



DECÁLOGO Y MANUAL DEL DEPORTISTA DE LA FEDERACION COLOMBIANA DE KARATE DO

1. Sé siempre honesto.
2. Dá siempre lo mejor de ti mismo en la competición, aunque sientas que se te escapa la victoria.
3. Mantente tranquilo durante la competición y no te dejes arrastrar hacia actos irreflexivos.
4. Reconoce el valor de tu adversario y felicita al vencedor. No busques disculpas para tu derrota y no guardes rencor.
5. Si eres el vencedor, conserva la modestia y reconoce los esfuerzos de los vencidos.
6. Condúctete de manera correcta en las relaciones con los jueces, las entidades deportivas y el público.
7. No olvides que a medida que obtengas mejores resultados, mayores serán tus obligaciones respecto a la salvaguarda de los principios del espíritu deportivo, porque te convertirás en un ideal para la juventud, que tomará tus actos como ejemplo.

Normas de Convivencia

OBJETIVOS

1. Construir valores de responsabilidad, pulcritud, lealtad, respeto, cooperación, superación e integración, elementos necesarios para la construcción de una sociedad pacífica, solidaria y democrática.
2. Posibilitar el uso y el manejo responsable de la libertad en concordancia con el desarrollo de las capacidades, para tomar decisiones libres, autónomas y responsables.
3. Crear en todos los integrantes del Equipo nacional de karate do la conciencia de que es necesario cuidar, valorar y defender la naturaleza y el medio ambiente que nos rodea.
4. Llevar un control evaluativo de todas las actividades de su plan de entrenamiento con el fin de asegurar la calidad deportiva, el buen desarrollo del deportista.
5. Establecer criterios de comportamiento sobre los principios de la igualdad y el respeto para todos los integrantes del equipo nacional de karate deportivo.

FEDERACION COLOMBIANA DE KARATE

AFILIADA A LA WKFP,PKF,CCCK,CSK

E-mail: fckcolombiakarate@gmail.com

Tel: 250 5381, Bogota, Colombia, Sur America



VALORES DEL BUEN KARATECA DEPORTIVO

1. **AMOR.** Cultiva día a día el amor por el deporte, así lo disfrutarás y progresarás mucho más.
2. **RESPECTO.** Si deseas que te respeten debes empezar por respetarte y respetar a los demás. El respeto y los buenos modales deben mantenerse en todo momento dentro y fuera de las actividades deportivas.
3. **RESPONSABILIDAD.** La responsabilidad frente a los compromisos adquiridos, es el camino indicado para alcanzar los objetivos y metas propuestas.
4. **LEALTAD.** Valora realmente lo que tienes, a las personas que te dan la mano y a las instituciones que te respaldan, actuando correctamente y de manera transparente.
5. **HUMILDAD.** Disfruta con sano orgullo cuando alcances los logros y metas propuestas, con base en el trabajo, la perseverancia y el conocimiento; así mismo comprende en la derrota y en la adversidad, que debes levantarte con mayor espíritu de aprendizaje y superación.
6. **HONRADEZ:** Respeta los bienes ajenos, pero también el buen nombre de las personas; cumple honestamente con las tareas encomendadas. En principio, las personas confían en ti
7. **LA CALIDAD:** Cada tarea, cada actividad, hay que realizarla no solo bien desde el principio. Es necesario esforzarse por hacerlo muy bien desde la primera vez
8. **EL TRABAJO EN EQUIPO:** Como seres sociales que somos, requerimos de otros en la mayoría de nuestras actividades. Es tan importante pedir y recibir cooperación, como ofrecer la nuestra incluso sin que nos la pidan.
9. **EL SENTIDO DE PERTENENCIA:** Es difícil ser guerrero cuando no se siente comprometido con la guerra. Sólo se podrá entregar todo por una camiseta cuando en realidad se siente amor por ella y por lo que ella representa.
10. **LA AUTOCRÍTICA:** Es fácil detectar el error en el otro, pero es más valioso poder identificar los propios errores pues es el primer paso para corregirlos.
11. **AUTODISCIPLINA:** En la infancia la disciplina la imponen los mayores; la principal muestra de madurez es hacer lo que se debe hacer sin necesidad de ser observado por otros.
12. **PUNTUALIDAD:** Nadie tiene derecho de apropiarse del tiempo del otro; ser puntual es afirmar el respeto hacia el otro.



13. AUTOSUPERACION: Sólo llega lejos quien aspira llegar lejos; pero para ello se requiere exigirse a sí mismo, esforzarse día a día.
14. SOLIDARIDAD: Saberse poner en el lugar del otro y actuar en consecuencia, es condición necesaria para ser un buen compañero de equipo.
15. TOLERANCIA. Cada ser humano merece ser valorado y respetado por lo que es, independientemente de que lo aceptemos o no. No es obligación ser amigo de todos, pero sí lo es respetar a todos por mas diferentes que sean de nosotros.
16. AUTOESTIMA: Es quererse a sí mismo, y quererse es cuidarse, respetarse, valorarse como y hacerse valorar por los demás.
17. JUEGO LIMPIO: El verdadero éxito deportivo, el principal incentivo de todo deportista, sólo se logra cuando se ha competido con honestidad, con esfuerzo y rectitud.

El Comportamiento de los deportistas de karate do

Estas normas se refieren a la convivencia armoniosa de los deportistas, entrenadores y delegados, dentro y fuera del país en eventos Federados donde cada uno forma parte del equipo nacional, y sus relaciones con los demás miembros que garanticen el orden, el trabajo, el bienestar, la colaboración, el respeto, la tolerancia, la solidaridad y la responsabilidad.

Toda persona es responsable de sus actos y comportamientos; por lo tanto, cuando éstos no están de acuerdo con los principios y objetivos institucionales de la Federación y con el manual de convivencia construido por la federación Colombiana de karate do voluntariamente aceptado, debe asumir las consecuencias de los mismos ya que se convierten en faltas graves el incumplimiento de los deberes adquiridos desde el momento de su ingreso al Equipo nacional de Karate do.

Para la hora de inicio de entrenamiento, los deportistas deben estar totalmente listos con su indumentaria requerida, para lo cual deben llegar con el tiempo de anticipación necesario. Para el Karate do

Ningún deportista puede retirarse de un entrenamiento sin ser autorizado por su entrenador



DURANTE LA COMPETENCIA

1. Siga durante la competencia las instrucciones dadas por su Entrenador.
2. Compita sin ahorrar esfuerzos.
3. Allí es donde se manifiesta más claramente el carácter, los buenos modales, y el conocimiento del reglamento.
4. Debe respetar a las autoridades respectivas a cargo de la delegación
5. Un deportista respetable es quien respeta a todos los miembros de su equipo, a las autoridades respectivas, a sus rivales y al público.

EN LAS COMPETICIONES Y CONCENTRACIONES DEL EQUIPO NACIONAL FUERA DEL PAIS-

Durante la concentración los karatecas deben observar las siguientes indicaciones:

1. Respetar los horarios en forma estricta (de salida, de comidas, de dormida, etc.).
2. Durante los desplazamientos, manténgase unido al grupo para evitar demoras y eventualidades nefastas.
3. No retirarse del lugar de concentración por ningún motivo, sin el permiso correspondiente
4. Al comedor preséntese con ropa adecuada (ya sea el uniforme, o en su defecto bien presentado).
5. Diríjase al personal de servicio con trato igual al que desearía para usted.
6. Evite los gritos y escándalos.
7. Respete las costumbres personales de sus compañeros de habitación. Dialogar es una buena manera de empezar.
8. Prohibido recibir visitas en las habitaciones de ninguna persona diferente a los compañeros de concentración.
9. Prohibido ingresar a las habitaciones sin ser autorizado, ingresar a las habitaciones en horas de descanso.
10. Cada quien debe dormir en la habitación que le fue asignada.
11. Prohibido cualquier juego de azar en el que se apueste dinero.
12. Prohibido fumar, ingerir bebidas alcohólicas y el consumo de drogas o estupefacientes en las habitaciones



13. Cuide los muebles y elementos del lugar de concentración. Lo que usted dañe o pierda deberá pagarlo usted mismo.
14. Cada deportista debe cuidar sus propias pertenencias
15. Está prohibido invitar a las comidas a familiares, amigos o periodistas, sin la autorización del Cuerpo Técnico.
16. El Cuerpo Técnico dispondrá los horarios en que pueda hacerse uso de áreas de esparcimiento (piscinas, playas, centros comerciales, salidas paseos etc.).
17. No se permite que ningún deportista sea alojado o se aloje en un sitio diferente al dispuesto por la Federación Colombiana de Karate Do Previa autorización por el Presidente de la FCK
18. No se permite y está prohibido alojarse niños con niñas en la misma habitación o mujer y hombres adultos deportistas en la misma habitación.
19. Está prohibido emborracharse en los eventos internacionales en representación de la federación colombiana de karate do y mucho menos en las habitaciones y el hotel sede del equipo nacional.
20. Irrespetar a los compañeros compañeras personal técnico y administrativo es causal de sanciones por parte de la comisión Disciplinaria de la FCK.

ASEO PERSONAL

1. Su presentación personal no sólo habla de usted sino también de su familia y de la institución que representa.
2. Después de los entrenamientos y de las competencias, una ducha con agua y jabón no sólo le ayudará a descansar, sino que también le evitará problemas de salud y le ayudará a sus relaciones interpersonales.
3. Estar aseado integralmente (cabello, dientes, orejas, uñas, etc.) le hará sentirse mejor con usted mismo, y las demás personas lo encontrarán más agradable.
4. Estar y verse saludable tiene un costo. Reserve cuidadosamente un dinero de su presupuesto para la compra de sus elementos de aseo, los cuales debe usar diariamente: desodorante, talco, cremas, etc.

FALTAS Y SANCIONES POR MAL COMPORTAMIENTO Y PROCEDIMIENTOS DE LA DELEGACION DE KARATE DO EN EVENTOS INTERNACIONALES

FALTAS



Se califican como faltas, todos aquellos comportamientos que desconozcan las obligaciones o deberes descritos en el presente manual, que impiden el normal desarrollo de las actividades, o atenten contra los derechos de sus semejantes, ya sean cometidos en los eventos Internacionales en representación de la Federación colombiana de karate do

Faltas leves:

Son aquellas que se cometen y no afectan en alto grado la situación deportiva o disciplinaria. Al volverse reiterativas se convierten en graves. Se consideran entre otras como faltas leves las siguientes:

1. Retardo injustificado para llegar a los entrenamientos.
2. Afectar el entrenamiento del equipo por actitud pasiva o apática.
3. Salirse de los entrenamientos sin previo permiso por parte de los entrenadores.
4. Presentarse a los entrenamientos con la implementación inadecuada.
5. Irrespetar los parámetros referentes a la presentación personal.
6. Incumplimiento de las normas de comportamiento.

Faltas graves:

Son todos aquellos comportamientos contra la ética, la moral y los valores de la Federación de karate do y usted como karateca a sus integrantes y que resulten especialmente lesivos tanto para los infractores como para la Federación. Estas faltas son entre otras las siguientes:

1. Reincidencia por segunda vez de una falta leve.
2. Presentar actitud de irrespeto en el desarrollo de las actividades programadas por la Federación Colombiana de karate do
3. Presentar mal comportamiento en los entrenamientos, en los torneos o Competencias, y en las concentraciones, en los viajes.
4. Perturbar el normal desarrollo de los entrenamientos con indisciplina.
5. Emplear lenguaje vulgar o inadecuado.
6. Irrespetar a los miembros oficiales de la Federación de Karate do.



7. Participar en juegos violentos que vallan en contra de la salud propia o de algún miembro del equipo nacional.
8. Desobedecer reiteradamente a los llamados de atención de los entrenadores y directivas del equipo nacional
9. Involucrarse en actos impúdicos o escandalosos dentro y Fuera del país

Faltas gravísimas:

Aquí están tipificadas las faltas de carácter delictivo o especial que deben ser remitidas a las autoridades competentes. Son entre otras:

1. Las lesiones personales por conductas dolosas causadas a compañeros, entrenadores, directivos, administrativos y demás miembros de la Federación, cuando el hecho se efectúe dentro o fuera del país o en actividades programadas en otros lugares.
2. Hurto o robo
3. Agresión física, verbal o moral a otro(s) compañero(s), o a cualquier miembro de la Federación Colombiana de karate do.
4. Participar en riñas, saboteos o protestas violentas.
5. Cualquier otra conducta sancionada en el Código Penal Colombiano.
6. Llegar a los entrenamientos en estado de embriaguez o bajo el efecto de sustancias psicoactivas.
7. Dañar intencionalmente los muebles, instalaciones o equipos de la Federación o elementos de otra organización fuera del país.
8. Utilizar el nombre de la FEDERACION COLOMBIANA DE KARATE DO sin autorización para obtener beneficios personales.

SANCIONES Y PROCEDIMIENTOS

Para faltas leves: El no cumplimiento y desacato a las normas contempladas en el manual de convivencia, serán motivo para que el Cuerpo Técnico o Entrenador, en primera instancia, establezca correctivos de carácter formativo y pedagógico.



Las medidas pedagógicas establecidas son las siguientes:

1. Amonestación verbal: se hará cuando el deportista cometa una falta leve; debe hacerla el entrenador o directivo que presencié la falta y debe dejar constancia bajo acta la cual debe estar firmada por el deportista, entrenador y/o directivos de la Federación.
2. Amonestación escrita: se hará cuando el deportista incurra en una falta leve cometida por segunda vez. El entrenador o directivo debe notificar la falta por escrito dejando constancia de la misma en la hoja de vida del deportista, con copia a la Comisión disciplinaria de la Federación Colombiana de Karate do , quien la impondrá y citará a una entrevista a los padres de familia o acudiente en caso de ser un menor de edad. El acta de dicha entrevista se anexará a la hoja de vida del deportista.

Para faltas graves:

El entrenador o el directivo que presencié o conoció de la falta grave, deberá dar conocimiento de los hechos al Comisión Disciplinaria de la Federación que procederá de la siguiente manera:

1. Se citará al deportista a descargos ante el Tribuna Disciplinarios, por los hechos que es acusado.
2. Después del diálogo con el deportista, se procede a citar al acudiente, para lo cual se le envía la citación correspondiente.
3. Diálogo entre las partes: deportista, acudiente y directivo o Comisión Disciplinaria? de la Federación. Se procede a analizar el caso teniendo en cuenta los descargos presentados por el deportista y la opinión del acudiente.
4. Acto seguido se firmará un acta en la que quede plasmada la sanción. En caso de que la decisión sea de suspensión a las actividades desarrolladas en la Academia de Compensar esta será de uno a cinco días, según la situación.
5. Durante el término de suspensión el deportista no podrá ser convocado a la selección Colombia, concentraciones, viajes ni eventos nacionales de carácter federado.

Para faltas gravísimas:



El entrenador o el directivo que presenció o conoció de la falta gravísima, deberá dar conocimiento de los hechos a la Comisión Disciplinaria de la Federación, quien procederá de la siguiente manera:

1. Se cita con carácter urgente al acudiente para informarle sobre lo sucedido.
2. Se registra el hecho presentado por el deportista y se toma declaración escrita al deportista.
3. En caso de que el hecho sea sancionado por el Código Penal Colombiano, se elabora la remisión a la autoridad competente y el deportista implicado es expulsado de la Federación Colombiana de karate do y entregado a sus acudientes.
4. En caso de que la falta se determine como gravísima, pero no esté sancionada por el Código Penal Colombiano, se procederá únicamente a la expulsión del deportista de la Federación y de todo tipo de evento federado nacional e internacional.

TODOS ESTOS PROCESO SERAN RESULTOS Y DIRECCIONADOS POR LA COMISION NACIONAL DISCIPLINARIA DE LA FEDERACION COLOMBIANA DE KARATE DO 12/2014

ATENTAMENTE,

ELIECER JULIO SOLERA SANCHEZ

Presidente

Federación Colombiana de Karate do