



# Associação Juvenil

## Escola de Futebol Hernâni Gonçalves

Rua Alves Redol, 292 ; 4050-052 Porto  
Telefone: 916004460 / Secretaria: 919 613 611  
[geral@escfuthernani.com](mailto:geral@escfuthernani.com) / [www.escfuthernani.com](http://www.escfuthernani.com)



### PROGRAMA ABC – FUTEBOL / APRENDIZAGEM MOTORA

### CRIANÇAS COM 3, 4 e 5 ANOS

#### JUSTIFICAÇÃO DO PROGRAMA:

Assiste-se atualmente à escala mundial, ao início da prática desportiva com crianças e jovens a partir de idades cada vez mais precoces. No nosso País, a Natação foi a modalidade que primeiro se dedicou ao ensino da prática desportiva com beb s e com crianças de tenra idade. Porém, a generalidade dos movimentos feitos no meio aquático, são possíveis de realizar no meio terrestre, em condi es mais naturais e mais facilitadoras para as crianças, facto que tem levado os grandes clubes nacionais (FC Porto e SL Benfica entre outros) a implementar este programa nas suas institui es.

Neste sentido, implementamos um programa de aprendizagem motora, direcionado para o Futebol (e ou para outras modalidades desportivas), que parte do pressuposto que a criança para poder controlar a bola, e para jogar, terá primeiro que possuir um bom domínio do próprio corpo (equilibrar-se, gatinhar, andar, correr, saltar, lançar, rematar..). Pretende-se assim através de atividades lúdico-desportivas desenvolver as bases do reportório motor das crianças com 3, 4 e 5 anos de idade, para que a partir dos 6 anos, possam vir a ser integradas nas diferentes etapas do Ensino do Futebol (Programa Escola de Futebol).

#### OBJETIVOS:

Proporcionar uma atividade lúdico-desportiva agradável e atrativa, que contribua para um melhor apetrechamento motor e para uma maior socializa o das crianças com 3, 4 e 5 anos de idade (nascidos em 2013/14/15), para que a partir dos 6 anos, possam vir a ser integradas nas diferentes etapas do Ensino do Futebol.

#### ATIVIDADES A DESENVOLVER:

Atividades lúdicas, Jogos de pequena organiza o, jogos de regras, jogos espaço-temporais, jogos pr -desportivos e circuitos coordenativos, visando fundamentalmente o desenvolvimento das capacidades motoras bem como algumas habilidades relacionadas com o Futebol.

#### ENQUADRAMENTO TÉCNICO:

Os alunos irão ser agrupados em Sub-grupos de 10 elementos, enquadrados por um Professor de Educa o Física.

#### ASSISTÊNCIA MÉDICA - SEGURO DE ACIDENTES PESSOAIS:

Será assegurado diariamente a presta o de primeiros socorros aos utentes, beneficiando ainda de um seguro de acidentes pessoais.

#### INSCRI ES:

As inscri es far-se- o na Secretaria da Escola de Futebol Hernâni Gonçalves, em impresso próprio, onde o Encarregado de Educa o declare a inexistência de qualquer contra indica o para a prática da atividade física.

Deverão ser entregue ainda 2 fotografias, uma fotocópia do cartão de cidadão / cédula pessoal do aluno.

Outras informa es poderão ser prestadas pelos Telefones: 916 004 460 / Secretaria: 919 613 611, ou ainda na nossa página na internet: [www.escfuthernani.com](http://www.escfuthernani.com)

#### CONTACTOS DA ESCOLA COM OS ALUNOS POR E-MAIL

Os contactos entre a escola, os alunos e os encarregados de educa o, serão feitos predominantemente via e-mail, razão pela qual será **obrigatório** no momento de inscri o todos os alunos **indicarem um endereço de email**, pessoal ou de um amigo.

#### VESTUÁRIO:

O equipamento a utilizar será da responsabilidade de cada aluno e constará de camisola, cal es, meias, sapatilhas (preferencialmente com sola tipo turf, para relva sint tica e aperto em velcro) e fato de treino (facultativo), devendo ser utilizado preferencialmente o equipamento da Escola. Deverá ser evitado o uso de objetos que possam pôr em causa a integridade física dos alunos como relógios, fios, pulseiras, brincos, etc.



# Associação Juvenil

## Escola de Futebol Hernâni Gonçalves

Rua Alves Redol, 292 ; 4050-052 Porto  
Telefone: 916004460 / Secretaria: 919 613 611  
[geral@escfuthernani.com](mailto:geral@escfuthernani.com) / [www.escfuthernani.com](http://www.escfuthernani.com)



### OBJETOS DE VALOR:

Os alunos deverão evitar deixar objetos de valor nos balneários. A Escola de Futebol Hernâni Gonçalves não se poderá responsabilizar pelo desaparecimento ou deterioração de qualquer objeto deixado nos balneários.

### LOCAL E HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO:

As aulas funcionarão num dos Ginásios (cobertos) e sempre que aconselhável, nos campos de Futebol-5 de relva sintética ao ar livre, aos Sábados de manhã, entre as 10h00 e as 13h00 e às 2<sup>as</sup> e 4<sup>as</sup> Feiras entre as 18h30 e as 19h30 com a seguinte distribuição

Horas / Dias	2ª Feira	4ª Feira	Sábado
10:00 – 11:00			3/4 Anos
11:00 - 12:00			3/4 Anos
12:00 – 13:00			5 Anos
18:30 – 19:30	3, 4 e 5 Anos	3,4 e 5 Anos	_____

As aulas dos alunos terão a duração de cerca de 60 minutos.

Poder-se-ão vir a criar outras turmas noutras dias e noutras horas desde que haja um número mínimo de interessados (10) que justifique o seu funcionamento.

Início das Atividades: 1 de Setembro.

Fim das Atividades: 30 de Junho.

Haverá interrupção das atividades nos Feriados e nas Férias do Natal, Carnaval e Páscoa.

### DESISTÊNCIA TEMPORÁRIA OU PERMANENTE DA ESCOLA

Os alunos que vierem a abandonar temporariamente a Escola por um ou mais meses completos, se se tratar doença justificada por atestado médico terão uma redução de 25% no valor da mensalidade. Se não comparecerem por outros motivos, ou por castigo atribuído pelos pais, não haverá qualquer redução da mensalidade. Os alunos que venham a contrair alguma lesão no decurso das aulas ou jogos na Escola de Futebol terão uma redução de 50% no valor da mensalidade. Os alunos que abandonarem definitivamente a Escola ao longo do ano deverão informar o sucedido via e-mail ou informar a secretaria da Escola do sucedido, pois senão o fizerem, deverão suportar o encargo com as respetivas mensalidades.

### QUOTIZAÇÃO:

Os alunos pagarão uma quota mensal de acordo com a seguinte tabela:

Nº de Aulas Semanais	1 Aula	2 Aulas	3 Aulas	Inscrição
Valor	30 €	37,50 €	42,50 €	30 €

As quotizações deverão ser liquidadas até ao dia 8 de cada mês. Conjuntamente com o primeiro mês, os alunos pagarão uma Taxa de Inscrição (inclui seguro desportivo/Cartão de aluno) no valor de 30,00€ (Trinta Euros).

Nos dois meses imediatamente após o mês de inscrição, os alunos terão de pagar 50% do valor da mensalidade referente ao mês de Junho (não reembolsável em caso de desistência)

Os Encarregados de Educação que pretenderem fazer a liquidação das quotizações por **transferência bancária**, poderão fazê-lo, para o Banco Santander, em Nome de Associação Juvenil Escola de Futebol Hernâni Gonçalves, **indicando sempre o primeiro e último nome do aluno**, para o seguinte NIB: 0018 000 00 721 5759 001 78, informando posteriormente a Escola via email da concretização da referida transferência bancária.

Os alunos que possuírem **1 mês de quotização em atraso**, os Encarregados de Educação serão avisados via email e os alunos ficarão impedidos de frequentar as aulas (salvo situações excecionais e devidamente comprovadas).

Para mais informações consultar: [www.escfuthernani.com](http://www.escfuthernani.com)

O Presidente

(Prof. Rui Pacheco)