



INSTITUTO PORTUGUÊS  
DO DESPORTO  
E JUVENTUDE, I. P.

# Conciliar a Formação com a Competição

Rui Pacheco





# A NOSSA REALIDADE

ENTIDADE FORMADORA

FPF

ENTIDADE FORMADORA  
CERTIFICADA COM 4 ESTRELAS



FUTEBOL FEMININO



ENTIDADE FORMADORA  
CERTIFICADA COM 3 ESTRELAS



FUTEBOL MASCULINO



# REALIDADE DO CLUBE

3

Campos de Futebol

11

Equipas de Competição

31

Equipas Academia de Futebol

25

Treinadores

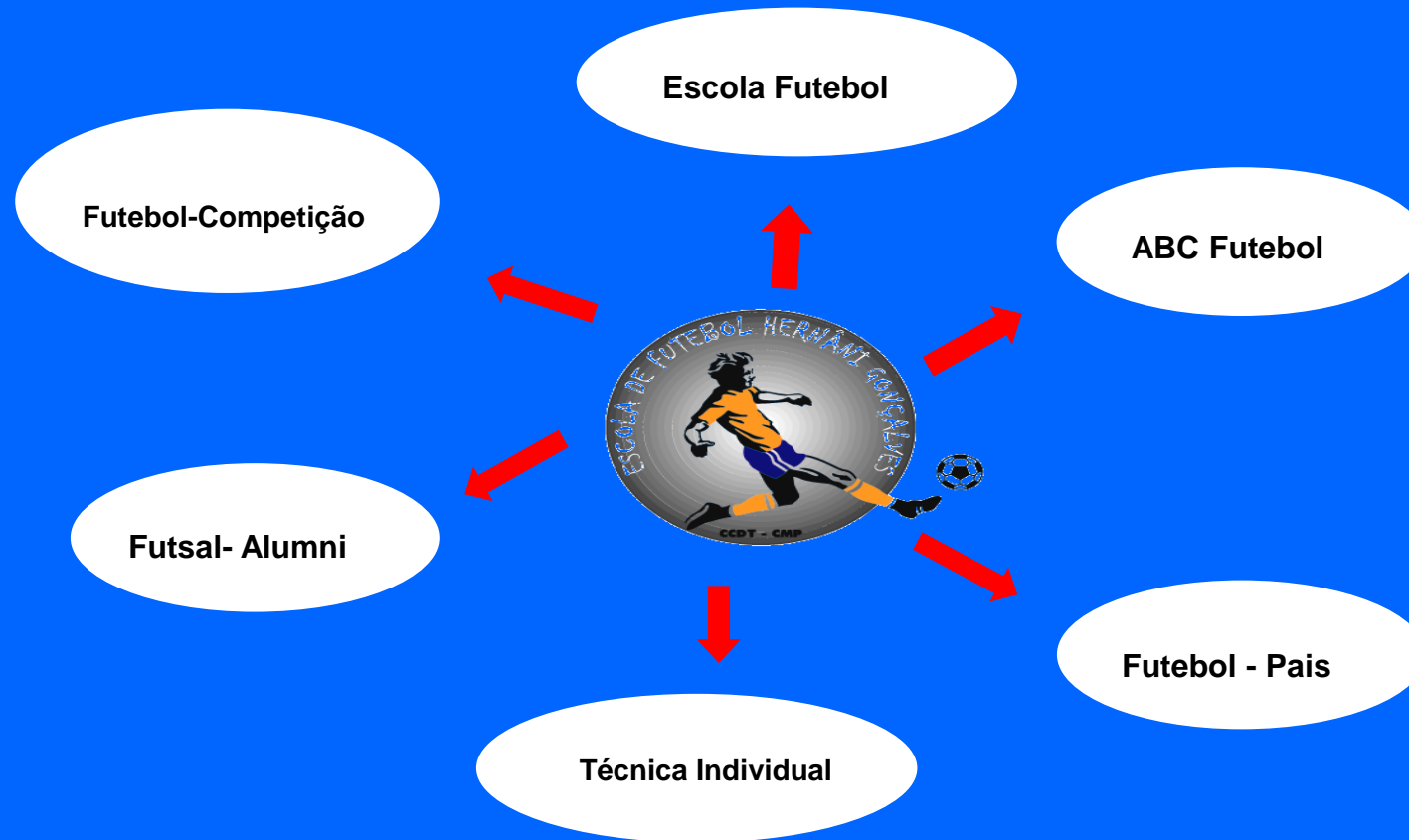
1

Coordenador Scouting

650 (50 Fem)

Jovens Jogadores

# PROGRAMAS



Video

# A NOSSA PROPOSTA DE INTERVENÇÃO

- INÍCIO DA PRÁTICA - 3 aos 5 anos - ABC-Futebol - Coord. Motora
- 6 - 16 ANOS ENSINO DO FUTEBOL - Escola Futebol - PARA TODOS
- ENCONTROS MENSAIS JORNADAS CONCENTRADAS S/ CLASSIF.
- 11 ANOS - INÍCIO FUTEBOL  
COMPETIÇÃO - SELETIVO (19 anos)  
COMPETIÇÕES SEMANAIS



# AS ETAPAS DO ENSINO DO FUTEBOL

ETAPA 1 – A CONSTRUÇÃO DO JOGO A 4

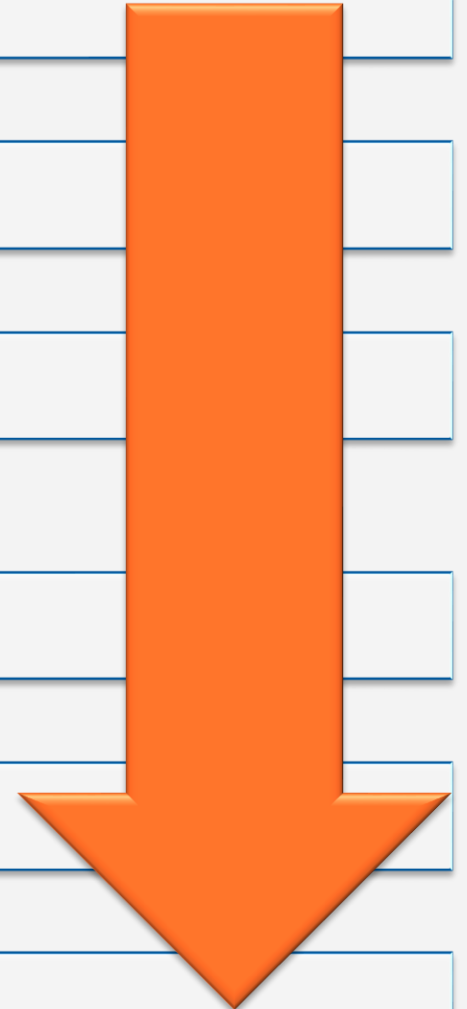
ETAPA 2 – A CONSTRUÇÃO DO JOGO A 5

ETAPA 3 – A CONSTRUÇÃO DO JOGO A 7

ETAPA 4 – A CONSTRUÇÃO DO JOGO A 7 COM A  
APLICAÇÃO DA LEI DO FORA-DE-JOGO

ETAPA 5 – A CONSTRUÇÃO DO JOGO A 9

ETAPA 6 – A CONSTRUÇÃO DO JOGO A 11



# MODELO DE JOGO E DE TREINO

- Definição de um conjunto de ideias e de princípios comuns, acerca da forma como queremos que todas as nossas equipas venham a treinar e a jogar.
- Procurar sair a jogar de trás a partir do Guarda-redes, não ter medo de ter a bola, procurar jogar de uma forma eficaz e inteligente em largura ou em profundidade, apelando à tomada de decisão do jogador, Procurar uma rápida recuperação da bola, preferencialmente através de uma defesa zonal

## ORGANIZAÇÃO DE JOGO

- Forma que facilite a integração dos jovens nos escalões etários seguintes e que crie uma linha comum e coerente de aprendizagem e da forma de jogar de todas as equipas da Escola

## FILOSOFIA (FIO) DE JOGO



# TIPOS DE PRÁTICA DE FUTEBOL

## 1. Futebol Lúdico / Lazer / Para Todos

Outra Visão do Enquadramento do Futebol (F.F.F., 2014):

1. Futebol- Animação – Sub-6 a Sub-11
2. Futebol de Pré-competição – Sub-12 e Sub-13
3. Futebol de Competição (Jovens) – Sub-14 a Sub-19



Portugal possui cerca de 190.000 praticantes de Futebol Federados (pordata, 2020).

Porém, que alternativa têm muitos dos jovens que são excluídos dos clubes, por não terem muita apetência para o fazer, ou que saem porque não jogam ou jogam pouco tempo, mas que gostam de jogar Futebol?



## Futebol Lúdico / Lazer / Para Todos

As Escolas de Futebol / Academias são a alternativa, mas poucos são os clubes que lhes dão real valor e que lhes proporcionam boas condições de prática desportiva.

Alguns clubes com a supervisão de algumas ADR`S e da Associação Portuguesa de Escolas de Futebol (APEF) , tentam há cerca de 20 anos, ser o suporte deste tipo de jovens enquadrados na seguinte filosofia:



**Associação Portuguesa de Escolas de Futebol**



## Associação Portuguesa de Escolas de Futebol 2021/2022

### Futebol Lúdico / Lazer / Para Todos

- Proporcionar iguais oportunidades a TODOS de poderem Treinar e Jogar em Variantes de Jogo adaptadas s/ Cap. – Fut-4; Fut-5 e Fut-7;
- Nos jogos, todos jogam sensivelmente o mesmo tempo;
- Encontros Desportivos / Jornadas Concentradas (Não Semanais e fora do período de férias) e sem Carater Classificativo;
- Árbitros jogadores Federados Sub-15, Sub-17, Sub-19 e Feminino ou Treinadores das Equipas intervenientes





## Associação Portuguesa de Escolas de Futebol 2021/2022

### Futebol Lúdico / Lazer / Para Todos

- Agrupamento de Equipas por Níveis de Desempenho Desportivo;
- Regras para a Promoção de um Jogo de Qualidade (evitar “chutão “ na frente, Proibição de Golos na Bola de saída, L.L. com o pé);
- Possibilidade de comunicação a meio do jogo “Time Out”;
- Promoção do equilíbrio dos jogos (entrada de mais 1 ou 2 jogadores quando as equipas estão a perder por 4 ou 6 golos).





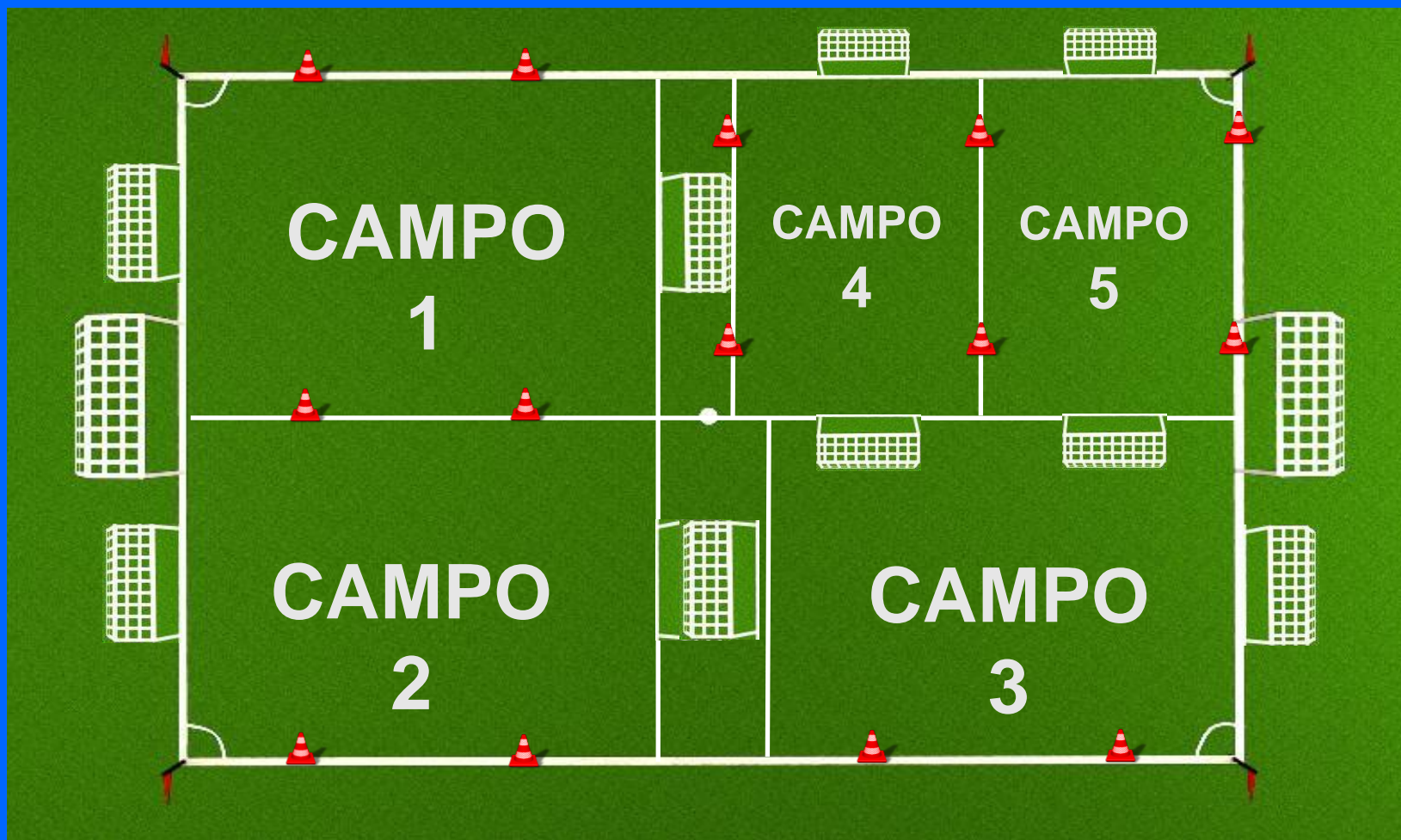
## ESCALÕES ETÁRIOS, VARIANTES DE JOGO, DIMENSÕES DO CAMPO E DAS BALIZAS

Os diferentes escalões etários da APEF, organizam-se em diferentes variantes de Futebol com as seguintes características:

Escalão Etário	Anos de Nascimento	Variante de Futebol	Dimensões do Campo *	Dimensões da Baliza	Tamanho da Bola
Petizes A Petizes B	2015 2016	Futebol-4 C/GR Av.	30x20m	2x1m	Nº 3
Traquinas A Traquinas B	2013 2014	Futebol-5	40x20m	4x2m (3x2m)	Nº 4
Benjamins A Benjamins B	2011 2012	Futebol-7	50x30m	6x2m	Nº 4
Infantis A Infantis B	2009 2010	Futebol-7	50x30m	6x2m	Nº 4
Iniciados A Iniciados B	2008/2007 2006	Futebol-7	50x30m	6x2m	Nº 5



## **CAMPOS E ÁREA DE BALIZA**





ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA DE ESCOLAS DE FUTEBOL  
Calendário de Jogos APEF - 2015/16

GRUPO 2 – JORNADA 7 Data: 23 de abril de 2016 Tel. Coordenador: Rui Pacheco - 916004460

BOLA NO PÉ VS EF TROFINTAS VS EF TARROTES VS HERNANI PORTO - 1 VS GAIA FUT VS ARGOLINHAS VS  
SOBRADO VS RIBEIRÃO

Local: Hernani Gonçalves, CCD-Porto - Rua Alves Redol, 292. 4050-042, Porto

8h:30m – Chegada às instalações 9h:00m - Reunião Técnica com os Coordenadores de cada Escola

HORA	JOGO	CAMPO	ESCALÃO	EQUIPAS	RESULTADO
09h:00m	A	6	Iniciados	HG Porto-1 A N3 EQ1 x HG Porto-1 A N3 EQ2	
	B	7	Iniciados	HG Porto-1 A N3 EQ3 x Sobrado A N3	
09h:30m	JOGO	CAMPO	ESCALÃO	EQUIPAS	RESULTADO
	C	1	Minis	EF Trofintas B N3 x EF Tarrantes B N3 EQ1	
	D	2	Minis	HG Porto-1 A N3 x EF Tarrantes A N3	
	E	3	Pré-Escolas	EF Trofintas B N3 EQ1 x Gaia Fut B N3	
	F	4	Pré-Escolas	EF Tarrantes B N3 x Argolinhas B N3	
	G	5	Pré-Escolas	Bola no Pé A N3 x Sobrado A N3	
	H	8	Pré-Escolas	EF Trofintas A N3 x HG Porto-1 A N3 EQ1	
	I	6	Iniciados	Bola no Pé A N3 x HG Porto-1 A N3 EQ1	
	J	7	Iniciados	Sobrado A N3 x HG Porto-1 A N3 EQ2	
10h:00m	JOGO	CAMPO	ESCALÃO	EQUIPAS	RESULTADO
	K	1	Minis	EF Tarrantes B N3 EQ 2 x EF Trofintas B N3	
	L	2	Minis	EF Tarrantes A N3 x Argolinhas A N3	
	M	3	Pré-Escolas	Gaia Fut B N3 x Ribeirão B N3	
	N	4	Pré-Escolas	EF Trofintas B N3 EQ2 x EF Tarrantes B N3	
	O	5	Pré-Escolas	HG Porto-1 A N3 EQ2 x Sobrado A N3	
	P	7	Iniciados	HG Porto-1 A N3 EQ3 x Bola no Pé A N3	
	JOGO	CAMPO	ESCALÃO	EQUIPAS	RESULTADO

Reunião Técnica

Entrega Listagens

8 Escolas/Clubes

300 jogadores

20 equipas

40 jogos

6 árbitros

1 Fisioterapeuta

Duração : 3h00

Duração jogos: 25'

2 jogos por equipa

Águas

Bolas

Balneários

Relatório Final

# TIPOS DE PRÁTICA DE FUTEBOL

## 2. Futebol de Competição / Federado / Seletivo

- Prática formal, seletiva, para os mais aptos e com caráter classificativo
- Alguns jovens levantam-se muito cedo de suas casas e acabam por não jogar, alternativa criação das EQUIPAS B
- Competições Semanais (início treinos em Agosto, período de férias), critério de agrupamento – localização geográfica, por vezes a 2 voltas;
- Existência de 1ª e 2ªs Divisões a nível distrital e nacional - Subidas e descidas de divisão
- Dispensa de Jogadores menos aptos no final da época.
- Equipas com plantéis de 35 jogadores ( muitos jogadores quase não jogam ou jogam muito pouco no ano)



# TIPOS DE PRÁTICA DE FUTEBOL

## 2. Futebol de Competição / Federado / Seletivo

- Organização Nacional (FPF) ou distrital (ADRs);
- Quadros Competitivos , por vezes com trocas de jogadores a meio, (ex: clube trocou 32 jogadores de equipa no mesmo ano), geradores de falta de verdade desportiva e de desmotivação: jogadores, treinadores e pais.





# A IMPORTÂNCIA DOS QUADROS COMPETITIVOS

Quadros Competitivos Desequilibrados a 2/1 voltas (Sub-13)- Fut-7

JORNADA 3		
<u>FCG</u>	<u>0-41</u>	<u>Arcozelo</u>
<u>FC Foz</u>	<u>11-0</u>	<u>DFC</u>
<u>Boavista</u>	<u>25-0</u>	<u>CFC</u>
<u>Serzedo</u>	<u>1-3</u>	<u>Benf. Mat.</u>
<u>AD Grijó</u>	<u>3-1</u>	<u>Lavrense</u>
<u>Lusitanos</u>	<u>18-0</u>	<u>GFC</u>

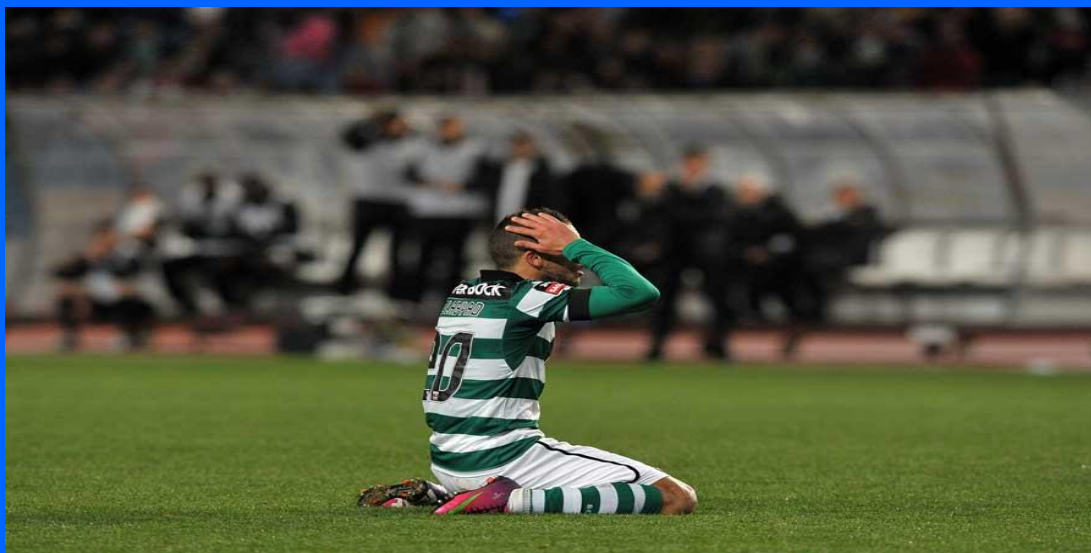
Média Golos Sofridos / jogo 3 equipas em 6 jornadas: **16 golos**

Clas,		<b>P</b>	<b>J</b>	<b>V</b>	<b>E</b>	<b>D</b>	<b>GM</b>	<b>GS</b>
<b>11</b>	<u>GFC</u>	<b>3</b>	<u>6</u>	<u>1</u>	<u>0</u>	<u>5</u>	<u>3</u>	<u>97</u>
<b>12</b>	<u>FCG</u>	<b>0</b>	<u>5</u>	<u>0</u>	<u>0</u>	<u>5</u>	<u>2</u>	<u>81</u>
<b>13</b>	<u>C FC</u>	<b>0</b>	<u>6</u>	<u>0</u>	<u>0</u>	<u>6</u>	<u>0</u>	<u>101</u>

# A IMPORTÂNCIA DOS QUADROS COMPETITIVOS

Os resultados muito desequilibrados com derrotas consecutivas (equipas que sofrem no futebol-7, média de 10/15 golos por jogo, ver Infantis), não induzem aprendizagem, implicam desagrado e desânimo da parte de todos, Pais, treinadores, jogadores, dirigentes, originando ambientes desagradáveis, onde tudo se põe em causa, originando “chicotadas psicológicas” nos treinadores e por vezes o abandono do Futebol dos jovens.

Há que criar uma alternativa, para estes jovens, pois nem todos podem estar no Futebol Federado.



# BAYERN MUNIQUE INICIA APENAS AOS 11 ANOS O FUTEBOL DE COMPETIÇÃO

O primeiro Escalão Competitivo no Clube começa aos 11 anos de idade.

"Com este passo, as crianças devem poder desenvolver-se o maior tempo possível, no seu ambiente natural do seu clube de origem sem pressão do resultado e da classificação e proporcionando-lhes momentos de divertimento, que contribuam para a melhoria da sua criatividade.

(Ex:Benfica,escalões mais baixos, não compete, 3 horas organiza multiatividades, Futebol, Futsal, dança... - Rodrigo Coord. SLB)



Glückwunsch - [FC Bayern München](#) (Foto)



rumagopa@gmail.com

**OBRIGADO !**

INTERNATIONAL  
STARS CUP

MAIS FOTOS  
REPORT

