Escola Secundária de Bocage

Ano lectivo 2009/10



***Ética desportiva***

Trabalho realizado por :

Ana Filipa nº1

Ana Fonseca nº2

Catarina Cerejo nº3

*Índice*

Introdução............................................................................pág.1

Desporto , qual a sua definição ?........................................... pág.2

Ética.....................................................................................pág.3

Espírito desportivo…………………………………………………………....pág. 4

Fair play..............................................................................pág. 5

Problemas no desporto e consequências................................pág. 6

Opinião do grupo acerca do tema..........................................pág. 8

Conclusão............................................................................pág. 9

Bibliografia.........................................................................pág. 10

*Introdução*

Neste trabalho, iremos abordar e estudar de forma um pouco mais aprofundada do que o habitual, vários temas relacionados com o desporto, tais como a ética desportiva, o espírito desportivo, o fair play e alguns problemas que surgem na prática desportiva como consequência da elevada competitividade que se pode criar.

Antes de mais, falaremos um pouco da própria definição de desporto, para ficarmos com uma noção mais ampla sobre o seu significado, em comparação com o que costumamos pensar acerca disto.

No final, cada elemento do grupo irá expor a sua opinião acerca deste tema, que é a importância da ética na prática do desporto.

*Desporto, qual a sua definição?*

**Desporto é** uma [actividade física](http://pt.wikipedia.org/wiki/Atividade_f%C3%ADsica) ou mental, por exemplo o xadrez, sujeita a determinados [regulamentos](http://pt.wikipedia.org/wiki/Regulamentos). Para ser desporto tem de haver envolvimento de habilidades e [capacidades](http://pt.wikipedia.org/wiki/Capacidade) motoras, [regras](http://pt.wikipedia.org/wiki/Regras) instituídas por uma federação e competitividade. Nalgumas modalidades é mais importante a [destreza](http://pt.wikipedia.org/wiki/Destreza) e a [concentração](http://pt.wikipedia.org/wiki/Concentra%C3%A7%C3%A3o) do que o exercício físico. Para além da competição, o desporto também diverte, é uma forma de entretenimento e constitui uma forma metódica e intensa de um jogo que tende à perfeição e à coordenação do esforço [muscular](http://pt.wikipedia.org/wiki/M%C3%BAsculo) para uma melhor postura física e espiritual do ser humano. As modalidades desportivas podem ser colectivas, duplas ou individuais, com ou sem adversário.

Também podemos definir desporto como um fenómeno sociocultural, que envolve a prática voluntária de actividade predominantemente física competitiva com finalidade recreativa ou profissional, ou predominantemente física não competitiva com finalidade de [lazer](http://pt.wikipedia.org/wiki/Lazer), contribuindo para a formação, desenvolvimento e/ou de um benefício físico, intelectual e psíquico de seus praticantes e espectadores. Além de ser uma forma de criar uma identidade desportiva para um [inclusão social](http://pt.wikipedia.org/wiki/Inclus%C3%A3o_social).

A actividade desportiva pode ser aplicada ainda na promoção da saúde no âmbito educacional, através da aplicação de conhecimentos especializados a complementar interesses voluntários de uma comunidade não especializada.

*Ética*

Do grego “ethiké” ou do latim “ethica” (ciência relativa aos costumes), ética é o domínio da filosofia que tem por objectivo o juízo de apreciação que distingue o bem e o mal, o comportamento correcto e o incorrecto. Os princípios éticos constituem-se enquanto directrizes, pelas quais o homem rege o seu comportamento, tendo em vista uma filosofia moral dignificante.

Os códigos de ética são dificilmente separáveis da deontologia profissional, pelo que não é pouco frequente os termos ética e deontologia serem utilizados indiferentemente.

A ética desportiva é a aplicação desta distinção entre o bem e o mal a qualquer prática desportiva, de modo a jogar sempre de forma justa e respeitando todos os colegas.

*Espírito desportivo*

Espírito desportivo é, em primeiro lugar e acima de tudo, observar estritamente todas as regras. É procurar nunca cometer deliberadamente uma falta.

Ter espírito desportivo é respeitar o árbitro. A presença a do árbitro ou do júri revela-se essencial de todas as competições. O árbitro tem um papel difícil a desempenhar. Ele merece inteiramente o respeito de todos, aceitar todas as decisões do árbitro sem pôr em causa a sua integridade, reconhecer com dignidade a superioridade do adversário na derrota, aceitar a vitória com modéstia e sem ridicularizar o seu adversário, saber reconhecer a boa actuação e os bons desempenhos do seu adversário, querer competir na igualdade com um oponente. É contar apenas com o seu talento e habilidade para tentar obter a vitória, recusar ganhar através de meios ilegais e violentos, espírito desportivo é manter a dignidade em todas as circunstâncias. É demonstrar que temos domínio sobre nós mesmos. É recusar que a violência física ou verbal tome  
conta de nós.

*Fair Play*

O Fair Play significa muito mais do que o simples respeitar das regras; engloba as noções de amizade, de respeito pelo outro, e do espírito desportivo, representa um modo de pensar, e não simplesmente um comportamento. O conceito abrange a problemática da luta contra a batota, a arte de usar a astúcia dentro do respeito das regras, o doping, a violência (tanto física como verbal), a desigualdade de oportunidades, a comercialização excessiva e a corrupção.

O fair play é um conceito positivo. O Código considera o desporto como uma actividade sociocultural que enriquece a sociedade e a amizade entre as nações, desde que seja praticado lealmente. O desporto é também considerado como uma actividade que, se for exercida de maneira leal, permite ao indivíduo conhecer-se melhor, exprimir-se e realizar-se; desenvolver-se plenamente, adquirir uma arte e demonstrar as suas capacidades; o desporto permite uma interacção social, é fonte de prazer e proporciona bem-estar e saúde. O desporto, com o seu vasto leque de clubes e de voluntários, oferece a ocasião de envolver-se e de tomar responsabilidades na sociedade. Além disso, o envolvimento responsável em certas actividades pode contribuir para o desenvolvimento da sensibilidade para com o meio ambiente.

*Problemas no desporto e consequências*

A prática desportiva pode prevenir vários problemas de saúde como a diabetes tipo II, hipertensão arterial e principalmente a obesidade, mas também gera vários problemas, sendo as drogas e o doping os mais comuns.  
 De entre todas as drogas e substâncias dopantes que encontrámos podemos dividi-las em vários grupos e classes, sendo estes:

- Esteróides anabolizantes: são as drogas mais utilizadas no desporto de alta competição, especialmente nos desportos que necessitam grande força física. Estes, desenvolvem força muscular.

- Estimulantes: são substâncias que estimulam e aceleram a actividade cerebral, aumentam a actividade dos atletas e diminuem o seu cansaço.

- Analgésicos: são drogas calmantes muito frequentemente usadas em quase todos os desportos fisicamente exigentes e que viam diminuir a dor

- Beta-bloqueantes: são utilizados no desporto de uma forma semelhante aos analgésico pois também eles ajudam a combater o nervosismo, stress e ansiedade.

- Diuréticos ou substância mascarantes: tem como função aumentar a quantidade de urina produzida, o que leva a alterações no controlo desta visto a maior parte das substâncias ser ilegal quando detectada em concentrações elevadas. Ao aumentar a quantidade de urina, as concentrações de substâncias dopantes vão diminuir.

- Beta-agonistas: são drogas que se destinam a aumentar a massa muscular e diminuir a massa gorda (por exemplo: adrenalina).

*Opinião do grupo acerca do tema*

Ana Filipa:

Na minha opinião, é sempre bom abordarmos temas destes género, principalmente este que fala de um pouco de tudo. A ética desportiva é um tema não tão abordado como os outros, mas que devia ter o mesmo direito de abordagem pois, uma pessoa não só no dia-a-dia, mas também no desporto tem que ter uma certa ética, ou seja, um comportamento correcto para tudo correr bem. Também gostei deste tema, por nao abordar uma coisa específica mas uma globalidade.

Catarina Cerejo:

Também eu concordo que o desporto requer uma certa ética ao ser posto em prática. Fair play e espírito desportivo são as bases para que tudo corra da melhor maneira.

Ana Fonseca

Eu acho que este é um tema essencial, porque mostra a importância da ética também no desporto para além das noções que já possuímos e utilizamos no dia-a-dia, uma vez que, por vezes, quando toca ao desporto, cometemos deslizes e não nos lembramos que a ética também está presente nesta área.

*Conclusão*

Com a realização deste trabalho adquirimos inúmeros conhecimentos na área da ética desportiva, no que se deve ou não fazer para “jogar limpo”, respeitando tanto os parceiros como os adversários. Também passámos a conhecer melhor algumas das consequências da utilização do doping, que para além de ser uma maneira injusta de melhorar a nossa performance nalguma modalidade desportiva, pode ter efeitos secundários no nosso organismo que não são saudáveis.

Finalmente, concluímos que o fair play é essencial para o êxito da promoção e do desenvolvimento no desporto. A lealdade no desporto é benéfica para o indivíduo, para as organizações desportivas e a para sociedade no seu todo. Então, é da nossa responsabilidade promover este espírito de lealdade desportiva.

*Bibliografia*

<http://www.idesporto.pt/DATA/DOCS/LEGISLACAO/Doc121.pdf>

<http://napsi.no.sapo.pt/codigoetica.html>

<http://www.notapositiva.com/trab_estudantes/trab_estudantes/educfisica/educfisica_trabalhos/doping.htm>

<http://pt.wikipedia.org/wiki/Desporto>