



Sporting Clube de Fermentelos
Departamento de Formação



MANUAL DE BOAS PRÁTICAS

Futebol de Formação



Sporting Clube de Fermentelos



Índice

INTRODUÇÃO	4
MISSÃO	5
VISÃO	5
IDENTIDADE E VALORES.....	5
OBJETIVOS GERAIS	6
OBJETIVOS ESPECÍFICOS	6
INFRAESTRUTURAS	6
ORGANOGRAMA DO SCF.....	7
HORÁRIO 2025/2026.....	7
NORMAS DE CONDUTA, DIREITOS E DEVERES.....	8
DIRETORES DE ESCALÃO	8
COORDENADOR DESPORTIVO	8
COORDENADOR TÉCNICO	8
TREINADORES	9
MASSAGISTA/MÉDICO.....	9
JOGADORES	9
DIREITOS DOS JOGADORES.....	9
DEVERES DOS JOGADORES	10
COMPORTAMENTO EM TREINO.....	11



COMPORTAMENTO EM JOGO	11
RECOMENDAÇÕES AOS JOGADORES.....	12
APOSTAS E MATCH FIXING	12
COMPORTAMENTO ESCOLAR.....	12
CODIGO CONDUTA NOS TRANSPORTES.....	13
NORMAS DE ACOMPANHAMENTO MÉDICO.....	13
NORMAS DE ACOMPANHAMENTO ESCOLAR.....	14
NORMAS DE ACOMPANHAMENTO NUTRICIONAL	14
NORMAS DOS ENCARREGADOS DE EDUCAÇÃO	15
QUADRO DISCIPLINAR.....	16
ATLETAS	16
ENCARREGADOS DE EDUCAÇÃO E FAMILIARES	16
CONDIÇÕES DE ACESSO	17
ATIVIDADES ANUAIS DO CLUBE	18



INTRODUÇÃO

O presente documento tem o propósito de definir e orientar o funcionamento do Departamento de Futebol de Formação do clube, surgindo como elemento regulador e orientador dos comportamentos, direitos e deveres a preservar na instituição aquando da sua representação. Cumprindo a sua função reguladora o mesmo direciona-se a todos os intervenientes ativos do processo de Formação de Jovens atletas, nomeadamente elementos Diretivos, Seccionistas, Treinadores, Atletas, Departamento Médico e Encarregados de Educação. Como tal, este documento encontra-se dividido em três partes distintas: uma primeira parte onde estão descritos e cuidados os objetivos e identidade da instituição, bem como a sua Visão e Missão, uma segunda parte onde abordaremos a organização estrutural do Futebol de Formação do Sporting Clube de Fermentelos, as suas funções e a sua importância e, por fim, uma terceira parte onde abordaremos questões relacionadas com as infraestruturas físicas do Clube, a sua oferta e normas de conduta dos seus intervenientes.



MISSÃO

“Não somos melhores nem piores, somos diferentes”

De acordo com o nosso lema, pretendemos formar jogadores de acordo com a identidade e valores do clube, dando prioridade ao desenvolvimento global (desportivo, social e cultural) e permitir aos jovens com maior apetência para a modalidade aceder a patamares de rendimento superior.

Do ponto de vista interno, o objetivo primordial do clube é recheiar a sua equipa sénior com atletas com frequência de formação do clube superior a três anos. Nesta época desportiva específica pretendemos desportivamente subir de escalão as equipas de Iniciados e Juvenis, que militam no último escalão das divisões distritais de Aveiro.

VISÃO

O Sporting Clube de Fermentelos perfila entre os melhores clubes do Distrito de Aveiro, e como tal, tem vindo a aumentar a sua oferta desportiva na comunidade com o objetivo de proporcionar experiências desportivas e sociais enriquecedoras.

IDENTIDADE E VALORES

O Sporting Clube de Fermentelos distingue-se dos demais pela ligação emocional e vinculativa que os seus elementos têm para com a instituição. Respeitando esta ligação, pretende-se desenvolver nos jovens atletas uma identidade ganhadora, ambiciosa e resiliente. O trabalho é a chave do sucesso, queremos trabalhar para ganhar, queremos sonhar e crescer e vamos lutar para vencer. Os nossos valores primordiais são:

- Humildade;
- Dedicação;
- Solidariedade;
- Compromisso;



OBJETIVOS GERAIS

Formar jovens atletas de acordo com uma visão única, clara e objetiva, dando prioridade ao desenvolvimento da criança, através de conteúdos específicos necessários em cada etapa nas vertentes técnicas, táticas, físicas e mentais, garantindo em simultâneo que elas possam obter a satisfação que pretendem ao praticar a modalidade, sempre dentro de um ambiente de exigência adequado à idade.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Conseguir a colocação de atletas formados no clube, de acordo com os nossos valores, no plantel sénior do clube;
2. Garantir a continuidade dos nossos atletas o maior número de anos possível;
3. Conseguir ter os escalões de competição de Futebol 11 no escalão máximo da Associação de Futebol de Aveiro dentro de 3 épocas desportivas;

INFRAESTRUTURAS

A prática desportiva do futebol de formação desenvolve-se no Campo Constantino Marques Duarte em Fermentelos, campo principal de piso sintético. Este espaço está condicionado aos tempos efetivos de treino para cada escalão.



Figura 1 - Campo SCF



ORGANOGRAMA DO SCF



Figura 2 - Organograma do clube

HORÁRIO 2025/2026

ESCALÃO	INICIO TREINOS	INICIO COMPETIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA			TERÇA-FEIRA			QUARTA-FEIRA			QUINTA-FEIRA			SEXTA-FEIRA		
			18H15 19H15	19H15 20H30	20H30 21H45	18H15 19H15	19H15 20H30	20H30 21H45	18H15 19H15	19H15 20H30	20H30 21H45	18H15 19H15	19H15 20H30	20H30 21H45	18H15 19H15	19H15 20H30	20H30 21H45
Seniores				X					X			X				X	
Juniões	25/08/25	04/10/25			X					X			X				
Juvenis	26/08/25	07/09/25					X						X				X
Iniciados	01/09/25	27/09/25		X						X							X
INFANTIS A	01/09/25	20/09/25	X			X						X					
INFANTIS B	02/09/25	11/09/25				X		X							X		
BENJAMINS A	02/09/25	04/10/25				X		X							X		
BENJAMINS B	01/09/25	04/10/25	X					X							X		
TRAQUINAS A	03/09/25	11/10/25	X					X							X		
TRAQUINAS B	02/09/25	11/10/25				X						X					
PETIZES	08/09/25	01/11/25	X									X					

Tabela 1 – Horário de treinos



NORMAS DE CONDUTA, DIREITOS E DEVERES

DIRETORES DE ESCALÃO

O mesmo deve promover um ambiente positivo entre os restantes elementos do processo, tem a função de ligar o escalão pelo qual é responsável aos elementos diretivos. Este deve fazer cumprir com **zelo** o Regulamento Interno do Futebol de Formação.

COORDENADOR DESPORTIVO

O cargo de Coordenador Desportivo implica um grande conhecimento do funcionamento e Filosofia do Clube.

- Coordena e supervisiona todas as atividades das equipas;
- Faz a ligação entre os diversos escalões e Direção do Clube;
- É da sua responsabilidade em conjunto com a Direção e o Coordenador Técnico, a constituição das Equipas Técnicas e Staff Administrativo de cada escalão;
- Garantir e manter a comunicação com os Encarregados de Educação, quer para troca de informações quer por problemas que ocorram durante o processo de formação;

COORDENADOR TÉCNICO

O Coordenador, como a própria definição da palavra descreve assume um papel organizativo no processo de formação, sendo a entidade reguladora da identidade que se pretende implementar no clube ao nível do treino, da competição e dos comportamentos dentro e fora do campo de jogo.



TREINADORES

Ao nosso treinador exige-se responsabilidade e compromisso com o clube. Este deve representar e inculcar de forma positiva os valores do clube, trabalhar com entusiasmo e ambição de acordo com o modelo de formação do clube, obtendo o máximo de cada atleta, respeitando a singularidade de cada jovem praticante da modalidade. A este pedimos ainda uma conduta social e desportiva exemplar.

MASSAGISTA/MÉDICO

O massagista/médico do clube deve estar presente em todos os treinos e se possível nos jogos (em casa) de todos os escalões e é responsável pelo tratamento médico dos atletas em caso de lesão. Deve, portanto, auxiliar na recuperação e tratamento de todos os atletas tanto no campo como na Fisioterapia/Posto Médico.

JOGADORES

Este é o elemento mais importante da nossa estrutura, é este a imagem do nosso clube. Desta forma é-lhe exigido apenas que respeite a identidade e valores do clube de forma a obter uma experiência desportiva positiva e saudável.

DIREITOS DOS JOGADORES

- Usufruir de treinos de qualidade de forma a proporcionar a realização de aprendizagens bem-sucedidas;
- Usufruir de um ambiente proporcionado pelo treinador que permita condições ótimas para o seu desenvolvimento físico, técnico, tático, psicológico, intelectual, moral, cultural e cívico, como também para a formação da sua personalidade;
- Usufruir de competições federadas na Associação de Futebol de Aveiro;



- Usufruir de instalações desportivas, nomeadamente de balneários, equipados com banhos, sanitários, vestuário com padrão ótimo de higiene;
- Ver reconhecido e valorizado o seu desempenho escolar;
- Ser assistido de forma pronta e adequada em caso de lesão manifestada no decorrer dos treinos;
- Tratado com respeito e correção por todo e qualquer elemento do clube.

DEVERES DOS JOGADORES

- Respeitar e dignificar o Clube;
- Respeitar todos os elementos do clube, promovendo o espírito de coesão do grupo;
- Ser assíduo e pontual;
- Estar devidamente equipado e pronto, com a antecedência devida antes de cada treino e nos jogos;
- Seguir as orientações do treinador relativas ao processo de treino;
- As faltas aos treinos e às competições deverão ser devidamente justificadas, com antecedência ou no dia seguinte;
- Respeitar a integridade física e moral de todos os elementos do clube;
- Zelar pela prevenção, conservação e asseio das instalações, bem como do material de treino, fazendo o uso correto do mesmo;
- Conhecer as normas de funcionamento da secretaria e do Regulamento Interno, cumprindo-as integralmente.



- Os jogadores estão proibidos de ir treinar a outros clubes/instituições durante a época desportiva, a realização deste comportamento pode levar a aplicação do nosso quadro disciplinar (abaixo descrito)

COMPORTAMENTO EM TREINO

O nosso atleta deve:

- Comparecer em todos os treinos da sua equipa devidamente equipado com o kit de treino;
- Quando chamado a outro escalão deve marcar presença no mesmo;
- Ter uma atitude positiva perante o treino e os seus exercícios;
- Colaborar com os colegas na realização das tarefas;
- Respeitar os feedbacks que lhe são dirigidos em todos os momentos;
- Dar o seu máximo para usufruir das atividades e aprendizagens que lhe são dirigidas;

COMPORTAMENTO EM JOGO

No momento de competição o atleta deve:

- Apresentar-se na concentração devidamente equipado com o Kit de Saída do clube;
- Respeitar os colegas e adversários durante a competição;
- Respeitar o feedback fornecido pelo treinador;
- Saudar todos os intervenientes do jogo no seu final, incluído os adeptos e encarregados de educação;



RECOMENDAÇÕES AOS JOGADORES

APOSTAS E MATCH FIXING

As recomendações nesta área objetivam a integridade e comportamento perante o fenómeno da Aposta Desportiva. A mesma serve também como ação de auxílio e prevenção a manipulação desportiva, zelando sempre pela verdade e ética, e integridade no desporto. Deste modo os atletas devem adotar o seguinte código de conduta:

- Nunca combinar o resultado de um jogo;
- Reportar qualquer tentativa de suborno;
- Não apostar no próprio jogo;

COMPORTAMENTO ESCOLAR

Todos os atletas do clube devem seguir as normas e código de conduta da escola:

- Ser assíduo e pontual cumprindo os horários escolares;
- Seguir as orientações do pessoal docente relacionadas com o processo de ensino/aprendizagem;
- Evitar faltar e caso tenham de o fazer, estas serem devidamente justificadas pelos atletas e pelos Encarregados de Educação;
- Respeitar a integridade física e moral de todos os elementos na Escola;
- Devem manter sempre limpos e arrumados, os espaços utilizados pertencentes à Escola;
- Conhecer as normas de funcionamento e do Regulamento Interno da Escola e cumpri-los integralmente.

CÓDIGO CONDUTA NOS TRANSPORTES

O Atleta do Sporting Clube de Fermentelos deve, aquando de uma deslocação ao serviço do clube:

- Respeitar as regras de Higiene das viaturas;
- Preservar as viaturas do clube e viatura ao serviço do mesmo;
- Respeitar o Condutor do veículo;
- Cumprir os horários estipulados;
- Fazer-se acompanhar da sua identificação pessoal (cartão de cidadão ou BI);

NORMAS DE ACOMPANHAMENTO DO CLUBE

NORMAS DE ACOMPANHAMENTO MÉDICO



Figura 3 – Infograma de Emergência Médica



NORMAS DE ACOMPANHAMENTO ESCOLAR

Os treinadores de cada escalão deverão estar atentos ao rendimento escolar dos seus jogadores. Devem solicitar uma cópia do registo de avaliação no final de cada período letivo, no entanto, o acompanhamento deve ser feito de forma o mais regular possível, em especial no caso dos alunos que manifestem maiores dificuldades.

Mediante o rendimento escolar dos seus jogadores, alguns incentivos e apoios poderão ser aplicados. Os apoios serão realizados em estreita ligação entre o Coordenador, Diretor, Treinador e Encarregado de Educação da criança.

NORMAS DE ACOMPANHAMENTO NUTRICIONAL

O Plano Alimentar tem como objetivo melhorar a performance e o desenvolvimento de um jogador de futebol ao longo da época.

Procuramos dar aos atletas alguns conselhos e orientações no sentido de os poder ajudar e de acordo também com as possibilidades e necessidades de cada um.

Alguns princípios básicos que recomendamos aos atletas:

- Realizar uma dieta variada;
- Não abusar de comidas fritas (batatas fritas, etc);
- Evitar bebidas gasificadas;
- Realizar entre 5 a 6 refeições por dia;
- Comer frutas durante o lanche da manhã e da tarde;
- Beber no mínimo 1,5L de água mais as perdas (suor, líquidos);



NORMAS DOS ENCARREGADOS DE EDUCAÇÃO

O objetivo destas normas de conduta é ajudar a melhorar os aspetos comunicacionais, relacionais e consequentemente o entendimento entre os atletas, treinadores, diretores, pais, pessoal administrativo e demais funcionários do clube:

- Apoiar e acompanhar sempre que possível, os filhos na atividade desportiva (treinos/jogos), mas sem os pressionar e sem se intrometer nas tarefas dos atletas, treinadores e dos árbitros;
- Encorajar o seu filho para um estilo de vida equilibrado entre desporto, educação, cultura e outros interesses;
- Valorizar e elogiar, acima de tudo, o esforço (empenho) despendido e os progressos conseguidos (mesmo que ligeiros) e aceite que este é mais importante que ganhar a qualquer custo;
- Encorajar, ajudar o filho a respeitar as regras e o espírito desportivo e não valorizar excessivamente os resultados desportivos alcançados (positivos ou negativos);
- Promover um ambiente de convívio e de união com os outros pais e acima de tudo incentive o grupo/equipa como um todo;
- Evite pressionar o seu filho sobre ganhar, perder ou marcar um golo;



QUADRO DISCIPLINAR

ATLETAS

A violação pelo praticante de alguns deveres e normas de conduta previstos no Regulamento Interno em termos que se revelem perturbadores do normal funcionamento do clube, constituem uma infração disciplinar a qual pode levar à aplicação das seguintes medidas disciplinares:

- a) **Repreensão;**
- b) **Suspensão;**
- c) **Expulsão.**

As medidas disciplinares a aplicar são analisadas por uma comissão constituída pelo Presidente da Direção, pelo Coordenador Técnico do Futebol de Formação, pelo Diretor de Escalão e respetivo Treinador.

ENCARREGADOS DE EDUCAÇÃO E FAMILIARES

O mau comportamento por parte dos Encarregados de Educação e Familiares para com os elementos técnicos envolvidos na modalidade pode levar a um processo disciplinar consequente expulsão das instalações do clube.

Em primeiro lugar serão identificados os casos e será realizada uma sensibilização para a resolução do mesmo e se este for reincidente procedesse a expulsão dos elementos desordeiros.



CONDIÇÕES DE ACESSO

O clube não aplica mensalidade aos seus atletas e tem como condição de acesso a toda a sua oferta a aquisição do Kit de treino e Kit de saída com um valor total de 100 euros e incluindo neste um calção de treino, uma meia, uma t-shirt e camisola para treino e um fato de treino e respetivo polo. O clube pede também encarecidamente que um dos encarregados de educação do atleta se torne sócio do clube de forma a fazer crescer os nossos apoiantes. As condições de acesso e privilégios encontram-se na secretaria para consulta e aplicação de toda a comunidade.

Informamos também que em caso de necessidade de acesso ao seguro desportivo o clube exige que o encarregado de educação realize o pagamento de dois terços da franquia assumindo o clube o restante valor, sendo que no futebol de onze o clube paga cinquenta euros e os atletas cem euros e no futebol de sete o clube paga vinte e cinco euros e os atletas setenta e cinco.

Após a inscrição, o encarregado de educação não tem mais nenhuma despesa diretamente ligada ao clube, o mesmo não cobra mensalidade, palestras e formações adjacentes à prática desportiva harmoniosa.

ESCALÃO	1º INSCRIÇÃO	REVALIDAÇÃO	TRANSFERÊNCIA
PETIZES	40.00€	40.00€	75.00€
TRAQUINAS	50.00€	50.00€	85.00€
BENJAMINS	50.00€	50.00€	85.00€
INFANTIS	50.00€	50.00€	85.00€
INICIADOS	65.00€	65.00€	105.00€
JUVENIS	75.00€	75.00€	110.00€

Tabela 2 - preço inscrição



ATIVIDADES ANUAIS DO CLUBE

O Sporting Clube de Fermentelos, instituição participante e ativa na comunidade realiza neste ano desportivo um conjunto de atividades onde pretende incluir a participação dos Encarregados de Educação, dos respetivos Atletas e de toda a Comunidade.

A primeira das quais no mês de Novembro, dia 14, sexta-feira com a realização de uma **Caminhada Solidária** e um **convívio com Castanhada** e celebração do São Martinho. A segunda atividade é a **Festa de Natal** dia 20 de Dezembro, sábado com um convívio e festa celebrativa da data. A terceira atividade é a participação do clube nas festas das Associações da nossa Vila, nomeadamente no **Fermentelos Fest**, com a organização de um restaurante onde todos os escalões são convocados para trabalhar um dia. Nos dias 27 e 28 de Julho, Temos o nosso torneio juvenil, **Pateira Cup**, onde as equipas de Futebol sete e Futebol nove vão participar com jogos nos campos com concelho de Águeda. Por último e não menos importante as nossas habituais **Férias Desportivas “Leões da Pateira”**, organizadas pelo clube, que irão decorrer durante as 5 semanas de Julho, com condições de acesso a ser divulgadas nas redes sociais do clube à posteriori.