

# Portimonense Sporting Clube

Escola de Futebol “Força Portimonense”

**Documento informativo para  
Pais e Encarregados de Educação**



Portimonense Sporting Clube  
Praça Manuel Teixeira Gomes, 4 - 1º  
8500 Portimão  
282 422 427

## SUMÁRIO

- 1. Introdução**
- 2. Objectivos**
- 3. Estrutura Organizativa**
  - 3.1. Estrutura Administrativa
  - 3.2. Estrutura Técnico-Pedagógica
- 4. Localização**
- 5. Funcionamento**
- 6. Regulamento para os praticantes**
  - 6.1. Comportamentos Gerais
  - 6.2. Comportamentos antes das sessões de treino
  - 6.3. Comportamentos durante as sessões de treino
  - 6.4. Comportamentos nas competições
  - 6.5. Critérios para a participação nas competições
  - 6.6. Critérios para a transição de escalão
  - 6.7. Regulamento Disciplinar
- 7. Regulamento para Pais/Encarregados de Educação e acompanhantes dos praticantes**

## 1. INTRODUÇÃO

Este documento foi concebido como instrumento de informação para Pais e Encarregados de Educação, no sentido de dar a conhecer a Escola de Futebol "Força Portimonense".

Deste modo, para que todos praticantes e respectivos Pais/Encarregados de educação possam retirar o melhor proveito deste documento, é apresentado um conjunto de informações relativas, não só aos objectivos e à estrutura organizativa da Escola de Futebol "Força Portimonense", mas também à sua localização e funcionamento.

Posteriormente, é apresentado um conjunto de normas e princípios orientadores relativos aos Praticantes e aos Pais/Encarregados de Educação, que deverão ser seguidos por todos, tendo em vista o normal funcionamento da Escola de Futebol "Força Portimonense" e, conseqüentemente, o desenvolvimento harmonioso e multilateral da criança/jovem em todas as suas potencialidades.

## 2. OBJECTIVOS DA ESCOLA DE FUTEBOL "FORÇA PORTIMONENSE"

- 2.1. Desenvolver o gosto e o hábito pela prática desportiva regular;
- 2.2. Desenvolver nos praticantes uma atitude positiva de participação e persistência;
- 2.3. Contribuir para a formação dos jovens em todas as suas vertentes;
- 2.4. Criar premissas indispensáveis para os jovens alcançarem em cada etapa o nível óptimo do seu desenvolvimento;
- 2.5. Descobrir e desenvolver potenciais novos talentos; e,
- 2.6. Inculcar o espírito, os princípios e a mística do Portimonense Sporting Clube.

## 3. ESTRUTURA ORGANIZATIVA DA ESCOLA DE FUTEBOL "FORÇA PORTIMONENSE"

A Gestão da Escola de Futebol "Força Portimonense" está sob a responsabilidade do **Portimonense Sporting Clube**, que, aliada a uma forte tradição, apresenta uma excelente actualidade, dado que actualmente milita na segunda liga de futebol profissional.

CONTACTOS DO PORTIMONENSE SPORTING CLUBE	
<b>Morada da sede</b>	Praça Manuel Teixeira Gomes, 4 - 1 <sup>o</sup> 8500-542 Portimão (Por cima da casa inglesa)
<b>Telefone</b>	282 422 427
<b>Fax</b>	282 413 134
<b>Correio electrónico</b>	secretaria@portimonense.pt
<b>Página na internet</b>	www.portimonense.pt
<b>Facebook do Portimonense</b>	www.facebook.com/pages/Portimonense-Sporting-Clube-Facebook-Oficial/114001015314508
<b>Facebook da Escola de Futebol</b>	www.facebook.com/home.php?#!/pages/Escola-de-Futebol-Forca-Portimonense/112459985485252
<b>Twitter</b>	http://twitter.com/PortimonenseSC
<b>MySpace</b>	www.myspace.com/PortimonenseSC
<b>Horário da secretaria</b>	De 2 <sup>a</sup> a 6 <sup>a</sup> Feira, das 9h30 às 13h00 e das 14h30 às 18h30

### 3.1. Estrutura Administrativa:

O secretariado da Escola de Futebol "Força Portimonense" tem como responsável **Sérgio Rodrigues**. Os contactos são:

SECRETARIADO ESCOLA DE FUTEBOL "FORÇA PORTIMONENSE"	
<b>Local</b>	Campo Major David Neto (Sintético)
<b>Telemóvel</b>	934 234 895
<b>Telefone / Fax</b>	282 422 847
<b>Correio electrónico</b>	formacao@portimonense.pt
<b>Horário</b>	2 <sup>a</sup> e 4 <sup>a</sup> Feiras 18h30 / 20h00 – 3 <sup>a</sup> e 6 <sup>a</sup> Feiras 17h30 / 20h00

### 3.2. Estrutura Técnico-Pedagógica:

A coordenação de todo o futebol de formação está a cargo do professor **José António Jorge (Zé Tó)**. É licenciado em Educação Física e Desporto e Mestre em Psicologia do Desporto. Actualmente é Docente Universitário no Instituto Superior Manuel Teixeira Gomes e Formador da Federação Portuguesa de Futebol. Os seus contactos são:

<b>Telemóvel</b>	934 234 924
<b>Correio electrónico</b>	coordenacao@portimonense.pt

O professor **Ricardo Gonçalves** encontra-se encarregue da coordenação da Escola de Futebol "Força Portimonense". É licenciado em Ciências do Desporto e Educação Física e Mestre em Treino de Alto Rendimento. Actualmente é Docente Universitário no Instituto Superior Manuel Teixeira Gomes. Os seus contactos são:

<b>Telemóvel</b>	914 588 946 e 968 957 996
<b>Correio electrónico</b>	escoladefutebol@portimonense.pt

A **equipa técnica** é constituída também por um conjunto de Professores/Treinadores com capacidades técnico-pedagógicas credenciadas através de um passado desportivo e formação académica e/ou técnica adequada para o ensino/treino do Futebol.

Os Professores/Treinadores do **escalão sub-7**, para a época desportiva 2011/2012 são os seguintes:

<b>Petizes A</b>	Nuno Amaral
<b>Petizes B</b>	Alcino Venâncio
<b>Petizes C</b>	Vítor Saramago
<b>Petizes D</b>	Nuno Amaral
<b>Petizes E</b>	Alcino Venâncio
<b>Petizes F</b>	Vítor Saramago

Os Professores/Treinadores do **escalão sub-9**, para a época desportiva 2011/2012 são os seguintes:

<b>Traquinas A</b>	Vilson Alves
<b>Traquinas B</b>	Nuno Davide
<b>Traquinas C</b>	André Gomes
<b>Traquinas D</b>	Vilson Alves
<b>Traquinas E</b>	André Gomes
<b>Traquinas F</b>	Herlânder Pereira
<b>Traquinas G</b>	Vítor Saramago

Os Professores/Treinadores do **escalão sub-11**, para a época desportiva 2011/2012 são os seguintes:

<b>Benjamins A</b>	Vilson Alves
<b>Benjamins B</b>	Nuno Amaral
<b>Benjamins C</b>	André Gomes
<b>Benjamins D</b>	Vilson Alves
<b>Benjamins E</b>	Herlânder Pereira
<b>Benjamins F</b>	Nuno Davide

Os Professores/Treinadores do **escalão sub-13**, para a época desportiva 2011/2012 são os seguintes:

<b>Infantis A</b>	Nuno Davide
<b>Infantis B</b>	Nuno Davide

Os Professores/Treinadores de **guarda-redes**, para a época desportiva 2011/2012 são os seguintes:

<b>Treinador de Guarda-redes</b>	António Sagreiro
----------------------------------	------------------

#### 4. LOCALIZAÇÃO DA ESCOLA DE FUTEBOL "FORÇA PORTIMONENSE"

A Escola de Futebol "Força Portimonense" funciona actualmente no relvado sintético do Campo Major David Neto, que está situado no Sítio Rotunda do Vau, em Portimão. Para lá chegar deverá seguir pela Avenida V6 ( direcção Centro Comercial Continente – Praia da Rocha) até à Rotunda do Vau. Aí deverá sair na terceira saída e cortar imediatamente à esquerda.



#### 5. FUNCIONAMENTO DA ESCOLA DE FUTEBOL "FORÇA PORTIMONENSE"

A Escola de Futebol "Força Portimonense" funciona às segundas, quartas, quintas e sextas-feiras no relvado sintético do Campo Major David Neto, em sessões de treino de **55 minutos**. As classes/equipas estão organizadas em diferentes horários, elaborados em articulação com os escalões de competição do Portimonense Sporting Clube.

Os horários previstos para as sessões de treino de **2ª e 4ª feira** são:

<b>18h30</b>	Benjamins D	Benjamins E	Benjamins F
<b>19h30</b>	Traquinas F		

Os horários previstos para as sessões de treino de **3ª e 6ª feira** são:

<b>17h30</b>	Petizes A	Petizes B	Petizes C	Traquinas A	Traquinas B	Traquinas C
<b>18h30</b>	Petizes D	Petizes E	Petizes F	Traquinas D	Traquinas E	Infantis A
<b>19h30</b>	Benjamins A	Benjamins B	Benjamins C	Traquinas G	Infantis B	

A Escola de Futebol "Força Portimonense" funciona continuamente de Setembro a Junho, encontrando-se apenas encerrada nos **feriados nacionais e municipais** e nas **interrupções seguintes**:

INTERRUPÇÕES	
<b>Natal</b>	De 19 de Dezembro a 2 de Janeiro
<b>Páscoa</b>	De 2 a 6 de Abril

Para além disso, sempre que se verifiquem **condições climáticas adversas**, a Escola de Futebol "Força Portimonense" reserva-se no direito de suspender/cancelar as actividades.

## 6. REGULAMENTO PARA OS PRATICANTES DA ESCOLA DE FUTEBOL "FORÇA PORTIMONENSE"

### 6.1. Comportamentos Gerais:

- 6.1.1. O comportamento entre os todos os praticantes deve ser exemplar, devendo verificar-se sempre o **respeito mútuo**, a **solidariedade** e a **amizade**;
- 6.1.2. Todos os praticantes devem **promover o espírito e o trabalho de grupo e coesão da equipa** em todas as actividades em que a Escola de Futebol "Força Portimonense" esteja envolvida;
- 6.1.3. Todos os praticantes devem **respeitar as decisões** tomadas pelos funcionários da Escola de Futebol "Força Portimonense" (seccionistas, coordenadores, professores e demais funcionários), de uma forma ordeira e civilizada;
- 6.1.4. Todos os praticantes terão que **entrar e sair** obrigatoriamente das instalações do clube **pela porta indicada** para o efeito; e,
- 6.1.5. Sempre que um praticante não possa comparecer a uma sessão de treino ou competição, seja por lesão, doença ou outro motivo, **deve informar o respectivo Professor/Treinador** de forma presencial ou por via telefónica.

### 6.2. Comportamentos antes das sessões de treino:

- 6.2.1. As sessões de treino começam quando se entra nas instalações e terminam apenas quando se sai das mesmas, pelo que **durante esse período os praticantes estarão em representação** do Portimonense Sporting Clube;
- 6.2.2. Todos os praticantes deverão encontrar-se **devidamente equipados antes da hora** estabelecida para o treino (equipados com o equipamento completo do Portimonense Sporting Clube);
- 6.2.3. Todos os praticantes deverão fazer-se acompanhar da **credencial de identificação**, que contém informações relativas à sua identidade, treinador, escalão a que pertencem e elementos comprovativos de regularização das mensalidades. Atente para este facto, uma

- vez que sem essa credencial, os praticantes **não poderão treinar**;
- 6.2.4. Todos os praticantes (60 minutos antes do treino e/ou competição) deverão **evitar ingerir alimentos do género**: fritos, bolos, refrigerantes gaseificados, leite e derivados;
- 6.2.5. Todos os praticantes apenas poderão entrar nos campos de treino com a **autorização dos Professores/Treinadores ou funcionários**;
- 6.2.6. Todos os praticantes deverão **evitar o uso de adereços** (relógios, fios, colares, pulseiras, brincos, entre outros), não só para garantir a própria integridade física, bem como a dos seus colegas; e,
- 6.2.7. Se, por algum motivo, os praticantes tiverem de **sair mais cedo** das sessões de treino, deverão **comunicar** essa situação ao respectivo Professor/Treinador **no início** das mesmas.

### **6.3. Comportamentos durante as sessões de treino:**

- 6.3.1. As sessões de treino começam quando se entra nas instalações e terminam apenas quando se sai das mesmas, pelo que **durante esse período os praticantes estarão em representação** do Portimonense Sporting Clube;
- 6.3.2. Todos os praticantes deverão estar **atentos às informações** dadas pelos seus Professores/Treinadores, para que possam realizar bons treinos e aperfeiçoar as suas potencialidades;
- 6.3.3. Sempre que os praticantes não entenderem as informações dadas pelos seus Professores/Treinadores, deverão solicitar-lhes **nova explicação**;
- 6.3.4. Todos os praticantes deverão **ajudar na arrumação do material** necessário (balizas, cones, coletes, bolas, barreiras, etc.);
- 6.3.5. Todos os praticantes deverão zelar pela **conservação das instalações e dos materiais** de treino acima mencionados;
- 6.3.6. Os praticantes deverão estar **concentrados e acatar rapidamente as indicações** do seu Professor/Treinador, para que haja mais tempo disponível para os exercícios de que mais gostam;
- 6.3.7. **Não serão tolerados actos de indisciplina e excessos de linguagem** para com os colegas, nem para com os Professores/Treinadores;
- 6.3.8. **No caso de lesão**, os praticantes deverão informar os seus Professores/Treinadores que, se assim o entenderem, poderão solicitar o auxílio do **Fisioterapeuta**;
- 6.3.9. Se, no final da sessão de treino, os praticantes receberem uma **convocatória** para a participação numa competição, deverão **entregá-la de imediato ao seu Pai/Encarregado de Educação**;
- 6.3.10. Todos os praticantes não deverão esquecer-se de **confirmar a sua presença** na competição até ao dia mencionado na convocatória); e,
- 6.3.11. Antes de abandonarem o recinto de treino, os praticantes deverão **cumprimentar os seus Professores/Treinadores** e todos os seus **colegas**.

### **6.4. Comportamentos nas competições:**

- 6.4.1. Os praticantes deverão evidenciar um **comportamento digno** da sua condição de praticantes da Escola de Futebol "Força Portimonense", não só durante as eventuais viagens, mas também durante toda a competição;
- 6.4.2. Os praticantes deverão comparecer **devidamente equipados** no local e no dia e hora marcados para a competição;
- 6.4.3. Os praticantes deverão realizar em conjunto com os seus colegas, antes da competição se iniciar, um bom **aquecimento**, devendo, para tal, permanecer sempre atentos a todas as indicações do seu Professor/Treinador;

- 6.4.4. Se o praticante for **suplente** no dia de competição, deverá respeitar a decisão do seu Professor/Treinador, apoiando os seus colegas e aguardando serenamente que este indique que irá entrar em jogo (deverá estar concentrado a observar o jogo, pois só assim poderá entrar e realizar um desempenho positivo); e,
- 6.4.5. Independentemente do resultado da competição, no final da mesma, os praticantes jamais poderão esquecer-se de **cumprimentar os seus colegas, os seus adversários** (jogadores e treinadores) **e os árbitros**.

#### **6.5. Critérios para a participação nas competições:**

- 6.5.1. As **competições internas** são abertas a todos os praticantes da Escola de Futebol "Força Portimonense", ou seja, todos os praticantes podem e devem participar, não sendo necessário proceder a convocatórias. **Todos estão convocados**;
- 6.5.2. As **competições externas** são mais restritas, sendo necessário proceder a uma **convocatória formalizada por escrito**, de acordo com os seguintes critérios:
- Escalão etário e/ou ano de nascimento, visto que existem torneios organizados por escalão etário ou por ano de nascimento;
  - Adequação do formato e das características da competição (futebol de 3, futebol de 5, futebol de 7, entre outros), ao nível de habilidade motora dos praticantes;
  - Quanto mais exigente for a competição, maior prioridade terão os praticantes mais velhos de cada escalão (praticantes de segundo ano), bem como os praticantes mais aptos;
  - Garantir o máximo de tempo de participação em competições a todos os praticantes da Escola de Futebol "Força Portimonense";
  - Comportamento, desempenho e evolução dos praticantes; e,
  - Assiduidade dos praticantes às sessões de treino e às competições anteriores.

#### **6.6. Critérios para a transição de escalão:**

Os critérios para a transição de escalão, da Escola de Futebol "Força Portimonense", visam a **definição de regras** e a **uniformização de normas** para a transição de um praticante de uma classe para outra de um escalão superior. Estes critérios são apurados e controlados **pelos treinadores e pela coordenação**, em **qualquer momento** do processo de treino, assentando essencialmente nas seguintes premissas:

- Adequação do repertório motor dos praticantes, aos conteúdos do escalão a transitar;
- Ano de nascimento dos praticantes;
- Comportamento, desempenho e evolução dos praticantes;
- Existência de vagas no escalão a transitar; e,
- Assiduidade dos praticantes.

Para além destas premissas, cumpre-nos informar que, a transição de atletas entre escalões, tem concomitantemente em consideração a **idade biológica dos atletas** e não a idade cronológica, uma vez que todas as crianças têm o seu ritmo próprio de desenvolvimento. Nunca deverá ser entendida a transição de escalão, como um patamar superior de prestação (ou inferior), mas sim uma **adequação dos conteúdos** ao repertório motor dos praticantes como referido anteriormente.

De referir ainda, que as eventuais **transições de escalão não são definitivas ou irreversíveis**, dado que, sempre que os critérios acima mencionados não forem cumpridos, existe a possibilidade do praticante regressar à sua classe de origem, tendo em vista a sua evolução adequada e integral.

#### **6.7. Regulamento Disciplinar:**

- 6.6.1. Os praticantes devem **justificar as suas faltas** e de preferência com **antecedência**. Caso tal não aconteça, os praticantes poderão não ser convocados para as competições;

- 6.6.2. Os praticantes que faltem **injustificadamente** a uma actividade (competição) poderão não ser convocados para a actividade seguinte;
- 6.6.3. Em caso de **desavenças graves** com colegas, a sanção a aplicar será da responsabilidade do Professor/Treinador e Coordenação Técnica;
- 6.6.4. Em caso de incumprimento das normas internas, a sanção a aplicar será da responsabilidade do **Coordenador Técnico e Gestor**, após consulta ao Professor/Treinador;
- 6.6.5. Todos os praticantes infractores terão o **direito a serem previamente ouvidos** antes da aplicação de qualquer sanção; e,
- 6.6.6. Todas as situações não previstas neste Regulamento e que impliquem sanção disciplinar serão analisadas pela Coordenação e equipa de Professores/Treinadores, que posteriormente darão conhecimento aos Órgãos Directivos.

## 7. REGULAMENTO PARA PAIS/ENCARREGADOS DE EDUCAÇÃO E ACOMPANHANTES DOS PRATICANTES DA ESCOLA DE FUTEBOL "FORÇA PORTIMONENSE"

- 7.1. Os Pais/Encarregados de Educação que são **sócios do Portimonense Sporting Clube terão um desconto na mensalidade** da Escola de Futebol "Força Portimonense". Para isso, devem regularizar, as quotas de sócio junto da secretaria do Clube;
- 7.2. Os Pais/Encarregados de Educação deverão regularizar a mensalidade do seu educando impreterivelmente **até ao dia 8 de cada mês em questão**;
- 7.3. Em **nenhuma circunstância** o Portimonense Sporting Clube **poderá restituir**, aos Pais/Encarregados de Educação dos praticantes, o montante pago na inscrição, mensalidade ou outros encargos;
- 7.4. A Escola de Futebol "Força Portimonense" deverá garantir que todos os atletas que necessitem de cuidados médicos, decorrentes da actividade desportiva, possam ser devidamente tratados pelo **departamento médico do clube**;
- 7.5. À Escola de Futebol "Força Portimonense" reserva-se o direito da **captação de imagens e sons**, qualquer que seja o seu suporte, no decorrer das actividades desenvolvidas pelo clube, podendo as mesmas ser utilizadas para transmissão, reprodução, publicação, promoção, nos meios que esta achar por bem;
- 7.6. Qualquer esclarecimento de ordem técnica e pedagógica deve ser feito, em **primeiro lugar, junto do Professor/Treinador** e, posteriormente, junto Coordenador Técnico;
- 7.7. Os Pais/Encarregados de Educação, que tenham qualquer questão a colocar ao Professor/Treinador, terão que efectuar a mesma impreterivelmente **antes ou no final da sessão de treino ou competição**. Tal situação, nunca deverá suceder no decorrer das mesmas;
- 7.8. Os Pais/Encarregados de Educação, que tenham conhecimento de algum **problema de saúde** por parte do seu educando, deverão dar conhecimento dessa situação ao Professor/Treinador;
- 7.9. Sempre que o praticante não possa comparecer às sessões de treino e/ou competições, seja por lesão, doença ou outro motivo, **os Pais/Encarregados de Educação devem informar** da forma mais expedita o Professor/Treinador respectivo;
- 7.10. Sempre que os praticantes forem convocados para as competições, os Pais/Encarregados de educação deverão **confirmar a presença ou ausência** dos seus educandos até à data mencionada na convocatória escrita entregue pelo Professor/Treinador e **devolver o destacável** da mesma onde consta a sua autorização;
- 7.11. A **deslocação dos atletas** ao local previamente estabelecido **para a competição** é da

- responsabilidade dos Pais/Encarregados de Educação;
- 7.12. Os Pais/Encarregados de Educação encontram-se proibidos de **intervir nas sessões de treino e nas competições**, pois tal procedimento em nada beneficiará os seus filhos/educandos a manter a concentração necessária. Essa tarefa é unicamente da responsabilidade dos Professores/Treinadores;
  - 7.13. Os Pais/Encarregados de Educação deverão **apoiar e acompanhar** a actividade, **sem pressionar ou intrometer-se**;
  - 7.14. Os Pais/Encarregados de Educação e/ou acompanhantes dos praticantes que pretendam assistir às sessões de treino e/ou às competições, deverão fazê-lo na **zona exterior ao relvado**, fora do espaço destinado às sessões de treino e às competições;
  - 7.15. Os Pais/Encarregados de Educação e/ou acompanhantes dos praticantes que assistem às sessões de treino e/ou às competições **não deverão dirigir-se de forma injuriosa** aos árbitros, praticantes, treinadores e funcionários, quer da Escola de Futebol "Força Portimonense", quer dos adversários;
  - 7.16. Os Pais/Encarregados de Educação deverão estar **presentes nas competições** em que os seus educandos participem, encorajando-os a respeitarem as **regras da modalidade e do espírito desportivo**;
  - 7.17. Os Pais/Encarregados de Educação deverão ter sempre presente que a Escola de Futebol "Força Portimonense" se trata de uma actividade dos jovens e para jovens, tentando **não valorizar excessivamente os resultados** alcançados pelos seus filhos/educandos e **evitando criar expectativas demasiado exageradas** enquanto futuros praticantes;
  - 7.18. Os Pais/Encarregados de Educação **não deverão proibir a prática desportiva**, como forma de castigo/punição, em particular face aos maus resultados escolares;
  - 7.19. Os Pais/Encarregados de Educação deverão assumir um **comportamento respeitador e comedido perante vitórias e derrotas**, ajudando os seus **filhos/educandos** a construírem semelhante conduta;
  - 7.20. Os Pais/Encarregados de Educação deverão fornecer **bons exemplos**, através de um **relacionamento amigável** com os pais e os acompanhantes dos adversários, realçando sempre o **prazer de fazer desporto** e a **alegria de participar**;
  - 7.21. Os Pais/Encarregados de Educação deverão **elogiar o esforço** realizado e os **progressos** conseguidos, aceitando que isso será sempre mais importante que ganhar a qualquer custo;
  - 7.22. Os Pais/Encarregados de Educação deverão **centrar a sua atenção no processo de participação e não somente no resultado desportivo**, já que ganhar não é tudo, nem a única coisa!