



Resumo da candidatura à certificação “Bandeira da Ética”

Judo Clube de Portimão



Fundado em 1988, o Judo Clube de Portimão é uma Instituição de Utilidade Pública com orgulho no seu trabalho que vai muito além da componente desportiva - abrangendo a formação pessoal, cívica e social – tendo-lhe sido atribuído recentemente, o Título de Mérito Municipal e o Diploma Municipal para a Igualdade de Género no Desporto. Com o slogan “Aceita o Desafio” (ver cartaz anexo) pretendemos inculcar valores de superação, de descoberta do desconhecido, de coragem e afrontamento dos medos pela prática desportiva, neste caso o Judo. O Judo é um Desporto Olímpico fantástico que tem a capacidade de fazer sobressair o que há de melhor em cada um de nós, e no Judo Clube de Portimão, trabalhamos todos os dias para manter vivos e transmitir em cada aula, os Valores Morais deste desporto secular. Com uma consciência de Responsabilidade Social, o Judo Clube de Portimão, em parceria com a Junta de Freguesia de Portimão, criou em 2013 o projecto “InteraJudo – Judo integrado para todos” (ver link anexo), que representa um esforço e dedicação na integração e socialização dos mais desfavorecidos, tendo como base os valores do Judo, tornando a modalidade, acessível a todos. O Judo, sendo uma modalidade de origem japonesa, encerra em si um conjunto de práticas e valores nem um pouco diferentes dos ocidentais. Este facto torna as aulas de Judo um momento especial e diferenciador das outras atividades realizadas pelos alunos. Desde a saudação, à indumentária, às posturas e rituais associados faz com que a aula de Judo seja algo de único. Aquando da inscrição no Clube é fornecido um Documento de Acolhimento (ver anexo) onde é explicada a modalidade, as regras e código de etiqueta (antes de entrar e durante as aulas) para alunos e espectadores. São ainda inculcadas as regras de higiene pessoal bem como dicas para manutenção do equipamento. Está ainda patente no Dojo um cartaz alusivo ao Código Moral do Judo, um guia ilustrado das boas práticas desportiva, conforme documento anexo. Anualmente o Judo Clube de Portimão lança uma nova t-shirt de desenho original tendo em 2014 criado a Jiguevara com o mote de “Inicia a revolução do Judo com esta t-shirt em algodão na cor vermelha destacando os Valores Morais do Judo”; e em 2017 de acordo com o tema proposto pela Internatiol Judo Federation para o “World Judo Day”, a Jigobama destacando o valor da Coragem. Estas t-shirts são usadas pelos atletas e familiares nos torneios. O Judo Clube de Portimão está empenhado em promover o Judo em todas as suas dimensões, transformando cada um dos seus alunos em melhores atletas, melhores judocas e – finalmente – em pessoas mais completas. O nosso método distancia-se da filosofia “ganhar/perder” focando-se em inculcar uma ética de “fair-play”, treino dedicado, uma atitude positiva, e um gosto pelo Judo. As aulas incluem uma parte técnica, treinos físicos e jogos. A prática dos exercícios inicia-se e finaliza-se, sempre com uma saudação “Zarei” – tradicional japonesa. Este é o momento em que os alunos agradecem aos colegas a oportunidade de aprenderem um com o outro, inculcando-se o espírito de gratidão e da necessidade da presença do outro para evoluírem. Este momento é também uma forma de auto-controlo pois independentemente do que aconteceu durante a

aula/exercício, o aluno terá sempre de saudar o parceiro. São ainda realizados frequentemente exercícios de concentração, meditação e relaxamento, na forma jogada. Internamente para além do controlo diário em treino dos atletas, existe um órgão específico para a regulação da ética desportiva, o Conselho Disciplinar (ver regulamento anexo). Apesar da existência desse órgão mais formal, e devido à escala e dinâmica de proximidade do Clube, os incidentes são normalmente relatados e resolvidos no momento em negociação e entendimento com os envolvidos, Direcção, Treinadores e Encarregados de Educação. Anualmente o Judo Clube de Portimão realiza uma cerimónia de encerramento da época desportiva, os Cintos de Ouro. Estes são prémios atribuídos anualmente como forma de reconhecimento da excelência dos seus atletas em diferentes categorias, premiando não só a vertente desportiva, mas também valores éticos como a amizade, a coragem, a dedicação e o respeito; essenciais para a formação dos nossos jovens judocas.