



# EDUCAÇÃO OLÍMPICA

O Movimento Olímpico  
Glossário de Termos Olímpicos



COMITÉ OLÍMPICO  
DE PORTUGAL

Com o apoio

**BRIDGESTONE**





# O MOVIMENTO OLÍMPICO

Glossário de Termos Olímpicos

**GLOSSÁRIO**  
DE TERMOS OLÍMPICOS



Conteúdos apresentados estão validados  
pela Direção-Geral da Educação

# OBJETIVOS

- ▶ Apresentar o Glossário de Termos Olímpicos
- ▶ Identificar e definir os termos e os conceitos mais relevantes do Movimento Olímpico

## ▶ INTRODUÇÃO

O Glossário de Termos Olímpicos disponibilizado pelo Comité Olímpico de Portugal não pretende ser um documento exaustivo, mas um documento útil no sentido de esclarecer os conceitos mais importantes relacionados com o Movimento Olímpico.

Pretende-se, assim, disponibilizar a todos os interessados um Glossário, de consulta fácil e uma fonte atualizada de informação, contribuindo para a clarificação de alguns conceitos e um melhor conhecimento do Olimpismo.



## GLOSSÁRIO DE TERMOS OLÍMPICOS

### ▶ AGÊNCIA MUNDIAL ANTIDOPAGEM

A AGÊNCIA MUNDIAL ANTIDOPAGEM é uma organização independente, constituída e financiada por entidades desportivas e governamentais de todo o mundo. Foi fundada a 10 de novembro de 1999 em Lausanne, Suíça, e tem por objetivo coordenar a luta contra a dopagem. ([www.wada-ama.org](http://www.wada-ama.org))

### ▶ ALDEIA OLÍMPICA

Com o objetivo de reunir todos os participantes dos Jogos Olímpicos num só lugar, o Comité Organizador dos Jogos Olímpicos (COJO) deve criar uma ALDEIA OLÍMPICA por um período determinado pelo Conselho Executivo do COI.

### ▶ ASSOCIAÇÃO DOS COMITÉS OLÍMPICOS NACIONAIS (ACNO)

A ASSOCIAÇÃO DOS COMITÉS OLÍMPICOS NACIONAIS é composta por todos os Comités Olímpicos Nacionais (CON's) reconhecidos pelo COI. A missão principal da ACNO é considerar todos os assuntos de interesse geral dos CON's, reconhecer e suportar as Associações Continentais de CON's, fazer recomendações sobre o desenvolvimento dos CON's, e colaborar com outros constituintes do Movimento Olímpico em assuntos relativos ao desporto e educação física. ([www.acnolympic.org](http://www.acnolympic.org))



## GLOSSÁRIO DE TERMOS OLÍMPICOS

### ▶ ATLETA INTEGRADO NO PROGRAMA DE PREPARAÇÃO OLÍMPICA

ATLETAS INTEGRADOS NO PROGRAMA DE PREPARAÇÃO OLÍMPICA são todos os que se encontram registados no Programa de Preparação Olímpica organizado pelo Comité Olímpico de Portugal.

### ▶ ATLETA OLÍMPICO

Consideram-se ATLETAS OLÍMPICOS todos os atletas que recebem acreditação para os Jogos Olímpicos e participam nos treinos e nas competições Olímpicas.

### ▶ BANDEIRA OLÍMPICA

A BANDEIRA OLÍMPICA tem um fundo branco, sem limites e no centro, o Símbolo Olímpico, cinco anéis com as cores, da esquerda para a direita: azul, amarelo, preto, verde e vermelho.

### ▶ CARTA OLÍMPICA

A CARTA OLÍMPICA é a codificação dos princípios fundamentais, das regras e dos textos de aplicação adotados pelo Comité Olímpico Internacional para a organização e o funcionamento do Movimento Olímpico, definindo as condições para a celebração dos Jogos Olímpicos. ([www.olympics.com/ioc/olympic-charter](http://www.olympics.com/ioc/olympic-charter))



## GLOSSÁRIO DE TERMOS OLÍMPICOS

### ▶ CICLO OLÍMPICO

CICLO OLÍMPICO é uma expressão utilizada comumente, sem menção expressa na Carta Olímpica. Pretende designar uma unidade de tempo entre Jogos Olímpicos e é utilizada frequentemente no âmbito do planeamento e regulação desportiva em Portugal.

### ▶ CÓDIGO MUNDIAL ANTIDOPAGEM

O CÓDIGO MUNDIAL ANTIDOPAGEM é o documento fundamental que harmoniza as regras, regulamentos e políticas antidopagem no seio das organizações desportivas e autoridades públicas em todo o mundo, tendo entrado em vigor, na sua primeira versão, em 1 de janeiro de 2004. Foi implementado, pela primeira vez, após os Jogos Olímpicos de Atenas em 2004 por variadas organizações desportivas. Nele estão padronizadas as regras que governam os procedimentos antidopagem em todas as modalidades e em todos os países. ([www.wada-ama.org/en/what-we-do/the-code](http://www.wada-ama.org/en/what-we-do/the-code))

### ▶ COMITÉS OLÍMPICOS EUROPEUS (COE)

Os COMITÉS OLÍMPICOS EUROPEUS são uma das cinco Associações Continentais de CON's reconhecidas pelo COI que compreende os CON's da Europa. Tem 50 CON's afiliados e sede em Roma. Trabalha em prol dos seus membros para consolidar e reforçar o seu papel no seio do Movimento Olímpico e facilitar a troca de informações e experiências entre si. ([www.eurolympic.org](http://www.eurolympic.org))



## GLOSSÁRIO DE TERMOS OLÍMPICOS

### ▶ COMITÉ OLÍMPICO INTERNACIONAL (COI)

O COMITÉ OLÍMPICO INTERNACIONAL (COI) é uma organização internacional não-governamental, sem fins lucrativos, de duração ilimitada, sob a forma de uma associação com o estatuto de pessoa coletiva, reconhecido pelo Conselho Federal Suíço. A sua sede é em Lausanne (Suíça), considerada a capital Olímpica. O objetivo do COI é cumprir a missão, funções e responsabilidades que lhe estão atribuídas na Carta Olímpica. ([www.olympics.com/ioc/overview](http://www.olympics.com/ioc/overview))

### ▶ COMITÉS OLÍMPICOS NACIONAIS (CON'S)

Os COMITÉS OLÍMPICOS NACIONAIS são os representantes do Movimento Olímpico internacional em cada um dos países. A missão dos Comités Olímpicos Nacionais é desenvolver, promover e proteger o Movimento Olímpico nos respetivos países, em conformidade com a Carta Olímpica. ([www.olympics.com/ioc/national-olympic-committees](http://www.olympics.com/ioc/national-olympic-committees))

### ▶ COMITÉ ORGANIZADOR DOS JOGOS OLÍMPICOS (COJO)

O COMITÉ ORGANIZADOR DOS JOGOS OLÍMPICOS é a entidade a quem o Comité Olímpico Internacional confia a organização dos Jogos Olímpicos. É composto pelo Comité Olímpico do país da cidade anfitriã, bem como a própria cidade anfitriã. O CON será responsável pelo estabelecimento de um Comité Organizador dos Jogos Olímpicos (COJO), que, a partir do momento em que é constituído, reporta diretamente ao Conselho Executivo do COI. ([www.olympics.com/ioc/olympic-games-organising-committees](http://www.olympics.com/ioc/olympic-games-organising-committees))





## GLOSSÁRIO DE TERMOS OLÍMPICOS

### ► CONGRESSO OLÍMPICO

O CONGRESSO OLÍMPICO reúne os representantes dos constituintes do Movimento Olímpico, em intervalos determinados pelo COI. É convocado pelo presidente do COI e o seu papel é consultivo.

É composto pelos membros: Presidente Honorário, membros honorários e membros de honra do COI, os delegados representantes das Federações Internacionais, os Comitês Olímpicos Nacionais e as organizações reconhecidas pelo COI. Além disso, o CONGRESSO OLÍMPICO compreende também atletas e personalidades convidadas a título individual ou em nome da organização que representam.

A comissão Executiva do COI determina a agenda do CONGRESSO OLÍMPICO após consulta das Federações Internacionais e dos Comitês Olímpicos Nacionais.

### ► CHEFE DE MISSÃO

O CHEFE DE MISSÃO é o responsável pela equipa ou delegação nacional em eventos multidesportivos organizados sob a égide do COI, nomeadamente nos Jogos Olímpicos.

Durante os Jogos Olímpicos, os atletas, oficiais e demais pessoal da equipa de cada CON estão sob a responsabilidade do CHEFE DE MISSÃO nomeado pelo CON, cujas competências são, para além de qualquer outra função atribuída pelo seu CON, fazer a ligação com o COI, as FI's e o COJO.

Durante o período dos Jogos Olímpicos, o CHEFE DE MISSÃO reside na Aldeia Olímpica e tem acesso a todos os espaços de treino e competição, instalações médicas, centros de media e aos hotéis da família Olímpica.



## ▶ CHAMA OLÍMPICA

A CHAMA OLÍMPICA é a chama que se acende em Olímpia, na Grécia, sob a autoridade do Comitê Olímpico Internacional.

## ▶ DIA OLÍMPICO

O DIA OLÍMPICO é celebrado oficialmente desde o dia 23 de junho de 1948, assinalando a data de fundação do COI na Universidade de Sorbonne, em Paris, em 23 de junho de 1894, onde Pierre de Coubertin refundou os Jogos Olímpicos da era moderna. É uma das mais importantes datas do Movimento Olímpico, que comemora o nascimento dos Jogos Olímpicos da era moderna.

Atualmente, com a participação de mais de 150 Comitês Olímpicos Nacionais, realizam-se em todo o mundo muitos milhares de atividades desportivas, exposições, debates e conferências educativas, com o objetivo de promover a prática desportiva, o bem-estar, a cultura e a educação, através dos valores Olímpicos – Excelência, Amizade e Respeito – e dos três pilares do DIA OLÍMPICO – Mexe-te, Aprende e Descobre.



## ▶ DIA INTERNACIONAL DO DESPORTO PARA O DESENVOLVIMENTO E PAZ

O DIA INTERNACIONAL DO DESPORTO PARA O DESENVOLVIMENTO E PAZ é uma data que foi instituída pelas Nações Unidas em 2013 e celebrada pela primeira vez no dia 6 de abril de 2014. A escolha da data, pelos Estados-membros das Nações Unidas, deveu-se ao facto de ter sido realizada a cerimónia de abertura dos primeiros Jogos Olímpicos da era moderna em 6 de abril de 1896, em Atenas.

## ▶ FEDERAÇÕES INTERNACIONAIS (FI'S)

As FEDERAÇÕES INTERNACIONAIS são organizações não-governamentais responsáveis por administrar uma ou várias modalidades a nível mundial e que engloba organizações que administram essas modalidades a nível nacional. Os estatutos, a prática e as atividades das FEDERAÇÕES INTERNACIONAIS dentro do Movimento Olímpico devem estar em conformidade com a Carta Olímpica. ([www.olympics.com/ioc/international-federations](http://www.olympics.com/ioc/international-federations))

## ▶ FESTIVAL OLÍMPICO DA JUVENTUDE EUROPEIA (FOJE)

O FESTIVAL OLÍMPICO DA JUVENTUDE EUROPEIA é um evento multidesportivo realizado a cada dois anos para os jovens atletas dos 50 países membros da associação de Comitês Olímpicos Europeus. O FOJE tem edições de verão, realizada pela primeira vez em 1991 em Bruxelas, Bélgica, e edições de Inverno, cuja primeira edição aconteceu em 1993, em Aosta, Itália. ([www.eyof.org](http://www.eyof.org))



## GLOSSÁRIO DE TERMOS OLÍMPICOS

### ▶ HINO OLÍMPICO

O HINO OLÍMPICO foi composto em 1896 pelo compositor grego Spirou Samara, com letra do músico grego Kostis Palamas. O Comité Olímpico Internacional adotou este hino em 1958. Desde então, o hino é interpretado, em todas as cerimónias oficiais, quando a Bandeira Olímpica é hasteada.

### ▶ IDIOMAS

As línguas oficiais do Comité Olímpico Internacional são o Francês e o Inglês. Em todas as Sessões do COI são disponibilizadas interpretações simultâneas para Alemão, Espanhol, Russo e Árabe.

### ▶ JOGOS EUROPEUS

Os JOGOS EUROPEUS são organizados e regulados pelos COE. São um evento multidesportivo para atletas de toda a Europa e são realizados de 4 em 4 anos. A edição inaugural decorreu em Baku, no Azerbaijão, 12 a 28 de junho de 2015.

### ▶ JOGOS OLÍMPICOS (JO)

Os JOGOS OLÍMPICOS realizam-se de 4 em 4 anos. São competições entre atletas em eventos individuais ou de equipa e não entre países. Reúnem atletas inscritos pelos respetivos Comités Olímpicos Nacionais e submetidos à aprovação do COI. As competições realizam-se sob a direção técnica das Federações Internacionais em causa. Os Jogos da Olimpíada são celebradas durante o primeiro ano de uma Olimpíada, e os Jogos Olímpicos de Inverno durante o terceiro ano. ([www.olympics.com/ioc/olympic-games](http://www.olympics.com/ioc/olympic-games))



## GLOSSÁRIO DE TERMOS OLÍMPICOS

### ▶ JOGOS OLÍMPICOS DA JUVENTUDE (JOJ)

Os JOGOS OLÍMPICOS DA JUVENTUDE são um evento internacional multidesportivo realizado a cada 4 anos entre edições da mesma estação (Verão ou Inverno), tal como sucede com o atual formato dos Jogos Olímpicos. A primeira edição de verão foi realizada em Singapura, entre 14 e 26 de agosto de 2010, e a de inverno foi realizada em Innsbruck, Áustria, de 13 a 22 de janeiro de 2012.

A participação está limitada a atletas com idade entre 14 e 18 anos.  
([www.olympics.com/ioc/youth-olympic-games](http://www.olympics.com/ioc/youth-olympic-games))

### ▶ LEMA OLÍMPICO

O LEMA OLÍMPICO "*Citius, Altius, Fortius – Communiter*" expressa as aspirações do Olímpico Movimento. Em português significa "Mais Rápido, Mais Alto, Mais Forte – Juntos". ([www.olympics.com/ioc/olympic-motto](http://www.olympics.com/ioc/olympic-motto))

### ▶ MASCOTES OLÍMPICAS

As MASCOTES OLÍMPICAS são personagens (geralmente animais nativos) que representam a cultura do país anfitrião dos Jogos Olímpicos. Desde os Jogos Olímpicos de Inverno Grenoble 1968, todas as edições dos Jogos têm tido, pelo menos, uma mascote.



## GLOSSÁRIO DE TERMOS OLÍMPICOS

### ▶ MEDALHAS OLÍMPICAS

Aos três primeiros classificados em cada prova é atribuída uma medalha: Ouro, Prata e Bronze. Ao primeiro classificado, a medalha de ouro, ao segundo, a medalha de prata e ao terceiro (ou terceiros), a medalha de bronze.

### ▶ MISSÃO OLÍMPICA

A MISSÃO OLÍMPICA é a delegação que um Comitê Olímpico Nacional envia aos Jogos Olímpicos e que é constituída por atletas, treinadores, oficiais das diversas modalidades, técnicos e dirigentes do Comitê Olímpico Nacional, médicos e uma equipa de apoio multidisciplinar.

### ▶ MOVIMENTO OLÍMPICO (MO)

Sob a autoridade suprema e liderança do Comitê Olímpico Internacional, o MOVIMENTO OLÍMPICO abrange organizações, atletas e demais pessoas que concordam agir de acordo com a Carta Olímpica. O objetivo do MOVIMENTO OLÍMPICO é contribuir para a construção de um mundo melhor e mais pacífico, educando os jovens através de uma prática desportiva conforme o Olimpismo e os seus valores.

Os três principais constituintes do MOVIMENTO OLÍMPICO são: o Comitê Olímpico Internacional, as Federações Desportivas Internacionais e os Comitês Olímpicos Nacionais.  
([www.olympics.com/ioc/olympic-movement](http://www.olympics.com/ioc/olympic-movement))



## GLOSSÁRIO DE TERMOS OLÍMPICOS

### ▶ OLIMPIÁDA

Uma OLIMPIÁDA é um período de quatro anos consecutivos, com início em 1 de janeiro do primeiro ano e que termina a 31 de dezembro do quarto ano. As Olimpíadas são numeradas consecutivamente desde os primeiros Jogos Olímpicos da era moderna celebrados em Atenas, em 1896. A XXXII Olimpíada começou em 1 de janeiro de 2020 e termina a 31 de dezembro de 2023.

### ▶ OLIMPISMO

OLIMPISMO é uma filosofia de vida que exalta e combina um todo, equilibrando as qualidades do corpo, a vontade e a mente. Juntando o desporto com a cultura e a educação, o OLIMPISMO procura criar um modo de vida baseado na alegria encontrada no esforço, no valor educativo do bom exemplo e respeito pelos princípios éticos fundamentais universais.

### ▶ PARCEIROS COMERCIAIS OLÍMPICOS

Os PARCEIROS COMERCIAIS OLÍMPICOS são aquelas entidades que, com as suas contribuições financeiras ou outras, auxiliam o Movimento Olímpico a desenvolver as suas atividades. Incluem-se aqui, entre outros, os Patrocinadores TOP, os Patrocinadores Nacionais, os Parceiros de Media e os Licenciados.



## ▶ PROGRAMA DE EDUCAÇÃO OLÍMPICA

O PROGRAMA DE EDUCAÇÃO OLÍMPICA é uma iniciativa do Comité Olímpico de Portugal que pretende promover o Olimpismo, os Jogos Olímpicos, a formação Olímpica e a prática desportiva junto dos alunos em contexto escolar, tendo por base os Valores Olímpicos.

([www.eduolimpica.comiteolimpicoportugal.pt](http://www.eduolimpica.comiteolimpicoportugal.pt))

O objetivo do programa é criar oportunidades, em parceria com as escolas e professores, para que os seus alunos possam, entre outras coisas:

- Vivenciar os Valores Olímpicos;
- Conhecer o Movimento Olímpico;
- Experimentar novas modalidades; e
- Acompanhar e conhecer os nossos Atletas Olímpicos.

## ▶ PROGRAMA DOS JOGOS OLÍMPICOS

O PROGRAMA DOS JOGOS OLÍMPICOS é o programa de todas as competições desportivas estabelecidas pelo COI para cada edição dos Jogos Olímpicos.

Só as modalidades que estão em conformidade com a Carta Olímpica e com o Código Mundial Antidopagem são elegíveis para integrarem o PROGRAMA DOS JOGOS OLÍMPICOS. ([www.olympics.com/en/sports](http://www.olympics.com/en/sports))





## ▶ PROGRAMA DE PREPARAÇÃO OLÍMPICA (PPO)

O PROGRAMA DE PREPARAÇÃO OLÍMPICA é um programa desportivo, composto por diversos projetos num horizonte de planeamento de três ciclos Olímpicos, contratualizado entre o Comité Olímpico de Portugal e o Instituto Português do Desporto e Juventude (IPDJ, IP) que visa dar suporte à preparação dos atletas e equipas, bem como aos treinadores que enquadram o processo de preparação Olímpica.

## ▶ PROGRAMA TOP

O PROGRAMA TOP (ou “The Olympic Partners”) é o mais alto nível de parceria Olímpica gerido diretamente pelo Comité Olímpico Internacional. Os parceiros TOP são parceiros globais do Movimento Olímpico, sendo não só patrocinadores do Comité Olímpico Internacional como de todos os Comités Olímpicos Nacionais, incluindo o Comité Olímpico de Portugal. ([www.olympics.com/ioc/partners](http://www.olympics.com/ioc/partners))

## ▶ PROPRIEDADES OLÍMPICAS

As PROPRIEDADES OLÍMPICAS são o conjunto dos elementos distintivos do Movimento Olímpico incluindo o Símbolo Olímpico, o Lema Olímpico, os emblemas dos Jogos Olímpicos, os emblemas dos Comités Olímpicos Nacionais (incluindo o emblema do Comité Olímpico de Portugal) e variados outros símbolos e designações que se referem, e identificam, o Movimento Olímpico. A utilização destes símbolos e designações é protegida, pela Carta Olímpica e por legislação nacional, e apenas pode ser feita com a autorização do Comité Olímpico de Portugal que está encarregue, pelo Comité Olímpico Internacional, de zelar pela integridade e valor das PROPRIEDADES OLÍMPICAS no país. ([www.comiteolimpicoportugal.pt/marketing-olimpico/marca](http://www.comiteolimpicoportugal.pt/marketing-olimpico/marca))



## GLOSSÁRIO DE TERMOS OLÍMPICOS

### ► RECURSOS FINANCEIROS DO COI

Os RECURSOS FINANCEIROS do Comitê Olímpico Internacional são oriundos das receitas de exploração de direitos, nomeadamente dos direitos de transmissão televisiva, direitos de marketing e merchandising, doações e legados. O Comitê Olímpico Internacional pode conceder parte das suas receitas para as Federações Internacionais, os Comitês Olímpicos Nacionais, a Solidariedade Olímpica e os Comitês Organizadores dos Jogos Olímpicos. ([www.olympics.com/ioc/funding](http://www.olympics.com/ioc/funding))

### ► SESSÃO

A SESSÃO é a assembleia geral dos membros do COI. É o órgão supremo do COI. As suas decisões são finais. A SESSÃO ordinária é realizada uma vez por ano. As SESSÕES extraordinárias podem ser convocadas pelo presidente ou por solicitação escrita de pelo menos um terço dos membros.

### ► SÍMBOLO OLÍMPICO

O SÍMBOLO OLÍMPICO é composto por cinco anéis entrelaçados de dimensões iguais (os Anéis Olímpicos), utilizado sozinho, em uma ou em cinco cores diferentes. Quando usado na sua versão de cinco cores, essas cores são, da esquerda para a direita: azul, amarelo, preto, verde e vermelho. Os anéis estão entrelaçados da esquerda para a direita: o azul, preto e vermelho estão situados no topo e os anéis amarelo e verde na parte inferior. O SÍMBOLO OLÍMPICO expressa a atividade do Movimento Olímpico e representa a união dos cinco continentes e o encontro dos atletas de todo o mundo nos Jogos Olímpicos.



## ► SOLIDARIEDADE OLÍMPICA (SO)

O objetivo da SOLIDARIEDADE OLÍMPICA é organizar ajuda a todos os Comitês Olímpicos Nacionais reconhecidos pelo Comitê Olímpico Internacional, em particular os que têm maiores necessidades, através de programas multifacetados prioritários para: o desenvolvimento do atleta, a formação de treinadores e administradores desportivos, e a promoção dos Valores Olímpicos. ([www.olympics.com/ioc/olympic-solidarity](http://www.olympics.com/ioc/olympic-solidarity))

## ► TAS/CAS (Tribunal Arbitral du Sport / Court of Arbitration of Sport)

O TAS/CAS é uma entidade jurisdicional independente criada em 1984, que tem a sua sede em Lausanne, Suíça. O seu principal objetivo é facilitar a resolução de litígios relacionados com o Desporto, através de arbitragem ou mediação. O TAS/CAS tem cerca de 300 árbitros de todo o mundo, escolhidos pela sua especialidade em mecanismos de resolução alternativa de litígios ou em direito do desporto, e processa cerca de 300 casos por ano. ([www.tas-cas.org](http://www.tas-cas.org))



## GLOSSÁRIO DE TERMOS OLÍMPICOS

### ▶ TOCHA OLÍMPICA

Uma TOCHA OLÍMPICA é uma tocha portátil, ou uma réplica, conforme aprovado pelo Comité Olímpico Internacional, destinada à combustão e transporte da Chama Olímpica.

### ▶ TRIBUNAL ARBITRAL DO DESPORTO

O TRIBUNAL ARBITRAL DO DESPORTO português (não confundir com o seu congénere internacional – conferir TAS/CAS) é uma entidade jurisdicional independente, que iniciou a sua atividade a 1 de outubro de 2015. Tem como competência específica a administração da justiça relativamente a litígios que relevam do ordenamento jurídico desportivo, ou relacionados com a prática do desporto. O TAD exerce a sua jurisdição em todo o território nacional e tem a sua sede no Comité Olímpico de Portugal. ([www.tribunalarbitraldesporto.pt](http://www.tribunalarbitraldesporto.pt))

### ▶ TRÉGUA OLÍMPICA

A tradição da TRÉGUA OLÍMPICA remonta ao século IX a.C.. O COI decidiu reviver este antigo conceito, a fim de proteger os interesses dos atletas e do desporto em geral.

Esta “trégua” ou “ekecheiria” foi estabelecida na Grécia antiga no século IX a.C. pela assinatura de um tratado entre três reis. Durante o período de trégua, os atletas, artistas e suas famílias, bem como os peregrinos comuns, poderiam viajar em total segurança para participar ou assistir aos Jogos Olímpicos e voltar depois para os seus respetivos locais de origem. ([www.olympics.com/ioc/olympic-truce](http://www.olympics.com/ioc/olympic-truce))



## GLOSSÁRIO DE TERMOS OLÍMPICOS

### ▶ VALORES OLÍMPICOS

#### EXCELÊNCIA

- “Dar o seu melhor” nos treinos, na competição e na vida usando o Lema Olímpico: *Citius, Altius, Fortius - Communiter*.
- Procurar alcançar as metas pessoais com determinação e esforço.

**Não se trata apenas de vencer, mas também de participar, de progredir na direção dos objetivos pessoais, de lutar para ser melhor no dia-a-dia.**

#### AMIZADE

- Construir um mundo melhor e mais pacífico através da solidariedade, espírito de equipa, alegria e otimismo.
- Consolidar as amizades, apesar das diferenças.
- Vencer as diferenças de raça, religião, género e quaisquer outras que possam existir.

**Os atletas expressam este valor ao formarem elos fortes com os seus colegas de equipa e com os seus adversários.**

#### RESPEITO

- Respeito por si e pelo seu corpo, pelo outro, pelas regras e pelo meio ambiente.
- Jogar limpo e não aceitar qualquer forma de dopagem ou comportamento antiético.

**O Respeito representa o princípio ético que deve inspirar todos aqueles que participam nos Jogos Olímpicos.**

**BRIDGESTONE**



## FICHA TÉCNICA

**Título:** Glossário de Termos Olímpicos

**Assunto:** O Movimento Olímpico

**Palavras-Chave:** Olimpismo, Movimento Olímpico, Glossário

**Data de Publicação:** Março de 2022

**Edição:** 2.ª Edição

**Autor:** Comité Olímpico de Portugal, Departamento de Estudos e Projetos

**Conteúdos:** Comité Olímpico de Portugal

**Adaptação e Revisão:** Rita Nunes e Joaquim Videira

**Imagens:** Comité Olímpico Internacional e Comité Olímpico de Portugal

**Design:** Adolfo Areia

**Impressão:** SOARTES - Artes Gráficas, Lda

**Idioma:** Português (Portugal)

**Local de Origem:** [www.comiteolimpicoportugal.pt](http://www.comiteolimpicoportugal.pt)

**Página de Internet:** [www.eduolimpica.comiteolimpicoportugal.pt](http://www.eduolimpica.comiteolimpicoportugal.pt)

**Tiragem:** 1000 exemplares

**ISBN:** 978-989-53101-4-2

**Depósito Legal:** 496637/22

**As atualizações a esta publicação são disponibilizadas na página de internet do Programa de Educação Olímpica  
Todos os direitos de utilização são propriedade do Comité Olímpico de Portugal**



Conteúdos apresentados estão validados  
pela Direção-Geral da Educação





COMITÉ OLÍMPICO  
DE PORTUGAL

EDUCAÇÃO  
**OLÍMPICA**

Com o apoio



**BRIDGESTONE**