendo todos os seus elementos informados.

3 - Realizar-se-ão 3 (três) treinos semanais com a duração aproximada de 90 minutos.

ARTIGO 5º - Treinos :

1 - Se por razões de força maior, o(s) professor(es) / treinador(es) se virem impossibilitados de comparecer no treino à hora definida, a escola providenciará uma substituição do professor / treinador em questão.

2 - Qualquer atraso do praticante deverá ser sempre justificado ao seu professor / treinador.

3 - Qualquer atraso / falta do professor / treinador deverá ser sempre justificado e informado ao Diretor Técnico, e informado ao secretário da escola e ao professor / treinador com que faz equipa técnica.

CAPÍTULO V

Elementos da Escola

ARTIGO 6º - São destinatários :
A Escola de Triatlo Beat Your Limit! destina-se a todos os jovens do sexo masculino e feminino com idades compreendidas entre os 6 e os 16 anos.

ARTIGO 7º - São equipa técnica :

- Um diretor técnico técnico que poderá ou não acumular a função de Professor / Treinador
- Dois Professores/Treinadores que estarão presentes nos treinos e competições

ARTIGO 8º - A quota dos elementos da escola são as seguintes :

- Sócio atleta criança : 30€ mensais e uma jóia de inscrição anual de 10€.
- Sócio atleta criança familiar : 20€ mensais e uma joia de inscrição anual de 10€

O sócio atleta criança familiar inclui os sócios atleta criançaé destinado aos sócios atleta criança que têm um familiar direto com o estatuto de sócio atleta criança.

ARTIGO 9º - O pagamento da joia mensal incui os exames médicos, federação dos atletas e participação nas provas do campeonato regional de triatlo jovem.

CAPÍTULO VI

Direitos e Deveres dos Elementos

ARTIGO 10º - Todos os elementos da Escola devem:

1 – Promover entre si um bom convívio, de modo a que na escola se viva um clima de harmonia e sã camaradagem.
2 - Colaborar ativa e empenhadamente para que a ação educativa e formativa seja de todos.
3 - Ser assíduos e pontuais no cumprimento dos horários.
4 - Zelar pela conservação do material de treino, das instalações de treino, bem como de todo o que é propriedade da escola e, portanto, do interesse comum.
5 - Respeitar as regras de higiene quando permanecerem ou circularem nos espaços desportivos.
6 - Adotar atitudes e comportamentos dignos dentro do recinto desportivo.
7 - Proceder com correção para com todos os elementos da escola.
8 - Cumprir e zelar pelo cumprimento do regulamento interno.

ARTIGO 11º - São direitos dos elementos da escola:

1 - Usufruir de um ambiente proporcionado pelo Professor / Treinador que permita condições ótimas para o seu desenvolvimento físico, técnico, tático, psicológico, intelectual, moral, cultural e cívico, como também para a formação da sua personalidade.
2 - Usufruir de um ensino e de um treino de qualidade de forma a proporcionar a realização de aprendizagens bem sucedidas
3 - Ver reconhecido e valorizado o mérito, a dedicação, o esforço no treino e no desempenho escolar (notas) e ser estimulado nesse sentido.

4 - Ser assistido de forma pronta e adequada em caso de lesão manifestada no decorrer dos treinos. Tratado com respeito e correção por qualquer elemento da escola.

5 - Ver salvaguardada a sua segurança na escola e respeitada a sua integridade.

ARTIGO 12º - São deveres dos elementos da escola:

1 - Ser assíduo e pontual. Em relação à assiduidade, existirá um mapa de presenças aos treinos que será fundamental para possíveis escolhas dos praticantes em outras atividades da escola.

2 - Seguir as orientações do Professor / Treinador relativas ao seu processo de treino (ensino – aprendizagem).

3 - Tratar com respeito e correção qualquer elemento da escola.

4 - Ser leal para com o seu Professor / Treinador e colegas.

5 - Respeitar as instruções do Professor / Treinador e outros elementos da escola.

6 - Respeitar as decisões e atitudes dos árbitros, adversários e de qualquer outro elemento presente no treino e/ou prova.

7 - Contribuir para a harmonia da convivência no seio da escola.

8 - Respeitar a integridade física e moral de todos os elementos da escola.

9 - Zelar pela preservação, conservação e asseio das instalações bem como do material de treino fazendo uso correto dos mesmos.

10 - Respeitar a propriedade dos bens de todos os elementos da escola.

11 – Realizar o pagamento da quota mensal até ao dia 8 do mês em curso.

12 - Conhecer o regulamento interno e cumpri-lo integralmente.

13 - Fazer-se acompanhar sempre do seguinte material:

- Fato de treino
- Fato de ciclismo, capacete, bicicleta, meias e calçado adequado (se treino de ciclismo)
- Calções, camisola, meias e calçado adequado (se treino de atletismo)
- Touca, calções, chinelos e óculos de natação (se treino de natação)
- Uma peça de vestuário mais quente para vestir logo a seguir ao treino (blusão/camisola,etc.)

14 - Respeitar os prazos estipulados pela escola para efetuar a inscrição e pagamento da mensalidade.

ARTIGO 13º - São normas de conduta dos participantes:

1 - Respeitar Treinadores, Colegas, Adversários e Árbitros.

2 - Ser pontual e assíduo.

3 - Trazer sempre o equipamento desportivo essencial para o treino.

4 - Participar e competir, de acordo com as regras e o espírito da competição.

5 - Cooperar e colaborar com os Treinadores e Colegas em todos os exercícios, treinos e provas.

6 - Ter sempre uma atitude positiva e encorajar os colegas para fazerem o mesmo.

ARTIGO 14º - São normas de conduta dos treinadores / professores:

1 - Respeitar todos os Praticantes e Pais.

2 - Planear e orientar todas as sessões de treino de acordo com os objetivos previamente definidos.

3 - Ensinar os conteúdos através de atividades seguras e adequadas às necessidades e características dos praticantes.

4 - Valorizar fundamentalmente o esforço e o progresso na aprendizagem.

5 - Ensinar e desenvolver nos praticantes as regras de triatlo, espírito de fair-play e comportamento desportivo apropriado.

6 - Proporcionar às crianças a alegria e o prazer do triatlo, promovendo o gosto e o hábito pela prática desportiva.

7 - Garantir que os praticantes se divirtam e se desenvolvam enquanto triatletas e pessoas.

8 - Não utilizar e não permitir que seja utilizada linguagem abusiva.

ARTIGO 15º - São normas de conduta dos pais:

1 - Seja o principal fã do seu filho.

2 - Respeite os Treinadores, os outros Pais e todos os Praticantes.

3 - Após os treinos, fale com o seu filho sobre os aspetos positivos e negativos da sua prestação, enfatizado os positivos.

4 - Ajude o seu filho a centrar-se na prestação e não no resultado.

5 - Não entre na zona de treino durante a sessão de trabalho.

6 - Apoie o seu filho, mas não lhe dê indicações (deixe isso a cargo dos Treinadores).

7 - Não esqueça que as provas são para as crianças e não para a glória dos Pais.

ARTIGO 16º - Disciplina :

A violação pelo praticante de alguns deveres e normas de conduta previstos no regulamento interno em termos que se revelem perturbadores do funcionamento normal da escola (treinos/provas), constitui infração disciplinar a qual pode levar à aplicação de medidas disciplinares (advertência, ordem de saída do treino/prova, repreensão e suspensão da Escola de Triatlo Beat Your Limit!). Sendo que, neste caso, não haverá direito ao retorno da mensalidade do mês da ocorrência. A violação pelos pais de algumas das normas de conduta previstos no regulamento interno em termos que se revelem perturbadores do funcionamento da escola (treinos / provas), constitui infração às normas pelo que o professor / treinador e o diretor técnico devem dialogar com os pais nos sentido de haver respeito e cumprimento pelas normas de conduta.

CAPÍTULO VII

Regime de Faltas

É através de uma prática desportiva regular e sistemática que o praticante pode elevar a sua qualidade e melhorar num processo adequado de formação desportiva, provocando, assim, desenvolvimento nos domínios motor, cognitivo e sócio-afetivo. Para que isso aconteça, é necessário e indispensável que o praticante seja responsável e assíduo. Assim sendo, a escola estabelecerá um limite de quatro faltas por mês. O praticante, ultrapassando esse limite sem justificação, poderá ser excluído da escola, sendo a sua vaga ocupada por um praticante em lista de espera.

CAPITULO VIII

Reuniões e contatos com os país/encaregados de educação

No início de cada época desportiva haverá uma reunião entre o diretor técnico, os professores / treinadores e os pais dos praticantes com o intuito de abordar a época desportiva, estabelecer e planear todo o trabalho futuro.

No final do período o treinador principal realizará uma ficha de informação (ficha de avaliação) de cada praticante, sendo um meio de fornecer informações aos praticantes e aos respetivos pais sobre o comportamento e o aproveitamento do praticante na escola.

O contato com os encarregados de educação é de vital importância para facilitar o trabalho do professor/treinador na formação do jovem triatleta. Assim, sempre que os pais quiserem obter informações dos seus filhos, podem fazê-lo com o respetivo Professor / Treinador ou ainda com o Diretor Técnico.

Poderão estabelecer-se reuniões periódicas a nível geral/grupo, como também a nível individual. Ficará ao critério de cada professor/treinador o estabelecimento das datas propícias a essas mesmas reuniões e as suas formas de contacto (pessoal, telefone, carta, e-mail).

CAPITULO IX

Segurança na Escola

Todos os atletas estarão seguros pelo seguro desportivo da Federação de Triatlo de Portugal.

O seguro desportivo traduz-se num mecanismo de proteção económico-financeira destinada a cobrir alguns riscos inerentes aos danos resultantes do acidente/lesão desportiva.

CAPITULO X

Informações

- Os alunos não devem levar para os treinos/jogos, objetos de valor. Tudo o que for perdido ou estragado será da inteira responsabilidade dos pais/praticantes.
- Em caso de lesão (acidente) a escola contacta a família e se for necessário por impossibilidade dos pais, levará o praticante para o local mais adequado (hospital, consultório médico/massagista).

CAPITULO XI

Casos Omissos

A Escola de Triatlo da Associação Beat Your Limit! reserva-se ao direito de decidir os casos omissos, após auscultação dos intervenientes e com o bom senso adequado.