

## **A INTERVENÇÃO DA *TEAM MANAGER* NAS EQUIPAS DE FORMAÇÃO DE FUTEBOL FEMININO**

*Relatório de Estágio Profissionalizante realizado nas equipas de futebol  
feminino SUB-11, SUB-13 e SUB-15 do Sporting Clube de Braga*

Relatório de Estágio apresentado à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto com vista à obtenção do 2º Ciclo de estudos conducente ao grau de *Mestre em Gestão Desportiva* – (Decreto-Lei n.º 74/2006, de 24 de março, na versão da última alteração do Decreto-Lei n.º 13/2022, de 12 de janeiro).

**Orientadora:** Profª Doutora Maria José Carvalho

**Supervisor Local:** Dr. Duarte Morais de Oliveira

**Laura José Ramos Luís**

Porto, 13 junho de 2023

### **Ficha de catalogação**

Luís, L. (2023). *A intervenção da Team Manager nas equipas de formação de futebol feminino. Relatório de Estágio Profissionalizante realizado nas equipas de futebol feminino SUB-11, SUB-13 e SUB-15 do Sporting Clube de Braga.* Relatório de Estágio Profissionalizante. Porto: L. Luís. Relatório de Estágio para obtenção de Mestre em Gestão do Desporto, apresentado à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

**PALAVRAS-CHAVE:** GESTÃO DO DESPORTO, FUTEBOL DE FORMAÇÃO *TEAM MANAGER*, FUTEBOL FEMININO, SPORTING CLUBE DE BRAGA.

## **DEDICATÓRIA**

Dedico a todas as pessoas que me acompanharam nesta intensa jornada e  
que sempre me incentivaram a alcançar os meus sonhos.



## AGRADECIMENTOS

*“A gratidão é o único tesouro dos humildes.”*

William Shakespeare

A concretização deste trabalho não teria sido possível sem o apoio de todos aqueles que de forma direta ou indiretamente me ajudaram a concretizar este sono de criança. Por estar grata a todos, deixo os meus sinceros agradecimentos:

À Faculdade de Desporto da Universidade do Porto e a todo o seu pessoal docente e não docente, por fazerem de tantos estudantes Homens melhores bem como as condições de excelência para atingir o melhor de nós.

À Prof<sup>a</sup> Doutora Maria José Carvalho, agradecer-lhe por todas as aprendizagens e conselhos para tornar este trabalho mais enriquecedor. Agradeço toda a sua competência enquanto profissional e pessoa que me fez crescer e ver a evolução do trabalho sempre com enorme motivação.

Ao Sporting Clube de Braga e em especial ao seu departamento de formação do futebol feminino, que me acolheu e deu a oportunidade de contribuir para o sucesso da formação de futebol feminino no clube obtendo assim mais conhecimento e colocando em prática todos os conhecimentos adquiridos no meu percurso académico. *Sou Gverreira com muito orgulho.*

Ao Dr. Duarte Oliveira que realizou a supervisão do estágio e se mostrou sempre disponível para ajudar, bem como à sua secretária Marta Alves pelos conhecimentos que me transmitiram e pela confiança que depositaram no meu honesto trabalho.

A todos os elementos do *staff* técnico da equipa Sub-11, 13 e 15, com os quais partilhei excelentes momentos de aprendizagem constante e diferentes ideias para um melhor futebol feminino no Sporting Clube de Braga.

A todas as atletas, por serem verdadeiras protagonistas desta bonita história e por me terem feito ver cada vez mais a importância de sermos amigos, honestos e felizes. Pequenas *Gverreiras* com uma enorme vontade de vencer e crescer.

Aos meus pais e familiares, por estarem sempre comigo em todos os momentos, lutando lado a lado pelos meus sonhos e sentindo orgulho em mim e nas minhas conquistas. Amo-vos!

Aos meus amigos, em especial à Dolores Silva, por me fazer acreditar que posso ser cada vez melhor e por estar ao meu lado em todos os momentos importantes da minha vida.

À minha madrinha, Délia Gouveia por todos os conhecimentos transmitidos ao longo da minha adolescência até hoje, tornando-me assim uma pessoa melhor e confiante daquilo que sou.

A todos, um eterno obrigado.

## ÍNDICE GERAL

<i>DEDICATÓRIA</i> .....	III
<i>AGRADECIMENTOS</i> .....	V
<i>ÍNDICE GERAL</i> .....	VII
<i>ÍNDICE DE FIGURAS</i> .....	XI
<i>ÍNDICE DE ANEXOS</i> .....	XIII
<i>RESUMO</i> .....	XV
<i>ABSTRACT</i> .....	XVII
<i>LISTA DE ABREVIATURAS</i> .....	XIX
<i>Introdução, Objetivos e Planeamento</i> .....	21
1.1 Apresentação da prática Profissional .....	23
1.2 Da competição à gestão .....	23
1.3 Expetativas para o estágio profissionalizante .....	24
1.4 Objetivos e estrutura do Relatório de Estágio .....	25
1.4.1 Objetivos gerais do estágio.....	26
1.4.2 Objetivos específicos do estágio.....	26
1.4.3 Objetivos principais da época desportivas.....	26
1.4.4 Objetivos específicos da época desportiva.....	27
1.5 Planeamento da época desportiva .....	27
1.6 Planeamento pessoal .....	29
1.7 Plano de Estágio .....	30
1.8 Funções e responsabilidades no estágio.....	31
1.9 Cronograma do estágio .....	32
<i>Enquadramento da Prática Profissional</i> .....	33
2.1 Contexto Legal.....	35
2.2 Contexto institucional.....	35
2.2.1 História do Sporting Clube de Braga .....	36
2.2.2 Departamento Futebol Feminino.....	38

2.3 Estrutura interna do departamento futebol feminino .....	41
2.4 Instalações Desportivas .....	42
2.4.1 Cidade Desportiva.....	43
2.4.2 Estádio 1.º Maio .....	45
2.4.3 Campo de jogos Albino Duarte Pinheiro Navarra .....	45
2.4.4 Complexo Mire de Tibães .....	46
2.4.5 Complexo Desportivo das Camélias .....	47
2.4.6 Fut7 .....	47
2.5 Contexto de natureza funcional .....	48
2.5.1 Caracterização do plantel Sub-11 .....	48
2.5.2 Caracterização do plantel Sub-13 e Sub-15 .....	49
2.6 Descrição das funções do <i>Team Manager</i> .....	50
2.6.1 Funções específicas da estagiária.....	51
2.7 Macro contexto de natureza concetual .....	51
2.7.1 Gestão do Desporto .....	51
2.7.2 Importância e funções do Gestor do Desporto .....	52
2.7.3 Gestão de recursos humanos .....	53
2.7.4 Gestão de eventos desportivos .....	53
2.8 A importância do futebol de formação .....	54
2.8.1 A importância do envolvimento das famílias.....	55
2.9 Avaliação .....	55
<i>Realização da Prática Profissional e Atividades realizadas</i> .....	57
3.1 Conceção da prática profissional: o papel do Gestor do Desporto.....	59
3.2 Gestão documental do staff .....	60
3.3 Gestão documental dos atletas .....	60
3.4 Inscrição de atletas e staff .....	62
3.5 Operacionalização dos treinos.....	63
3.5.1 Bolas .....	63
3.5.2 Coletes .....	64
3.5.3 Organização dos balneários .....	64
3.5.4 Acompanhamento dos treinos .....	64
3.6 Receção de atletas à experiência .....	65

3.7 Organização e gestão pré-jogo.....	65
3.7.1 Requisição de campos e lanches .....	65
3.7.2 Comunicação das convocatórias dos treinos e seleção .....	66
3.7.3 Organização dos equipamentos de jogo .....	67
3.7.4 Organização dos cartões de jogo e fichas de jogo .....	67
3.8 Organização e gestão em dia de jogo .....	68
3.9 Organização e gestão pós-jogo .....	69
3.10 Potencialização do futebol feminino .....	70
3.11 Bilhetes SC Braga equipa masculina e feminina .....	70
3.12 Avaliação escolar .....	71
3.13 Regras da Cidade Desportiva .....	71
3.14 Resultados .....	72
3.15 Torneio de abertura nas equipas de formação .....	73
3.16 Apresentação das equipas de formação .....	74
3.17 Apanha bolas jogo Seleção Nacional Feminina e Liga BPI .....	75
3.18 Palestra o que é ser Capitã do SC Braga .....	76
3.19 Entrada com as jogadoras em jogos da Liga BPI .....	77
3.20 Convívio entre Encarregados Educação, atletas e staff .....	77
3.21 Prémio para as atletas com melhores notas escolares .....	78
<i>Reflexão crítica e competências adquiridas .....</i>	<i>79</i>
4.1 Dificuldades encontradas.....	81
4.2 Reflexões parcelares .....	82
4.2.1 Fase preparatória.....	82
4.2.2 Fase de jogos.....	84
4.2.3 Torneio e atividades.....	85
4.3 Reflexão final .....	85
<i>Considerações Finais .....</i>	<i>89</i>
<i>Referências Bibliográficas .....</i>	<i>93</i>
<i>Anexos.....</i>	<i>XCVII</i>



## ÍNDICE DE FIGURAS

<b>Figura 1:</b> Cronograma época desportiva Sub-11, 13 e 15 do SC Braga (elaboração própria).....	32
<b>Figura 2:</b> Emblema do SC Braga .....	37
<b>Figura 3:</b> Organograma do Departamento Futebol Feminino (elaboração própria).....	41
<b>Figura 4:</b> Estádio Municipal de Braga .....	42
<b>Figura 5:</b> Cidade Desportiva, SC Braga, 1ª fase.....	44
<b>Figura 6:</b> Cidade Desportiva, SC Braga, 2ª fase.....	44
<b>Figura 7:</b> Estádio 1º Maio .....	45
<b>Figura 8:</b> Campo de jogos Albino Duarte Pinheiro Navarra .....	46
<b>Figura 9:</b> Campo Mire de Tibães .....	46
<b>Figura 10:</b> Complexo Desportivo das Camélias.....	47
<b>Figura 11:</b> Fut 7 SC Braga .....	47
<b>Figura 12:</b> Equipa Feminina Sub-11 .....	48
<b>Figura 13:</b> Equipa Feminina Sub-13 e Sub-15.....	50
<b>Figura 14:</b> Exemplo de pastas individuais com informações das atletas.....	61
<b>Figura 15:</b> Exemplo de tabela de documentos em falta para a inscrição .....	61
<b>Figura 16:</b> Modelo 2, FPF, ficha de inscrição.....	62
<b>Figura 17:</b> Convocatória para o jogo Sub-13 .....	66
<b>Figura 18:</b> Ficha de Jogo e Cartões de Jogo .....	68
<b>Figura 19:</b> Identificação do <i>staff</i> e capitã .....	69
<b>Figura 20:</b> Lista de bilhetes jogos masculino e feminino.....	70
<b>Figura 21:</b> Folha excel com as avaliações escolares Sub-11, 13 e 15.....	71
<b>Figura 22:</b> Atletas da formação entram em campo com a equipa sénior feminina.....	73
<b>Figura 23:</b> Torneio de abertura .....	74
<b>Figura 24:</b> Apresentação das equipas de formação .....	75
<b>Figura 25:</b> Palestra "Ser Capitã" ao escalão Sub-12 e 15 .....	77
<b>Figura 26:</b> Convívio de Natal com os encarregados de educação e <i>staff</i> ....	78



## **INDICE DE QUADROS**

<b>Quadro 1:</b> Recursos Humanos Sub-11, 13, 15 Feminino .....	40
---	----

## **ÍNDICE DE ANEXOS**

<b>Anexo 1 :</b> Organigrama SC Braga – Futebol Feminino .....	XCIX
<b>Anexo 2 :</b> Informação básica do plantel Sub-11 .....	C
<b>Anexo 3 :</b> Informação básica do Plantel Sub-13 e 15 .....	CI
<b>Anexo 4 :</b> Tamanho do vestuário das atletas Sub-13 .....	CII
<b>Anexo 5 :</b> Atividade realizada no início da época desportiva .....	CIII



## RESUMO

O presente relatório enquadra-se no estágio profissionalizante desenvolvido no âmbito do 2º ano do 2º ciclo de estudos em Gestão Desportiva, pela Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

O estágio profissionalizante foi realizado no Sporting Clube de Braga, iniciado em junho de 2022 e terminado em junho de 2023, tendo uma duração de quase 12 meses.

A sistematização deste relatório engloba 5 capítulos: o primeiro capítulo compreende o enquadramento biológico da estagiária, uma breve revisão da literatura, os objetivos gerais e específicos delineados em conjunto com a entidade acolhedora do estágio, bem como o planeamento da época desportiva, pessoal e o cronograma do estágio. Posteriormente nos seguintes capítulos são apresentados o enquadramento da prática, todas as atividades realizadas, seguidas de uma reflexão crítica sobre o decorrer do estágio, bem como as competências adquiridas com o mesmo. Terminando com as considerações finais e perspetivas de futuro da estagiária.

Foram consolidados os conhecimentos teóricos com as competências adquiridas e desenvolvidas no desempenho de funções de *Team Manager* no decorrer da prática profissionalizante, colaborando com todos os departamentos do futebol feminino no Sporting Clube de Braga.

A realização do Estágio Profissionalizante e da elaboração deste relatório, foi bastante benéfico para o desenvolvimento dos conhecimentos da estagiária, que ficou com maior entendimento sobre o gestor do desporto.

**Palavras-chave:** GESTÃO DO DESPORTO, FUTEBOL DE FORMAÇÃO *TEAM MANAGER*, FUTEBOL FEMININO, SPORTING CLUBE DE BRAGA.



## ABSTRACT

This report is part of the professional internship developed within the scope of the 2<sup>nd</sup> year of the 2<sup>nd</sup> cycle of studies in Sports Management, by the Faculty of Sports of the University of Porto.

The professional internship took place at Sporting Clube de Braga, starting in June 2022 and ending in June 2023, lasting almost 12 months.

The systematization of this report encompasses 5 chapters: the first chapter comprises the biological framework of the intern, a brief review of the literature, the general and specific objectives outlined together with the hosting entity of the internship, as well as the planning of the sporting season, personnel and the internship schedule. Subsequently, in the following chapters, the framework of the practice is presented, all the activities carried out, followed by a critical reflection on the course of the internship, as well as the skills acquired with it. Ending with final considerations and perspectives for the future of the intern.

Theoretical knowledge was consolidated with the skills acquired and developed in the performance of Team Manager functions during professional training, collaborating with all departments of women's football at Sporting Clube de Braga.

The completion of the Professional Internship and the preparation of this report was very beneficial for the development of the intern's knowledge, who gained a greater understanding of the sport manager.

**Keywords:** SPORTS MANAGEMENT, TEAM MANAGER TRAINING FOOTBALL, WOMEN'S FOOTBALL, SPORTING CLUBE DE BRAGA.



## LISTA DE ABREVIATURAS

<b>AF Braga</b>	Associação de Futebol de Braga
<b>FADEUP</b>	Faculdade de Desporto da Universidade do Porto
<b>FPF</b>	Federação Portuguesa de Futebol
<b>IESF</b>	Instituto de Estudos Superiores de Fafe
<b>Sub-11</b>	Equipa formação feminina até 11 anos de idade
<b>Sub-13</b>	Equipa formação feminina até 13 anos de idade
<b>Sub-15</b>	Equipa formação feminina até 15 anos de idade
<b>SC Braga</b>	Sporting Clube de Braga
<b>UMA</b>	Universidade da Madeira



# 01

---

## Introdução, Objetivos e Planeamento



## **1.1 Apresentação da prática Profissional**

O presente relatório enquadra-se na unidade profissionalizante “Estágio Profissionalizante” realizado ao longo do 2o ano do 2o Ciclo do mestrado em Gestão Desportiva da Faculdade de Ciências do Desporto da Universidade do Porto (FADEUP) tendo sido orientada pela Prof.<sup>a</sup> Doutora Maria José Carvalho.

Com o objetivo geral de transmitir conhecimentos e criar competências este mestrado qualifica os estudantes na intervenção como gestores do desporto dentro do sistema desportivo nas múltiplas organizações desportivas bem como aprofundando todo o seu conhecimento nas áreas científicas da gestão do desporto (trabalho em equipa, resolução de problemas, comunicação, inovação, reflexão crítica entre muitas outras)

No mês de junho de 2022, quando tive a oportunidade de escolher a Organização onde poderia estagiar, a minha escolha recaiu de imediato no Sporting Clube de Braga. Como jogadora profissional de futebol e com a ambição de fazer crescer o futebol feminino em Portugal e no clube que represento comecei a pensar em formas de contribuir para o crescimento do futebol feminino.

Na minha opinião, a formação é a base de um futuro risonho. Ao longo dos anos o SC Braga tem crescido na sua formação, com a criação de várias equipas femininas e com uma aposta forte dentro de todo o clube.

É com esta ambição que o clube procura ao longo dos anos da existência do futebol feminino conquistar todos os anos as quatro estrelas de creditação atribuídas por parte da Federação Portuguesa de Futebol. Uma das marcas a atingir para obter as quatro estrelas é a criação de equipa de futebol feminino nos escalões de base.

## **1.2 Da competição à gestão**

Desde a minha infância que o desporto no geral sempre foi a minha paixão, experimentei várias modalidades numa componente mais federada nomeadamente, o hóquei patins, patinagem artística, ténis de mesa, natação

e futebol. Foi no futebol que singrei como profissional e realmente descobri a minha verdadeira paixão, o que me move diariamente até os dias de hoje.

Passei vários anos da minha vida no estrangeiro, Estados Unidos da América e Alemanha, aproveitando tudo o que cada cultura podia fazer-me crescer, foram anos de aprendizagem e de conhecimento.

Desde cedo que a minha vontade e desejo era ser professora de Educação Física por ser uma área ligada ao desporto e onde podia ensinar aquilo que mais gosto na vida. Neste sentido em 2010 ingressei na Licenciatura em Educação Física e Desporto na Universidade da Madeira, com uma passagem pelo Instituto de Ensino Superior de Fafe. Como trabalhadora estudante nem sempre foi fácil conciliar a vida académica com o trabalho, mas finalmente em 2020 sou licenciada.

Após alguns meses de reflexão e desejo de continuar a estudar, o sonho de ser professora de Educação Física ficou adiado pois seria difícil conciliar a situação profissional com o mestrado em ensino, nisto surge o Mestrado em Gestão Desportiva, concretizando um grande sonho de ingressar na mais prestigiada faculdade, a FADEUP.

A gestão do desporto é uma área que ao longo dos anos despertou-me interesse e seria uma via onde podia fazer algo pelo futebol feminino em Portugal, acompanhando o crescimento que estamos a viver.

### **1.3 Expetativas para o estágio profissionalizante**

Com o intuito de continuar a desenvolver a minha carreira a nível do desporto e especificando-me no mundo do futebol como gestora, a minha escolha apenas podia ser uma, o SC Braga, clube de referência e em processo evolutivo.

Através do estágio profissionalizante, posso colocar em prática todas as componentes teóricas aprendidas até então, e continuar no meu processo de aprendizagem entre os melhores desta área.

O meu objetivo era manter-me ligada ao SC Braga e à formação de futebol feminino, acompanhar o seu crescimento e evolução, não só por ser uma referência desportiva a nível nacional, mas também internacional. Desde sempre que esta entidade apoia o futebol feminino ao mais alto nível, mas sinto

que os passos para o sucesso, passa pela formação no clube, e vejo isso como uma janela de oportunidade para mudar mentalidades e fazer crescer a modalidade com as melhores condições.

Após uma reunião com o atual diretor desportivo do futebol feminino, propôs-me o papel de *Team Manager* em três escalões de formação: Sub-11, Sub-13 e Sub-15.

Com o interesse de ambas as partes, o estágio ficou acordado e um horário/data para início foram definidos consoante a minha profissão.

#### **1.4 Objetivos e estrutura do Relatório de Estágio**

Como referi anteriormente, no mês de junho de 2022, deram-me a oportunidade de escolher a Organização onde poderia estagiar, e o meu primeiro pensamento foi o SC Braga, o clube que acreditou em mim enquanto profissional de futebol e onde exerço funções de *Team Manager* nos escalões de formação no ano 2018 até então. Ao longo dos anos fui aprofundando e entrando em todas as dinâmicas do mundo dos “Gverreiros”.

Na minha opinião, a formação é a base de um futuro risonho. Ao longo dos anos o SC Braga tem crescido na sua formação, com a criação de várias equipas femininas e com uma aposta forte dentro de todo o clube.

É com esta ambição que o clube procura ao longo dos anos da existência do futebol feminino conquistar todos os anos as quatro estrelas de creditação atribuídas por parte da Federação Portuguesa de Futebol. Uma das marcas a atingir para obter as quatro estrelas é a criação de equipa de futebol feminino nos escalões de base.

Este trabalho tem como objetivos: elaborar o planeamento e metodologia do estágio; a caracterização da entidade de estágio; resultados esperados com a realização do estágio; a realização do cronograma do estágio; atividades realizadas. Seguidamente apresentamos os objetivos gerais e específicos do mesmo.

### **1.4.1 Objetivos gerais do estágio**

Quanto aos objetivos gerais do presente estágio, foram definidos os seguintes:

- Trabalhar diariamente num dos maiores clubes de futebol feminino em Portugal;
- Ter contacto direto com uma equipa de formação com hábitos competitivos;
- Evoluir o futebol feminino;

### **1.4.2 Objetivos específicos do estágio**

No que concerne aos objetivos específicos, foram definidos os seguintes:

- Desenvolver competências de planificação, organização, controlo e avaliação;
- Desenvolver competências de trabalho em equipa;
- Desenvolver competências em gerir pessoas;
- Conhecer, experienciar várias metodologias de trabalho;
- Desenvolver competências na área de comunicar;
- Alcançar os objetivos do futebol feminino e aprimorar a sua forma de atuação;

### **1.4.3 Objetivos principais da época desportivas**

Os objetivos traçados para a época desportiva que se aproximava foram definidos numa etapa inicial logo após o término da época anterior e foram assumidos por todos os intervenientes da equipa e departamento do futebol feminino sendo eles:

- Continuação de todas as equipas de formação;
- Promover o aumento do número de praticantes na modalidade;
- Promover a construção base de valores éticos e desportivos para a competição;

- Proporcionar vivências que permitam sentir o espírito e “ADN *Gverreiro*” (estar com jogadoras da equipa sénior, ser apadrinhadas pelas jogadoras da equipa sénior em torneios);
- Preparar atletas para contexto a nível nacional (seleções nacionais);

#### **1.4.4 Objetivos específicos da época desportiva**

Se os objetivos principais exigiam o maior foco da equipa e eram o centro de todo o trabalho a ser feito, os objetivos secundários eram importantes para manter a motivação das atletas, staff e encarregados de educação. Como tal, os objetivos secundários foram os seguintes:

- Competir nos campeonatos distritais no escalão acima do nosso;
- Promover a responsabilidade e o ensino escolar;
- Ambição *Gverreira* de querer vencer;
- Participar em torneios nas pausas letivas;

#### **1.5 Planeamento da época desportiva**

Em qualquer organização seja ela desportiva ou não, um bom planeamento é um fator preponderante para o alcance de determinados objetivos. Importa perceber o que queremos atingir, mas também como queremos fazê-lo. Ainda que o plano traçado possa nem sempre ser cumprido, tendo por vezes de ser repensado e adaptado a novas circunstâncias.

Numa primeira fase temos a apresentação dos recursos humanos e financeiros, para uma melhor comunicação entre todos. Posteriormente partimos para a requisição de material desportivo necessário aos treinos e jogos no mês de junho, fazendo uma perspetiva do que foi a época anterior.

De seguida fazemos a divulgação das captações dos escalões Sub-13 e Sub-15 nas redes sociais da Cidade Desportiva e no site do clube, bem como em todas as lojas do SC Braga e escolas do Distrito de Braga, de maneira a conseguirmos um leque alargado de jovens Atletas com a ambição de representar o nosso Clube. As captações foram realizadas no mês de junho, nos dias 18 e 25 do mesmo mês na Cidade Desportiva.

De modo a estarmos preparados para receber da melhor maneira todas as atletas, foi necessário realizar uma pré-inscrição através de um questionário online, que esteve disponível entre o dia 13 junho a 17 junho, onde solicitamos os seguintes dados: o nome, data de nascimento, clube anterior, posição que gosta de jogar, contacto telemóvel e Email do Encarregado de Educação e localidade onde vive.

Seguidamente, quando ficarem encerradas as captações, passamos à inscrição das Atletas, solicitação e requisição dos equipamentos e a realização de uma reunião com todos os encarregados de educação, de forma a recolher e informar todos os intervenientes sobre a época 2022/2023.

É de salientar que no decorrer da época desportiva, há sempre a hipótese de atletas serem observadas através de treinos à experiência, que normalmente são atletas referenciadas pelo nosso departamento de “scouting”.

No escalão Sub-11, não é necessário captações, nem existe uma seleção das jogadoras. Qualquer criança pode se inscrever na equipa mediante do questionário e pagamento de mensalidade em qualquer altura do ano.

A marcação de jogos ocorre durante a época desportiva, conforme os clubes adversários e disponibilidade dos campos da Cidade Desportiva, Escola de Futebol de Mire de Tibães ou no Complexo Desportivo das Camélias.

Ao longo da época desportiva, queremos realizar diversas atividades com as equipas, como por exemplo: participação nos jogos da equipa sénior feminina como apanha bolas; atividades temáticas; atividades com as outras modalidades do clube; torneios nas paragens de campeonato da Páscoa e Natal; convívios entre atletas, encarregados de educação e staff; sendo que três delas já foram realizadas, a apresentação das equipas no intervalo do primeiro jogo em casa da equipa sénior feminina, apanha bolas nos jogos, bem como a entrada em campo das atletas Sub-11 com as jogadoras do plantel.

## 1.6 Planeamento pessoal

*“Não importa a vontade de vencer, essa toda a gente a tem. Importa sim, a vontade de se preparar para vencer.”*

Paul Bear Bryant

A minha realização profissional neste estágio foi também ela planeada ainda antes do início do mesmo. A ligação ao SC Braga, é de longa data, desde 2017 como jogadora profissional de futebol feminino, e desde então o conhecimento pelo clube e a ambição de fazer crescer o futebol feminino vem aumentando. Deste modo, para tirar o máximo proveito do estágio, assimilando o conhecimento e as aprendizagens que ele me poderia oferecer, procurei adotar algumas estratégias que facilitassem o sucesso do trabalho tais como:

- Envolver-me ativamente em todas as tarefas, treinos, jogos e ligação constante aos encarregados de educação;
- Perceber exatamente as funções de cada elemento e como poderiam ajudar-me nas preocupações do dia a dia;
- Aumentar o conhecimento na área da gestão com a leitura de artigos científicos e revisão da literatura;
- Questionar e dar a minha opinião sempre que fosse oportuno;
- Registrar diariamente o trabalho realizado e as dúvidas surgidas.

Para que o presente documento fosse concluído com sucesso e demonstrasse em resumo, todo o trabalho desenvolvido foi fulcral o registo de todas as tarefas e atividades realizadas, utilizando um bloco de notas e computador portátil com programas de edição de texto e de análise de dados (*Word e Excel*) para tratar informações mais extensas das equipas.

## 1.7 Plano de Estágio

O plano de estágio foi discutido com o orientador de estágio (Diretor desportivo do futebol feminino do SC Braga) e com coordenador do futebol feminino em simultâneo. Deste modo ficou definido o seguinte plano que teve início dia 20 Junho de 2022 e termina a 30 Junho de 2023:

- Segunda-feira: das 14h às 17h na Cidade Desportiva;
- Terça-feira: das 17h30 às 21h30 na Cidade Desportiva;
- Quarta-feira: das 17h30 às 21h30 na Cidade Desportiva ou Fut7 consoante o trabalho que exista a fazer nos diferentes escalões;
- Quinta-feira: das 14h às 17h na Cidade Desportiva;
- Sexta-feira: das 17h30 às 21h30 na Cidade Desportiva;
- Sábado e Domingo: consoante os dias de jogos com duração de 4h.

O somatório de todas as horas do plano de estágio serão cerca de 1200 horas, sendo que para além do horário estipulado, estamos constantemente disponíveis para qualquer dúvida dos encarregados de educação, staff ou outro agente desportivo.

O horário de trabalho serve não só para a organização e gestão das equipas, mas também para realizar o relatório de estágio e organizar atividades interessantes à nossa formação.

Foi atribuído na reunião de início do plano de estágio as seguintes tarefas a cumprir:

- Apoiar a gestão administrativa;
- Gerir os recursos materiais e planeamento logístico das equipas Sub-11, Sub-13 e Sub-15;
- Apoiar e ter a liberdade de preparar atividades desportivas;
- Garantir o bom funcionamento da equipa;
- Comunicar aos encarregados de educação todas as atividades e partilhar informações úteis ao funcionamento;

Quanto às atividades a desenvolver é nosso objetivo criar melhores condições e experiências às atletas com as seguintes atividades pensadas por nós:

- ◆ Apresentação oficial das equipas de formação;
- ◆ Visitas dos encarregados de educação e atletas ao museu do clube;
- ◆ Entrada das atletas com as jogadoras e jogadores seniores em jogos oficiais;
- ◆ Dar a experiência de ser “apanha bolas” nos jogos oficiais femininos;
- ◆ Intercâmbio com as diferentes modalidades do clube;
- ◆ Torneios temáticos internos;
- ◆ Torneios em diferentes distritos nas pausas letivas;
- ◆ Promover as duas melhores alunas com a oferta de duas camisolas de atletas do clube;
- ◆ Palestras sobre vários temas para as atletas, mas também para os encarregados de educação: nutrição, psicologia, fisiologia;

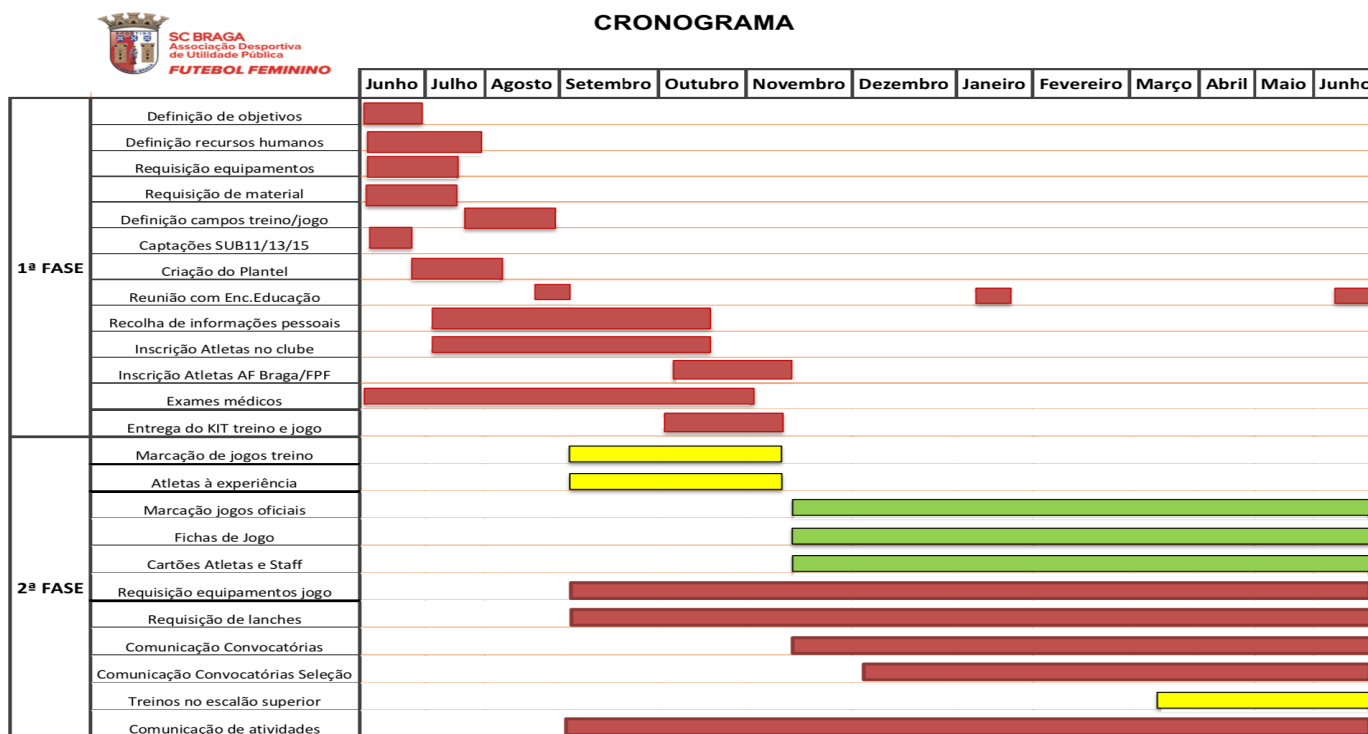
### **1.8 Funções e responsabilidades no estágio**

Seguidamente e de forma geral apresentamos as funções e responsabilidades ao longo do estágio atribuídas no início do mesmo:

- Comunicação com os encarregados de educação sobre tudo o que engloba a equipa;
- Recolher informações das atletas;
- Inscrição das atletas no clube, AF Braga e FPF;
- Organização de treinos e jogos (coletes, fichas de jogo, bolas);
- Organização de atividades;
- Agendamento de palestras informativas (nutrição, psicologia);
- Organização de balneários;
- Esclarecer dúvidas de todos;
- Solucionar problemas inesperados;
- Marcação de jogos treino e oficiais

## 1.9 Cronograma do estágio

Apresentamos na figura 1, o cronograma inicial do estágio profissionalizante como forma de visualizar as diretrizes e as tarefas deste trabalho ao longo da época desportiva.



**Figura 1:** Cronograma época desportiva Sub-11, 13 e 15 do SC Braga (elaboração própria)

# 02

---

## Enquadramento da Prática Profissional



## **2.1 Contexto Legal**

Quanto à obtenção de grau de Gestor do Desporto, em termos legais, só se verifica com a conclusão do ciclo de estudos e a atribuição do grau de Mestre em gestão desportiva, após a entrega da Dissertação ou do Relatório de Estágio e a respetiva aprovação em ato de defesa pública perante um júri. Para isso, é necessário que o estudante obtenha o número de créditos fixado no plano de estudos, que no caso corresponde a 120 ECTS (créditos do *European Credit Transfer System*), 60 dos quais respeitantes ao 1.º ano do curso e a outra metade relativa ao 2o ano (conforme estipulado no artigo 2.º do Decreto-Lei no 74/2006, de 24 de março, na versão da última alteração do Decreto-Lei n.º 13/2022, de 12 de janeiro).

## **2.2 Contexto institucional**

As características intrínsecas a cada organização que influenciam, positivamente ou negativamente, o trabalho desempenhado pelos estagiários, podem ser determinantes para o sucesso do estágio.

Nos clubes de futebol, essa influência pode ser bastante marcada, já que as condições e os recursos humanos, materiais e financeiros que cada um deles possui são muito díspares. A própria filosofia do clube e a sua missão, define o modo de atuação de todos os recursos humanos, que podem ou não ser capazes de se adaptar a ele.

Neste subcapítulo será feita uma caracterização da entidade de estágio, fazendo um resumo do seu passado histórico, dando ênfase ao departamento de futebol feminino, das equipas de formação nos escalões: Sub-11, Sub-13 e Sub-15, nas quais temos ligação direta durante a realização do estágio, as funções dos seus recursos humanos bem como o organigrama do clube.

### **2.2.1 História do Sporting Clube de Braga**

Criado por jovens estudantes entre os anos de 1919 e 1921 – não se sabe a data exata da sua criação, pelo que se definiu a data dos primeiros estatutos como a data oficial da fundação do clube – 19 Janeiro de 1921, o Sporting Clube de Braga, nasceu um clube de futebol cujo a cor do equipamento era verde e branco e um emblema carismático dando ênfase à cidade de Braga como podemos observar na figura 2.

A mudança para as cores atuais vermelho e branco deu-se devido à inexistência de um outro clube na zona, os bracarenses - habitantes da cidade que eram ou benfiquistas ou sportinguistas, com isto o clube ganha o nome de “Sporting” e as cores vermelho e branco ligadas ao “Benfica” e assim satisfazendo a vontade de todos.

O Sporting Clube de Braga conta hoje com mais de dez modalidades: atletismo, badminton, basquetebol, bilhar, boccia, esports, futebol de praia, futsal, karaté, kickboxing, boxe, muay thai, natação, taekwondo, voleibol e ainda com o futebol formação, profissional e feminino.

Os seus adeptos são conhecidos como os Gverreiros do Minho, substituindo o “u” pelo “v” como ligação à história romana da cidade de Braga. Estes, podem também ser chamados de arsenalistas ou bracarenses, devido à sua história.

O Sporting Clube de Braga com quase 100 anos de existência deixou de ser um clube só de futebol, tendo já competido em muitas mais modalidades do que aqueles que atualmente compete como por exemplo – andebol, automobilismo, bilhar, ciclismo, pesca desportiva, ténis de mesa, xadrez, tiro – onde obteve várias conquistas e campeões.

Juridicamente o clube constitui-se como SAD (Sociedade Anónima Desportiva) a 26 Junho 1998, sendo o futebol profissional (equipa A e B) o seu alicerce. Todas as restantes modalidades, incluindo os escalões de formação de futebol e futebol feminino estão sob alçada do clube.

Quanto ao futebol profissional a equipa A masculina, conseguiu o seu melhor resultado na época 2009/10, obtendo o 2.º lugar na primeira liga. Por outro lado, o seu pior registo foi em 2013/14 quando ficou no 9.º lugar da tabela

classificativa. É de salientar a grande conquista do S. C. Braga – a Taça de Portugal em 2016.

O SC Braga volta a ter o Futebol Clube do Porto como adversário numa final, onde venceu e saiu vencedor da Taça da Liga, relativa à época de 2019/2020.

A sua última conquista combinaria com o ano de celebração dos seus 100 anos de fundação, onde a 23 de maio de 2021, o SC Braga venceu o Sport Lisboa e Benfica por 2-0.

A nível internacional, a primeira classificação do S. C. Braga na liga dos campeões foi na época 2010/11, onde posteriormente desceu para a Liga Europa e sagrou-se vice-campeão da Liga Europa frente ao F. C. Porto numa final histórica.

Uma vez que o S. C. Braga não se caracteriza apenas pelo futebol, considerou-se importante referir que o futebol de praia é campeão nacional, tri-campeão europeu e vencedor da Taça de Portugal. O boccia também conta com um atleta medalhado de prata nos Europeus da Juventude.

Relevo especial para o atletismo e natação, tendo atingido o pódio em várias categorias nos últimos Nacionais de Clubes.

O desenvolvimento do espírito Gverreiro é um dos objetivos do clube, deste modo foi construída uma Cidade Desportiva – sendo que continua em construção, que se pretende que alcance o máximo de modalidades possíveis e que seja a casa assídua de muitos bracarenses. A cidade desportiva de momento é constituída por – três campos de futebol de onze relvados naturais, mais dois campos relvado sintético, um campo de futebol sete e por um campo de futebol de praia. No futuro próximo está prevista a construção de um pavilhão multiusos, uma área residencial e um mini-estádio. Seguidamente (figura 2) apresenta-se o emblema do SC Braga.



**Figura 2:** Emblema do SC Braga

## **Visão, Missão e Valores do Sporting Clube de Braga**

O departamento de Futebol Feminino do SC Braga tem como visão uma formação holística e integrada das nossas atletas, baseada nos princípios e valores defendidos pelo Clube.

Procuramos ser um clube reconhecido nacional e internacionalmente pelo trabalho desenvolvido na formação de atletas e no crescimento e desenvolvimento do futebol feminino.

Pretendemos que a equipa A seja constituída, cada vez mais, por atletas oriundas da formação do Clube e que as nossas atletas representem as várias Seleções Nacionais.

É Missão do departamento de futebol Feminino do SC Braga, contribuir para o crescimento do futebol feminino no clube, formando atletas que elevem a modalidade do clube e inculcando-lhes o espírito Gverreiro, da luta, dedicação e força para que estejam prontas a singrar no futebol profissional, assim como na sua vida pessoal.

Os valores do clube regem-se por: compromisso e responsabilidade, baseada na ética, no respeito e honestidade. Promovendo uma competitividade com espírito de equipa e com fair-play. Aprimorando o rigor e a competência com o máximo de empenho e determinação.

### **2.2.2 Departamento Futebol Feminino**

No futebol feminino a equipa sénior, sagrou-se vice-campeã por duas épocas consecutivas da Liga Allianz e da Taça de Portugal 2016/17 e 2017/18. Na época 2018/2019, o SC Braga confirmou a aposta no futebol feminino, vencendo a prova nacional, a Liga BPI e a Supertaça Allianz. Com esta conquista a equipa conquistou um lugar na fase de grupos da Liga dos Campeões feminina 2019/2020

Mais recentemente na época 2021/2022 conquistou a Taça de Portugal, um troféu muito ambicionado pelas “*Gverreiras do. minho*” e a Taça da Liga.

Atualmente o futebol feminino no Sporting Clube de Braga engloba quatro equipas: a equipa Sub-11 orientada para a componente lúdica, a equipa

Sub-13 que disputa o campeonato distrital feminino, a equipa Sub-15 que disputa o campeonato distrital feminino, a equipa sub19 que disputa o campeonato nacional de juniores, a equipa Sub-19 que disputa a Liga de Juniores, a equipa B que disputa o campeonato nacional e por último a equipa A que disputa a Liga BPI – primeira liga do campeonato feminino, Supertaça, Taça de Portugal e Taça da Liga.

A equipa principal tem como objetivos principais vencer as três competições a nível nacional, para tal dispõe de um plantel com várias nacionalidades e talentos que participam nas diversas seleções nacionais e outras. O grupo é composto por 25 atletas, contando com seis nacionalidades – portuguesa, brasileira, israelita, americana, nigeriana e camaronesa, com idades entre os 17 e 35 anos.

Quanto ao staff é composto pelo treinador principal, um adjunto, um treinador guarda-redes, um analista, dois fisiologistas, dois fisioterapeutas, um médico, um nutricionista, uma psicóloga, uma team manager e um diretor. É de salientar ainda que a equipa principal treina no Campo da Ponte ou Estádio 1º de Maio sendo que os jogos são disputados no Estádio 1º de Maio

Posteriormente faremos uma análise às equipas onde decorre o estágio: Sub-11, Sub-13 e Sub-15. Em relação ao funcionamento diário da equipa principal feminina, e toda a formação a tomada de decisão parte do diretor do departamento de futebol feminino e da team manager da equipa principal. É também da sua responsabilidade estar ao corrente das ações desenvolvidas pelo departamento de comunicação, marketing e médico. No entanto, para a formação existem dois coordenadores que tomam também decisões.

Quando são necessárias decisões mais complexas, o Presidente António Salvador tem total liberdade para a tomada decisão final.

No quadro 1, designado por Recursos Humanos apresenta as funções de cada elemento das equipas no geral. O trabalho de todos com a devida hierarquia está orientado para o bom funcionamento da estrutura do SC Braga e resolução de possíveis acontecimentos.

**Quadro 1:** Recursos Humanos Sub-11, 13, 15 Feminino (elaboração própria)

<b>RECURSOS HUMANOS</b>	
<b>STAFF</b>	<b>FUNÇÕES</b>
<b>Coordenador Futebol Feminino</b>	Responsável por todas as decisões do Futebol Feminino. Todo o trabalho a ser realizado, tem conhecimento do Coordenador do Futebol Feminino.
<b>Treinador Principal</b>	Responsável pela equipa, sendo responsável por todas as decisões da equipa relacionadas com o treino e performance da equipa. (Técnico e Tático)
<b>Treinador Adjunto</b>	Apoia o treinador principal em qualquer tarefa necessária ao treino e jogos da equipa. É um elo de ligação entre atletas e Treinador principal.
<b>Treinador Guarda-Redes</b>	Responsável pelo treino de Guarda-Redes da equipa e apoia o Treinador Principal dando opiniões sobre as funções do Guarda-Redes.
<b>Fisiologista</b>	Atua especificamente na mensuração e avaliação de parâmetros fisiológicos, de forma a possibilitar o planeamento de atividades físicas específicas para as necessidades de cada atleta. Cooperar ativamente com a equipa técnica.
<b>Fisioterapeuta</b>	Faz parte do Departamento Médico do clube, e está sempre presente em todos os jogos e treinos da equipa. É o primeiro a dar apoio médico a toda a equipa, responsável por trazer à normalidade os movimentos rotineiros dos jogadores.
<b>Médico</b>	Responsável por todas as decisões de alguma lesão mais forte, por exemplo; rotura, fraturas etc. O médico é que dá a ordem se um jogador está 100% apto para jogar ou não após uma lesão.
<b>Nutricionista</b>	O nutricionista determina e estuda a situação e os hábitos alimentares de cada atleta, para poder conceber programas alimentares e definir dietas nutritivas baseadas em alimentos saudáveis.
<b>Psicóloga</b>	A psicóloga determina e estuda a situação de cada atleta, mediante a solicitação das suas funções por parte do STAFF ou Encarregados de Educação.
<b>Scouting</b>	Procura ativa da prospeção de jogadoras ou o conhecimento do adversário. Identifica e avalia jogadoras

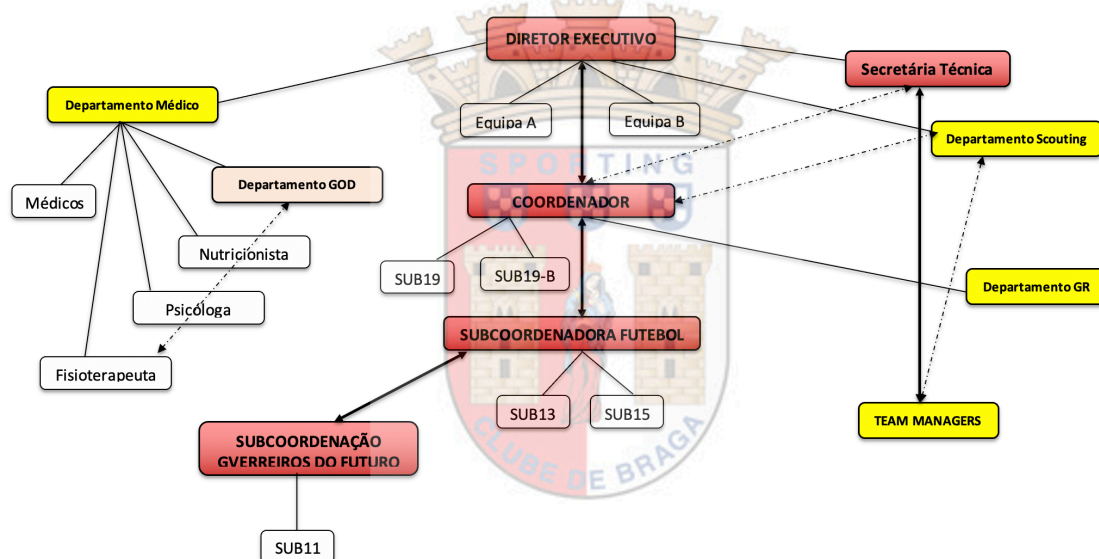
## 2.3 Estrutura interna do departamento futebol feminino

Ao encargo da chefia do presidente António Salvador da Costa Rodrigues, o departamento de futebol feminino conta com uma estrutura alargada nos diversos setores com os seus próprios recursos humanos.

Ao longo da história do futebol feminino no SC Braga a aposta na formação começa a ganhar um peso significativo com várias atletas a assinarem contratos de formação e a serem reconhecidas como grande potência futura.

Os cargos profissionais e recursos humanos crescem de forma gradual acompanhando a evolução do futebol feminino<sup>1</sup>, a equipa sénior está inserida na SAD do clube que resulta da personificação jurídica do clube representado em 400.000 euros no relatório de contas 2021/22 do clube.

No organograma do departamento do futebol feminino representado na figura 3 verifica-se a grandiosidade do mesmo e a empregabilidade que o futebol feminino oferece.



**Figura 3:** Organograma do Departamento Futebol Feminino (elaboração própria)

<sup>1</sup> Consult. em 09 de janeiro de 2023, disponível em: <https://scbraga.pt/wp-content/uploads/2022/10/RC-2021-22-SCB-1.pdf> (...) “o que contribuiu decisivamente para que o SC Braga retomasse a trajetória de reforço da aposta desportiva em diversas modalidades, nomeadamente ao nível da respetiva (crescente) profissionalização, sendo de destacar, pela sua magnitude, os investimentos efetuados ao nível das equipas seniores de Futebol Feminino e Futsal.”

## 2.4 Instalações Desportivas

Hoje podemos dizer que o SC Braga está “entre” os grandes do panorama do futebol português. Este reconhecimento deve-se não só ao sucesso desportivo, mas também à qualidade e desenvolvimento de todas as infraestruturas que o clube apresenta e perspetiva para um futuro próximo.

Este investimento faz com que o SC Braga, eleve-se a um patamar muito mais elevado e tendo condições de trabalho igual ou melhor do que muitos outros.

O Estádio Municipal de Braga, como se pode verificar na figura 4, também conhecido pelo “Estádio da pedreira” devido à sua estrutura rochosa foi inaugurado a 30 de dezembro de 2003 a pensar no Euro 2004, e é hoje um símbolo da cidade de Braga. Toda esta infraestrutura foi desenhada pelo Arquiteto português mais conceituado, Eduardo Souto Moura que venceu o prémio Pritzker em 2011, e pelo Engenheiro Rui Furtado.



**Figura 4:** Estádio Municipal de Braga

No que toca a história, o SC Braga apresentava-se em primeiro lugar com o antigo campo do Colégio do Espírito Santo em 1921, passou pelo Campo de Goladas, e na década de 30, pelo Campo da Ponte que hoje em dia é um anexo ao Estádio 1.º Maio que nasceu em 1950 com capacidade para 40.000 adeptos acompanhando assim a evolução do clube na sua massa adepta.

### 2.4.1 Cidade Desportiva

O ano 2017 fica marcado pela inauguração da Cidade Desportiva, um complexo de excelência na Formação do clube com sete campos que proporcionam as melhores condições de trabalho, um ginásio, e uma sala de fisioterapia.

Atualmente a Cidade Desportiva serve um universo de 700 atletas, distribuídos pelos diferentes escalões de formação, incluindo o departamento de futebol feminino nos escalões Sub-13 e Sub-15.

O SC Braga é reconhecido com cinco estrelas como entidade formadora de excelência. O projeto da Cidade Desportiva engloba duas fases distintas, sendo elas:

**1.ª fase de construção** – na figura 5 relativamente à 1.ª fase da construção do projeto da Cidade Desportiva, pode-se constar os cinco campos de futebol onze: três de relva natural e dois sintéticos. Um campo de futebol sete. Os campos 1 e 2 possuem bancada coberta com capacidade de 650 e 500 lugares respetivamente. O campo 3, possui uma bancada coberta com capacidade para 300 lugares.

O edifício principal é constituído por quatro pisos, no piso zero de acesso aos campos encontra-se a arrecadação de todo o material, lavandaria e casa das máquinas.

No piso 1, encontram-se oito balneários, dois balneários para os árbitros, um gabinete antidoping, e uma rouparia dos Sub-23 e equipa B masculina.

No piso 2 inclui os gabinetes de trabalho do Presidente, Direção, Secretário Técnico, Coordenador Técnico, das equipas técnicas e *Team Manager*, posto médico, ginásio, sala de recuperação, auditório, gabinete de observação e análise, três balneário para o *staff* e um pequeno armazém.

Por último o piso três, é constituído pela receção, sala de refeições, sala de estudo, sala das modalidades, sala de reuniões, gabinete médico e WC's.



**Figura 5:** Cidade Desportiva, SC Braga, 1ª fase

**2ª fase de construção** – irá fazer parte da 2.ª fase uma área administrativa, localizada no topo norte do edifício, virada para a Avenida do Estádio (avenida principal), uma área desportiva de apoio às equipas A e B de futebol profissional, uma área residencial e social, o museu do clube com parque de estacionamento, a construção de um miniestádio denominado de Estádio Centenário, que contará com uma bancada coberta com capacidade para 2400 pessoas como é visível na figura 6 que menciona a 2.ª fase da construção da Cidade Desportiva.

O pavilhão multiusos é também uma grande aposta nesta fase em construção, pois terá quatro grandes espaços funcionais: uma área administrativa, a loja do clube e serviços de apoio aos sócios, e será de utilidade para qualquer das modalidades indoor do clube.



**Figura 6:** Cidade Desportiva, SC Braga, 2ª fase

### **2.4.2 Estádio 1.º Maio**

O emblemático Estádio 1.º de Maio como é visível na figura 7 foi fundado no ano 1950 cujo seu primeiro nome era Estádio 28 de Maio. Um estádio com capacidade para 40.000 pessoas e uma pista de atletismo olímpica. Foi no ano 1964 que o clube viveu a maior conquista histórica ao vencer a II divisão, e a sua caminhada até à final conquistada da taça de Portugal em 1966.

Hoje é neste estádio que a equipa sénior feminina joga e treina, o campo da ponte anexado ao estádio é também um recinto utilizado pelo futebol feminino.

O Estádio 1º Maio, embora antigo, conta com um ginásio que é utilizado pela equipa feminina, mas também pelo atletismo do SC Braga e pela camara municipal de Braga nas suas atividades desportivas. Todos os dias é servido um pequeno almoço na parte superior do estádio à equipa de futebol feminino sénior.



**Figura 7:** Estádio 1º Maio

### **2.4.3 Campo de jogos Albino Duarte Pinheiro Navarra**

O campo de jogos Albino Duarte Pinheiro Navarra representado na figura 8, é um campo que surgiu no trajeto do SC Braga no presente ano, uma vez que o crescimento do futebol feminino é cada vez mais notório houve a necessidade de crescer a nível de infraestruturas.

De referir que o campo é apenas utilizado pela equipa B sénior de futebol feminino. O campo apresenta um relvado sintético, três balneários e uma pequena sala de uso para tratamentos e arrumos.



**Figura 8:** Campo de jogos Albino Duarte Pinheiro Navarra

#### **2.4.4 Complexo Mire de Tibães**

O campo Mire de Tibães acompanha o SC Braga desde o início do futebol feminino no ano 2017.

Com apenas um campo sintético, três balneários, uma sala de tratamentos, uma arrecadação e uma bancada coberta, o campo cedido pela junta de freguesia local, conta com a presença das duas equipas de formação do SC Braga do escalão Sub-19, nomeadamente: a equipa Sub-19 que disputam o campeonato nacional, e as Sub-19 que disputam a Liga nacional, e sempre que possível e necessário todas as outras equipas podem utilizá-lo para marcação de jogos de treino.

Seguidamente apresenta-se pela figura 9 o Campo Mire de Tibães.



**Figura 9:** Campo Mire de Tibães

### 2.4.5 Complexo Desportivo das Camélias

O complexo das Camélias como pode-se ver na figura 10, apresenta-se com dois campos sintéticos, vários balneários e uma arrecadação, mas é somente utilizado pela equipa sénior feminina nos dias em que o Estádio 1º Maio e o Campo da Ponte estão interditos para tratamentos à relva.

No entanto, o complexo sempre que necessário pode ser utilizado pelo SC Braga com a requisição do mesmo antecipadamente.

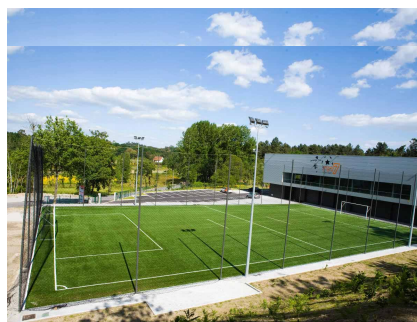


**Figura 10:** Complexo Desportivo das Camélias

### 2.4.6 Fut7

O Fut7 tem à sua disposição três campos em relva sintética de futebol 7 coberto. Um parque de estacionamento com capacidade para mais de 100 veículos, seis balneários para futebol, dois balneários para o Padel, restaurante, bancada para espetadores e ainda apresenta quatro campos de Padel e um mini ginásio.

Os *gverreiros do futuro*, que são as turmas lúdicas do SC Braga nos escalões inferiores, praticam o seu futebol no Fut7 juntamente com a equipa feminina Sub-11. Posteriormente na figura 11 mencionamos o Fut7.



**Figura 11:** Fut 7 SC Braga

## 2.5 Contexto de natureza funcional

Na primeira reunião com o diretor desportivo em junho, foi-me comunicada o escalão ao qual estaria diretamente ligada durante o Estágio, na qualidade de *Team Manager* estagiário. Assim considerei pertinente elaborar uma caracterização geral das equipas.

### 2.5.1 Caracterização do plantel Sub-11

*“Desde pequeno eu vou à bola, faço tudo para te ver, só quero que  
sues a camisola, sou do Braga até morrer!”*

Lema da equipa de Sub-11

Com o futebol feminino em expansão no clube, surge assim a recente e mais jovem equipa do Sporting Clube de Braga, a equipa Sub-11 (conforme a figura 12) que está inserida nos Gverreiros do Futuro, na componente lúdica, tendo apenas torneios internos ao longo da época desportiva. É com este pensamento que o clube considera ter resultados no presente e no futuro do futebol feminino, a aposta na formação tem crescido todos os anos no clube.

Como podemos verificar no anexo III a equipa dispunha de 21 jogadoras no plantel: três jogadoras com 7 anos, seis jogadoras com 8 anos, oito jogadoras com 9 anos e quatro jogadoras com 10 anos de idade.

Relativamente ao STAFF, contavam com a treinadora principal, um adjunto e eu como estagiária fazendo as funções de *Team Manager* da equipa, e estabelecendo a ligação com os encarregados de educação. Os treinos eram realizados no complexo de Palmeira designado por Fut7, às quartas-feiras pelas 18h45 às 19h45 e aos sábados pelas 10h às 11h.



**Figura 12:** Equipa Feminina Sub-11

## 2.5.2 Caracterização do plantel Sub-13 e Sub-15

*“Lutar por ti, vencer por nós, Braga, Braga, Braga!”*

Lema da equipa de Sub-13 e Sub-15

A equipa Sub-13 e Sub-15 é considerada “uma só” (conforme figura 13), no entanto disputam ambas os campeonatos distritais, uma vez que a Associação de Futebol de Braga apresenta um calendário competitivo de duas em duas semanas para que as equipas possam utilizar as mesmas jogadoras nos dois escalões caso necessário.

O plantel era constituído por atletas nascidas no ano 2008 e 2012. Apenas duas atletas nascidas no ano 2008 podem jogar no escalão Sub-13, ao contrário todas as atletas nascidas em 2012 podem transitar para o escalão Sub-15, com a realização de um exame especial designado por “dupla subida”.

A equipa de 22 jogadoras foi formada por uma seleção de jogadoras feita logo após a conclusão da época transata. Uma vez que eu já exercia funções no clube na época 2021/2022 nesta equipa, juntamente com o coordenador técnico da formação realizamos reuniões com os encarregados de educação de todas as atletas para anunciar a sua continuidade, subida de escalão ou desvinculação ao clube.

Permaneceram connosco nestes dois escalões dez atletas, seis jogadoras transitaram do escalão Sub-11, quatro atletas foram fruto das captações realizadas no mês de junho e uma menina proveniente do departamento de *scouting* do clube. É de salientar que uma atleta com um potencial muito elevado acabou por não ficar no nosso plantel devido à sua área de residência e compromissos escolares.

Quanto às idades, existiam duas atletas nascidas em 2008, três nascidas em 2009, do ano 2010 tínhamos cinco jogadoras, oito nascidas no ano 2011 e por fim três atletas nascidas no ano 2012 como demonstra o anexo IV.

Relativamente ao STAFF, é composto pelo treinador principal, um treinador adjunto, existem dois treinadores de guarda-redes, mas que trabalham indiretamente com a equipa, pois são treinos específicos de guarda-redes com as restantes equipas femininas. Eu tinha a função de team manager

da equipa estabelecendo a ligação não só com todos os departamentos como com os encarregados de educação.



Figura 13: Equipa Feminina Sub-13 e Sub-15

## 2.6 Descrição das funções do *Team Manager*

Como forma a dar resposta à grande evolução do desporto moderno, novos cargos vão surgindo nas entidades desportiva de forma a responder a todas as necessidades das equipas. O cargo de *Team Manager* é um deles, sendo preponderante para o ótimo funcionamento de uma equipa, ligado a toda a logística e harmonia da equipa.

Para estar ao mais alto nível a atribuição de funções ao *Team Manager* também são maiores, por ter de lidar com grandes variedades de áreas de intervenção: gestão de recursos humanos e materiais, planeamento, delegação de tarefas, recrutamento, comunicação, motivação e gerir expetativas de atletas e encarregados de educação no caso da formação.

O *Team Manager* é responsável por alinhar todos os “astros” de uma equipa desde atletas e *staff* até toda a estrutura do clube. Especificamente este assume um papel fundamental no planeamento da época desportiva, deve ter um perfil firme, confiante e discreto para exercer as suas funções. Tudo deve estar organizado e em bom funcionamento, porque as “estrelas” serão sempre as atletas, são para elas e para o seu bem-estar que trabalhamos.

### **2.6.1 Funções específicas da estagiária**

Para além do dever de possuir características como ser pró-ativo, organizado, competente, adaptável, coerente, bom comunicador e flexível às críticas exerce as seguintes funções:

- Recolha de informação analítica – inscrição, horários escolares;
- Ligação com os encarregados de educação;
- Logística de treinos e jogos;
- Gestão de problemas e atividades ao longo da época desportiva – bilheteira, apanha bolas para jogos oficiais.
- Comunicação com todos os departamentos: médico, *scouting*, coordenação, técnico de equipamento.

### **2.7 Macro contexto de natureza concetual**

*“A gestão é o conjunto das funções de planear, organizar, comandar, coordenar e controlar, através das quais se providenciam os meios para as organizações operarem e cumprirem os seus objetivos.”*

(Pires. 2007)

Neste ponto, apresenta-se uma revisão da literatura sobre: a importância da gestão e do gestor do desporto, as funções do gestor desportivo, a grande tarefa de gerir recursos humanos e a importância da gestão de eventos. Adicionalmente, serão analisados os temas da avaliação e controlo das tarefas cumpridas e atividades desenvolvidas.

#### **2.7.1 Gestão do Desporto**

Entende-se por gestão “o ato, processo ou efeito de gerir, administrar e dirigir” (Rolo, 2008). Segundo o mesmo autor, podemos entender que organização é um conjunto de atividades realizadas de determinado modo, ou processo preferencialmente, por um indivíduo ou conjunto de indivíduos, com o fim de atingir certos objetivos ou obter determinados resultados.

Na perspetiva de Sarmento, Pinto, Silva e Pedroso (2017), todo o processo tem por base a interligação entre conhecimentos e informações que se encontram armazenados que, por qualquer motivo podem ser colocados em confronto, permitindo a sua interação e posteriormente criando-se uma nova ideia ou projeto.

Segundo Gonçalves (2015), os gestores de desporto terão de se adaptar rapidamente às constantes alterações na procura de serviços de desporto e à sua inconstância, apresentando soluções adequadas aos desafios existentes e garantindo sempre uma melhoria das condições de acesso para além de segurança e higiene como imperativos de prática.

Soares (2013) refere que as competências do gestor do desporto, ao nível da gestão estratégica e do domínio da informação (enquanto fonte de poder), são muito importantes para o sucesso da tomada de decisões.

### **2.7.2 Importância e funções do Gestor do Desporto**

Segundo Watt (2004), as principais funções do gestor, de forma a controlar e liderar uma organização são: organização, planeamento, motivação, comunicação, criação, controlo e solução dos problemas.

Davis (1994), os gestores do desporto são a cola perfeita que une o sucesso das organizações de desporto, os eventos de desporto, os atletas, os ginásios e praticamente toda a relação empresarial na indústria do desporto. O mesmo autor refere que o gestor do desporto tem uma diversidade de funções: planeamento, organização, controlo, liderança, motivação, direção e tomada de decisão.

- **Planeamento:** processo de determinar antecipadamente o que deve ser feito e como fazê-lo;
- **Organização:** estabelecer relações formais entre as pessoas, definir o que cada um tem de fazer;
- **Controlo:** por melhor que sejam realizadas as diferentes etapas pode haver imprevistos, é necessário introduzir ações corretoras;

- **Liderança:** capacidade de conseguir que os outros façam o que o líder pretende. O estilo de liderança define, até certo ponto, a categoria de um bom gestor;
- **Motivação:** reforço da vontade das pessoas se empenharem nos objetivos da organização;
- **Comunicação:** processo de transferência de informação, de ideias, de conceitos ou de sentimentos entre as pessoas. O gestor é um comunicador;
- **Direção:** processo de fazer com que as pessoas façam. Processo de determinar, influenciar, afetar o comportamento dos outros.

### 2.7.3 Gestão de recursos humanos

Tendo em conta que hoje em dia as organizações operam num ambiente cada vez mais competitivo, em constante mutação torna-se impreterível que as organizações detenham capacidade de se adaptar às mais diversas contingências e que, apesar das mesmas, consigam atingir elevados desempenhos. Porém e como salienta Gomes, Cunha, Rego, Cunha, Cabral-Cardoso e Marques (2008) um dos fatores mais relevantes do desempenho de uma organização é a qualidade dos seus recursos humanos.

Por isso, uma gestão ineficaz dos recursos humanos pode prejudicar a eficiência organizacional e a sua capacidade para assegurar vantagens competitivas (Chadwick e Dabu, 2009).

A gestão de recursos humanos é uma área estratégica dentro das empresas, responsável pelo relacionamento da mesma com os seus colaboradores. Têm como missão garantir que a organização e os seus funcionários estejam alinhados quanto às metas, objetivos, visão e missão.

### 2.7.4 Gestão de eventos desportivos

A intervenção do gestor de desporto e de todos os recursos humanos envolvidos em eventos desportivos é de extrema importância pelo facto da componente segurança ser a mais importante e rigorosa.

Os eventos de desporto são muito mais do que meras competições entre atletas ou participantes em larga escala; eles são ocasiões sociais que reúnem um vasto número de pessoas e atividades à volta da competição desportiva (Parent & Chappelet, 2015).

De um modo geral, um evento de desporto pode ser definido como um acontecimento planeado no qual ocorrem atividades desportivas, num determinado tempo e lugar, que visa promover uma relação positiva entre a organização e o seu público alvo, com vista ao alcance de determinados objetivos.

Os eventos de desporto podem ser organizados de acordo com uma variedade de níveis: desde uma grande competição de elite até uma atividade recreativa local, sem espetadores, concorrência direta e com escassos recursos financeiros. Cada tipo de evento implica o conhecimento e a compreensão das suas características chaves (Mallen, 2017).

Entre elas importa destacar: a dimensão, a finalidade, a periodicidade, a área de abrangência, a zona de ação, o público alvo, o nível de participação, o perfil dos participantes, a concorrência e o financiamento disponível, que caracterizam o evento de desporto.

## **2.8 A importância do futebol de formação**

A formação é um exercício humano, precisando transmitir também conhecimentos nos aspetos social, ético, intelectual, emocional e cultural (Lima & Paoli, 2015).

Segundo Raya-Castellano & Fradua Uriondo (2015), as academias de formação devem desenvolver, os atletas com uma perspetiva não só tática, mas também psicológica e socio psicológica para serem promovidos ao escalão máximo e “alimentar” a equipa principal.

O investimento na formação, para além das vantagens financeiras, tem também vantagens desportivas: os clubes já conhecem os jogadores e os jogadores já conhecem os seus responsáveis e o que vão exigir deles (Lemos, 2005).

### **2.8.1 A importância do envolvimento das famílias**

Segundo Pessoa (2019), intuitivamente, os pais costumam apoiar o desenvolvimento da carreira desportiva do filho, mas não têm consciência da importância de desenvolver o conhecimento da melhor maneira para apoiar.

No atual panorama desportivo existem inúmeros fatores que condicionam o desempenho e a própria participação das crianças nas suas modalidades. Entre estes podemos destacar o envolvimento parental, que é definido como o conjunto variado de atitudes, crenças e comportamentos dos pais que influenciam a prática desportiva dos jovens (Gurland & Grolnick, 2005).

O envolvimento moderado é a forma ideal dos pais se envolverem nas atividades desportivas, uma vez que estes possuem um suporte ajustado, propício à determinação de objetivos realísticos para os seus filhos. Este envolvimento relaciona-se com uma multiplicidade de efeitos positivos, como os valores e crenças em relação à participação desportiva, à orientação motivacional para a tarefa e ao divertimento (Harwood & Swain, 2002).

### **2.9 Avaliação**

Uma etapa fundamental para o funcionamento de uma organização é a divulgação e comunicação das tarefas a todos os recursos humanos dentro da organização, havendo assim a monitorização em concreto no dia a dia.

Ao atingir os objetivos mais cedo devemos voltar a definir as nossas metas, ou então criar estratégias que sejam possíveis atingir o pretendido caso não tenhamos feito no período de tempo determinado.

Uma avaliação é importante após um período de três meses em execução bem como a reformulação dos objetivos se for necessário. Não devemos ter medo de alterar o plano caso seja necessário. Todos os meses após os primeiros três meses de execução devemos fazer uma reunião com todos os agentes desportivos, de maneira a avaliar o trabalho realizado, e atingir as metas definidas.

Estas reuniões são acompanhadas por relatórios mensais para serem discutidos com todos os intervenientes e perceber se é preciso a reformulação de objetivos.

# 03

---

## Realização da Prática Profissional e Atividades realizadas



### 3.1 Conceção da prática profissional: o papel do Gestor do Desporto

Os últimos anos têm sido marcados pela evolução gigantesca em torno do desporto especialmente o futebol em particular, caracterizada pelo conhecimento especializado nas diversas áreas, que aumentam a dimensão e a multidisciplinaridade do desporto rei. O Gestor do Desporto, assim como os Nutricionistas, os Psicólogos, os Fisiologistas, os Treinadores, são exemplos de profissionais que têm contribuído para a expansão do futebol e a sua profissionalização. Mas afinal qual o papel do Gestor do Desporto no contexto do futebol e como ele poderá contribuir no desempenho e resultados do mesmo?

Primeiramente, importa distinguir o que é um Gestor do Desporto, é um profissional com formação superior na área das Ciências do Desporto, especializado na Gestão do Desporto e por isso habilitado para identificar, analisar e resolver os problemas das organizações, públicas, privadas ou associativas, com ou sem fins lucrativos relacionadas com todo o setor do desporto quer na continuação de desenvolvimento da área (APOGESD)<sup>2</sup>

O Gestor do Desporto deve apresentar um domínio específico em várias áreas do conhecimento, na busca de capacidades específicas de acordo com as exigências das tarefas necessárias ou propostas nomeadamente: a comunicação; marketing; economia; direito; recursos humanos entre outras (Lopes, 2017). Quando trabalha diretamente com uma população específica, é responsável de uma forma geral de planear e implementar políticas ou estratégias que orientem todos os restantes agentes desportivos de se atingirem os objetivos previamente definidos (Lopes, 2017).

Adicionalmente, deve manter um conhecimento atualizado e estudar as recomendações científicas, podendo produzir ele um novo conhecimento que seja útil para o desenvolvimento da área em questão. Contudo, é redutível

---

<sup>2</sup> Consult. em 09 de janeiro de 2023, disponível em: <https://www.apogesd.pt> A que tem como missão “a Valorização da gestão de desporto e do desporto, nos seus diversos domínios, nomeadamente através de: Valorização do Gestor de Desporto, Valorização da Gestão do Desporto, Valorização da APOGESD e Valorização da Profissão.” Visando “uma instituição de referência na valorização dos gestores de desporto, da gestão de desporto e do desporto nacional e, os seus integrantes, com maior capacidade de intervenção na elevação da qualidade e melhoria dos indicadores das organizações desportivas onde operam.”

excluir o Gestor do Desporto da área de treino por exemplo, ele também tem a capacidade de analisar e observar comportamentos, sendo mais uma opinião para as decisões das equipas técnicas.

Em termos gerais, o Gestor do Desporto é parte integrante de uma organização, equipa ou associação que está encarregue de planear e orientar para o objetivo principal todos os agentes envolvidos como anteriormente referido.

### **3.2 Gestão documental do staff**

No início da época desportiva, o Coordenador das equipas de formação do clube, solicitou toda a informação relativa às equipas técnicas das equipas. Neste sentido optei por criar grupos de *whatsapp*, e assim facilitar a comunicação entre todos.

Era necessário recolher a seguinte informação: e-mail, cédula de treinador, foto, cartão de cidadão e registo criminal. Este último é de extrema importância visto que o SC Braga, é considerado uma entidade formadora de 4 estrelas no departamento de futebol feminino por isso o registo criminal de todos os agentes desportivos devem estar atualizados.

Após reunir toda a informação, foi necessário criar um documento onde constavam os tamanhos de roupa do staff, para posteriormente fazer o pedido e entregar individualmente como podemos ver no anexo.

### **3.3 Gestão documental dos atletas**

Uma vez que a competição só começava no mês de novembro, esta informação foi recolhida ao longo dos primeiros meses.

Foi função da estagiária a criação de grupos de *whatsapp* com os encarregados de educação, após estes preencherem um formulário online com os seguintes dados: cartão de cidadão da atleta e encarregados de educação, data de nascimento, tamanhos de equipamentos, alguma doença conhecida. No anexo V, podemos verificar por exemplo a informação recolhida sobre os tamanhos de roupa das atletas Sub-13.

Neste grupo de *whatsapp* com os encarregados de educação foi solicitado o exame médico e a marcação de uma reunião para assinar a ficha de inscrição devidamente, bem como entregar algum documento em falta ou esclarecer dúvidas.

Todos os dados foram arquivados em pastas pelos diferentes escalões como podemos ver na figura 14 e cada atleta tinha uma pasta individual, à medida que recebíamos a informação era tudo organizado e atualizado, para comunicar à secretária técnica do futebol feminino.



Figura 14: Exemplo de pastas individuais com informações das atletas

A seguinte figura 15 mostra como foi estruturada uma tabela orientadora com toda a documentação necessária e o que faltava entregar destacado a amarelo e assim garantir que nada faltaria para proceder às inscrições das atletas nas datas previstas.

Nome	Idade	Data Nascimento	Pré inscrição	Pagamen	levantar KI	CC Enc Ed	CC Atletas	Exame Méd	Eletroc	FPF	Observações
Alice Barbosa Gonçalves	13	23/01/10	x					x	x	x	
Ana Carolina Marinho Direito de	11	17/06/11	x	x		x	x	x			
Beatriz Santana Lameiras	11	13/04/11	x							x	
Benedita Lima Fernandes	11	28/06/11	x							x	
Bruna Machado	11	30/06/11	x	x							
Lara Rodrigues Cibrão	13	19/03/09	não precisa	não precisa	não precisa	x	x			x	
Iris Pereira	13	19/03/09	x	x				x			
Joana Lopes	13	04/01/09	x	x		x	x	x			
Lara Filipa da Rocha Teixeira	15	28/01/08	x	x		x	x	x		x	
Lara Pires da Costa	12	08/02/11	x	x		x	x	x	x	x	
Lara Rodrigues da Cunha	12	21/12/10	x	x		x	x	x	x	x	
Leonor Andrade Lopes	12	16/04/10	x	x		x	x	x	x	x	
Luana da Silva Leitão	10	24/04/12	x	x				x			
Margarida Gomes Melo	13	24/08/09	x	x							
Maria Carolina Soares da Mota	10	04/05/12	x			x	x	x	x		
Mariana Monteiro Machado	11	08/04/11	x	x		x	x	x	x		
Mariana Silva de Moreira	12	02/04/10	x			x	x	x	x		
Matilde Rodrigues da Silva	11	05/06/11	x	x		x	x		x		
Mélanie Nunes Leal	12	18/06/10	x	x?		x	x			x	
Núria Margarida Almeida Ramos	12	14/03/11	x	x							
Raquel Gil Cancela	14	08/04/08	x	x		x	x	x	x	x	
Rita Barroso de Moura Oliveira	10	08/05/12	x	x		x	x	x	x		
Yanda Oliveira de Sousa	15	27/11/07	não precisa	não precisa	não precisa	x	x	x	x	x	
Ana Leonor Cunha Cerqueira	14	01/04/08	x	x		x	x	x	x	x	
<b>ATLETAS À EXPERIÊNCIA:</b>											
Maria Rodrigues Silva	11	10/04/11	x								GR para ficar
Matilde Fernandes da Silva	11	07/06/11									imensa qualidade
Victoria Lemos		00/00/2010									pouca qualidade
Mariana Soares	13	00/00/2009									pouca qualidade

Figura 15: Exemplo de tabela de documentos em falta para a inscrição

Por iniciativa própria foi criado o documento orientador da época desportiva que após ter sido aprovado pelo coordenador do departamento de futebol feminino foi enviado aos encarregados de educação via *whatsapp*.

### 3.4 Inscrição de atletas e staff

Para a atleta competir oficialmente, é necessário ser inscrito no clube, mas para além disso também na AF Braga que faz a ligação à FPF.

Os documentos necessários a esta inscrição são os seguintes:

- Documento de identificação;
- Documento de identificação do representante legal;
- Exame médico desportivo e eletrocardiograma;
- Foto;
- Preenchimento do Boletim de Inscrição de Jogadores Amadores na AF Braga (figura 16 – Modelo 2 FPF). Este documento requer obrigatoriamente a assinatura da atleta e do encarregado de educação.

Figura 16: Modelo 2, FPF, ficha de inscrição

Após o preenchimento correto do Modelo 2, de seguida partimos para a digitalização do mesmo, assim com todos os documentos anteriormente referidos reunidos, passamos para a fase de inscrição da atleta.

Este Modelo é uma obrigação de registo para poder exercer a atividade desportiva competitiva ou de recreação e lazer, o jogador tem de ser registado na FPF como amador ou profissional.

A inscrição oficial foi realizada na plataforma *Score* da FPF, com as credenciais fornecidas por parte do clube.

### **3.5 Operacionalização dos treinos**

Relativamente à logística dos treinos, primeiramente através de uma reunião com o responsável da Cidade Desportiva, e Coordenador das equipas masculinas de formação, ficou definido quais os campos que as equipas femininas poderiam utilizar, assim sendo ficou definido que à terça-feira e sexta-feira utilizávamos o campo 5 e à quarta-feira o anexo junto ao campo de futebol de praia.

Uma vez que não existia um técnico de equipamentos, sempre que alguma atleta estava à experiência ou no período que as atletas ainda não possuíam o seu próprio equipamento que foi comprado pelos encarregados de educação (KIT desportivo), era necessário entregar às atletas novas um equipamento de treino todos os treinos e posteriormente levá-los no dia seguinte para a lavandaria no Estádio 1º Maio.

#### **3.5.1 Bolas**

No início da época desportiva foi solicitado à secretária técnica e ao diretor desportivo dois sacos com dez bolas cada. Era responsabilidade dos treinadores transportar os sacos do armazém do material para os campos de treino e após o treino voltar a deixá-lo no mesmo sítio com a ajuda das atletas. Ainda assim todos os meses era efetuada uma contabilização das bolas e de todo o material, se também fosse necessário o *Team Manager* fazia a manutenção das bolas enchendo-as caso os treinadores solicitassem.

### **3.5.2 Coletes**

A equipa técnica era responsável por transportar o saco dos coletes do armazém para o campo de treinos. Estes também foram solicitados ao diretor desportivo no início da época. A equipa possui 10 coletes amarelos, 10 coletes azuis, 10 coletes branco e 10 coletes verdes. No final do treino estes coletes são deixados pelas jogadoras na lavandaria da Cidade Desportiva dentro de uma caixa.

### **3.5.3 Organização dos balneários**

Quanto aos balneários ficou definido na reunião inicial com os responsáveis da Cidade Desportiva a atribuição dos dois balneários dos árbitros. Em dia de jogo oficial ou de treino o balneário muda consoante a disponibilidade dos mesmos, ajustando com toda a logística dos balneários das equipas masculinas.

### **3.5.4 Acompanhamento dos treinos**

Apesar de toda a preocupação de organizar e preparar tudo previamente, há situações inesperadas e que por vezes não controlamos, por isso a presença do *Team Manager* no treino é fundamental para antecipar problemas ou resolvê-los. Por exemplo, por vezes havia o esquecimento por parte dos seguranças de ligarem as luzes dos respetivos campos de treinos, para solucionar o problema, o *Team Manager* era responsável por comunicar com o segurança ou a rececionista para acenderem as luzes. Outro problema recorrente era quando uma atleta se lesionava, era necessário levá-la ao fisioterapeuta que por vezes não se encontrava no campo de treino, mas sim noutra espaço da Cidade Desportiva, uma vez que apenas temos um fisioterapeuta para os quatro campos em funcionamento.

### **3.6 Receção de atletas à experiência**

Relativamente a este tema, o SC Braga pela sua grandeza possui um departamento de *scouting* no futebol feminino. É este departamento que comunica ao *Team Manager* as atletas à experiência, referindo os dias que vão treinar e partilhava o contacto do encarregado de educação, caso fosse necessário.

Posteriormente era feita a comunicação à equipa técnica das atletas à experiência. Quando a atleta chegava ao recinto desportivo, o *Team Manager* acompanhava-a ao balneário, e entregava um equipamento para o treino que no final teria de devolver.

Antes do início do treino quando questionado pelo encarregado de educação se poderiam assistir ao treino, era necessário esclarecer que não era permitido e que após o treino não iríamos dar nenhum *feedback* sobre a prestação da atleta, mas sim após uma avaliação conjunta do *staff* e departamento de *scouting* iriam entrar em contacto.

### **3.7 Organização e gestão pré-jogo**

No decorrer da semana acontecia a preparação para o jogo, isto é toda a organização dos treinos: nomeação dos campos e balneários em caso de exceções, comunicação de horários aos encarregados de educação e atletas era realizada através dos grupos de *whatsapp*.

#### **3.7.1 Requisição de campos e lanches**

Ao longo da semana, mais precisamente até quarta-feira a requisição do campo para o jogo oficial e lanches, eram completadas.

As marcações dos jogos oficiais dependiam da disponibilidade da Cidade Desportiva ajustando para sábado ou domingo todos os jogos em “casa”. Os jogos “fora” eram definidos pelas equipas adversárias e apenas tínhamos de cumprir o horário, caso fosse necessário alterar podíamos solicitar à equipa adversária.

Relativamente aos lanches, através do grupo de *whatsapp* “*Team Managers*” do departamento de futebol feminino, todos realizavam o seu pedido para a secretária técnica e esta por sua vez fazia o pedido por email ao Hotel Meliã – quem nos fornecia a parte da alimentação.

No dia de jogo os lanches (sandes mista e um sumo ou leite achocolatado) estavam sempre preparados na Cidade Desportiva.

### 3.7.2 Comunicação das convocatórias dos treinos e seleção

O futebol feminino está cada vez mais a evoluir, e contamos agora com vários escalões de formação nas seleções distritais e nacionais. Através do grupo de *whatsapp* “*Noticias Futebol Feminino*”, sempre que havia uma convocatória de seleções o nosso diretor desportivo partilhava a informação nesse mesmo grupo, que por sua vez a informação era reencaminhada aos encarregados de educação pelo *Team Manager*.

Sempre que uma atleta ou encarregado de educação tinha alguma dúvida sobre equipamentos, localização ou outra questão, poderia sempre questionar ao *Team Manager*.

No último treino da semana a equipa técnica elaborava a convocatória, representativa na figura 17, para o jogo ao fim de semana, e posteriormente comunicada às jogadoras pelos treinadores e partilhada pelo *Team Manager* com os encarregados de educação bem como no grupo de *whatsapp* com todos os *Team Managers* do futebol feminino.

**Convocatória**

**Informações**

Jogo: SC BRAGA - PIGEIRAS

Competição: Sub 13

Data: 19-3-2023

Hora: 15h

Campo: CIDADE DESPORTIVA

Indumentária: Roupa de saída obrigatória

Concentração Local: CIDADE DESPORTIVA

Hora: 13h45

Treinador: Mário Dias

**Convocadas**

Jogadora	Assinatura
BENVENUTA	Beni
MARILINDA MARTIN	Marta
MARILINDA	marilinda
LARA COSTA	costa
ILIAS	ilias
LARA COSTA	COSTA
MELANIE	Melanie
BRENDA	Brenda
JORDANA	Jordana
ALICE	Alice
BEATRIZ LOPES	Beatriz Lopes

Figura 17: Convocatória para o jogo Sub-13

### **3.7.3 Organização dos equipamentos de jogo**

As equipas de formação do SC Braga tinham um técnico de equipamentos sempre disponível para a organização dos equipamentos onde a arrecadação ficava no Estádio 1º Maio. Deste modo todas as semanas era comunicado ao técnico de equipamento quando era necessário ter o saco de equipamentos prontos para o jogo e qual a cor que iríamos jogar no fim de semana consoante a cor de equipamento do adversário que previamente foi esclarecida com o *Team Manager* da equipa adversária.

Era função do *Team Manager* levantar ao saco de equipamentos no Estádio 1º de Maio e levá-la para o jogo bem como devolvê-la no mesmo local para deixar na lavandaria.

Os equipamentos eram numerados do 1 ao 14 e todas as sextas-feiras após as convocatórias para os jogos saírem, eram atribuídos os números às jogadoras.

### **3.7.4 Organização dos cartões de jogo e fichas de jogo**

Todos os cartões das atletas encontravam-se no gabinete das modalidades na Cidade Desportiva. Após o último treino da semana eram organizados o porta cartões consoante a convocatória para o jogo. Por vezes acontecia que atletas dos escalões acima iam jogar pela equipa sub-13 ou sub-15 e caso não tivesse disponível o cartão da atleta por alguma razão, era solicitado diretamente à atleta ou encarregado de educação que levasse o Cartão de Cidadão para o jogo de maneira a entregar ao árbitro.

Relativamente às fichas de jogo como podemos verificar na figura 18, também eram preparadas no mesmo dia. O preenchimento das fichas de jogo era realizado na plataforma “score” da FPF. Ao entrar nesta plataforma era necessário seleccionar os jogos e seleccionar as atletas convocadas conforme a numeração numérica das camisolas de jogo, bem como a equipa técnica, fisioterapeuta e delegado de jogo. O nome da prova, número de jogo, jornada, clube visitado e visitante, data, campo de jogo, localidade são alguns pontos que devem ser preenchidos.

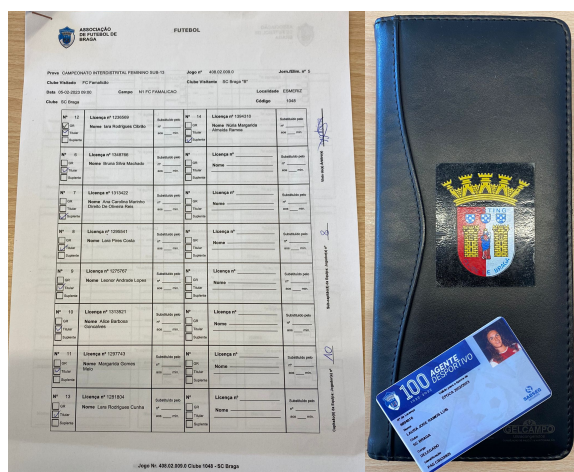


Figura 18: Ficha de Jogo e Cartões de Jogo

### 3.8 Organização e gestão em dia de jogo

Normalmente num dia de jogo em “casa” para que tudo ficasse preparado, era fundamental chegar à Cidade Desportiva 15 minutos antes da hora de concentração da equipa.

A realização de uma vitória aos balneários era essencial pois poderia ter ocorrido algum problema ou engano visto que várias equipas jogam na Cidade Desportiva. De seguida era feita a inspeção ao campo de jogo e colocar as bandeiras de canto devidamente.

Após confirmar e organização esta parte, seguia-se a parte de receção da equipa adversária e equipa de arbitragem. A primeira sempre que chegavam à porta de entrada o segurança da Cidade Desportiva comunicava com o *Team Manager* e este ia abrir e receber a equipa no portão e seguidamente direcioná-las e acompanhá-las ao balneário, entregando a chaves do mesmo. Havia também uma breve comunicação de onde eram o campo de jogo e balneários dos árbitros. Da mesma maneira funcionava com a equipa de arbitragem, mas a receção era realizada na receção da Cidade Desportiva.

Quanto à nossa equipa, a entrada era feita pela porta principal da Cidade Desportiva e eram direcionadas para o balneário, sendo que todas as

atletas ajudavam a transportar todo o material necessário ao jogo bem como os lanches.

Era função do Gestor do Desporto entregar ao árbitro as fichas de jogo e cartões das atletas bem como organizar a equipa cinco minutos antes do início do jogo para a chamada habitual realizada pelo árbitro e entregar as identificações aos respetivos elementos do *staff* e capitã de equipa (ilustrada na figura 19).



**Figura 19:** Identificação do *staff* e capitã

### **3.9 Organização e gestão pós-jogo**

Com o apito final do jogo e após saudar os adversários, árbitros e adeptos, o delegado recolhia as bandeirolas de canto e guardava-as na arrecadação junto ao campo. Posteriormente dirigia-se ao balneário dos árbitros para assinar as fichas de jogo e confirmar todos os dados referentes ao jogo. Após tudo confirmado, através do *whatsapp* no grupo designado por “Resultados Feminino” era obrigatório partilhar o resultado e marcadoras de golos com toda a estrutura do futebol feminino do SC Braga.

Numa fase seguinte, e após a equipa tomar banho, era necessário verificar se todos os equipamentos estavam no saco de equipamentos e distribuir os lanches pelas atletas bem como verificar se o balneário estava limpo e organizado.

Quanto ao saco de equipamentos teria de ser transportado para a lavandaria no Estádio 1º Maio e todos os documentos eram arquivados no gabinete das modalidades.

### 3.10 Potencialização do futebol feminino

Durante o estágio tive a oportunidade de me ser concedida a liberdade para desenvolver e colocar em prática ideias e atividades com o objetivo de ajudar a promover e a potenciar o futebol feminino.

Em consonância com estas atividades, o meu objetivo foi também que estas pudessem estar interligadas entre o futebol de formação e o futebol sénior, de modo a que as atletas mais jovens conseguissem ter um contacto em tempo real com o futebol profissional, juntando um presente e um futuro.

### 3.11 Bilhetes SC Braga equipa masculina e feminina

Desde sempre que o SC Braga procura inculcar nos seus atletas e encarregados de educação o espírito “Gverreiro”, para tal disponibiliza em todos os jogos em casa do campeonato masculino e feminino dois bilhetes gratuitos por atleta para que estes possam assistir e vibrar com as vitórias das nossas equipas seniores desenvolvendo o derradeiro espírito de um “Gverreiro do Minho” e partilhando todas as emoções do jogo.

Todas as semanas com jogos no Estádio Municipal de Braga e no Estádio 1º Maio, era enviado uma lista nos grupos de *whatsapp* (conforme a figura 20) para preenchimento com o nome da atleta que pretendesse solicitar os ingressos para os jogos como se segue nas figuras seguintes.



**Figura 20:** Lista de bilhetes jogos masculino e feminino

### 3.12 Avaliação escolar

Falar da escola e da importância formadora que esta desempenha nas nossas vidas é para o SC Braga um dos elementos mais importantes a considerar num atleta no seu processo de formação.

Foi por esta razão que um dos meios a incentivar as atletas a não descurar a importância de manter um bom nível escolar ao longo da época desportiva, coloquei o desafio de no final da respetiva época desportiva entregar duas camisolas da equipa sénior feminina como reconhecimento nos diferentes escalões (Sub-11e Sub-13/15 em conjunto).

Todos os períodos/semestres, era solicitado aos encarregados de educação as notas escolares das atletas, e posteriormente como podemos ver na figura 21 numa folha de excel ficava registado todas as notas por diferentes cores onde destacavam as positivas e negativas.

		AVALIAÇÕES																			
Atleta	Escola	Ciclo/Ano	Português	Inglês	Francês	Espanhol	História	Geografia	Ed. Desem.	Matemática	C. Natural	Ed. Visual	Ed. Tecnol.	Ed. Múltip.	TIC	Ed. Físico	Fis. Química	Ed. Moral	Out. Comp.	Out. Con.	Instrument.
4	Alber Barbosa Gonçalves	Escola Secundária de Paços	3	4	4		3	4		3	3	3				4	4	3			
5	Ana Carolina Monteiro D. de O. Reis	Colégio Dom Diogo	3	8	10		10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10			
6	Beatriz Santana Lameiras	Colégio Dom Diogo	4	3	3		3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4				
7	Demetria Lima Fernandes	Colégio Dom Diogo	3	3	3		3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3			
8	Diogo Silva Machado	Agrop. Escola Gonçalo Sampaio	3	3	3		3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3			
9	Ira Domingues Pereira	Escola B. e Sec. Vale do Ancora	4	4	4		4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	4
10	Isana Rodrigues Lopes	Escola B. e Sec. Vale do Ancora	3	3	3		3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4
11	Lara Filipe da Rocha Teixeira	Agrop. Escola André Soares	2	3	3		2	2	**	2	2	2	2	2	2	**	4	2	4	5	5
12	Luís Pinheiro Costa	Escola B. e Sec. Vale do Ancora	5	5	5		5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5			
13	Lara Rodrigues da Cunha	Agrop. Escola Frei João, Vila do Conde	3	3	3		3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3			
14	Renner Andrade Lopes	Escola B. e Sec. Vale do Ancora	4	4	4		4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4			
15	Laura de Siva Leites	Escola B. e Sec. Vale do Ancora	3	3	3		3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3			
16	Margarida Gomes Melo	Agrop. Escola Alberto Sampaio	4	4	4		4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	4
17	Maria Rodrigues Silva	Colégio Dom Diogo	10	10	10		10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10			
18	Mariana Monteiro Machado	Colégio Dom Diogo	10	10	10		10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10			
19	Mariana Silva de Menezes	Colégio Dom Diogo	10	10	10		10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10			
20	Márcia Rodrigues da Silva	Colégio Ferreira	3	3	**		3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3			
21	Miliana Nunes Leal	Agrop. Escola de Bral	3	3	4		3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3			
22	Natália Margarida Almeida Ramos	Escola B. e Sec. Vale do Ancora	4	3	4		4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4			
23	Raquel Gil Caneças	Colégio Dom Diogo	3	3	3		3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3			
24	Rita Barros de Menezes Oliveira	Colégio Dom Diogo	10	10	10		10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10			

Figura 21: Folha excel com as avaliações escolares Sub-11, 13 e 15

A distribuição das camisolas no escalão Sub-11 de forma a ser justo devido ao grau de dificuldade de ciclos, uma camisola seria para a melhor aluno que frequentava o 1º ciclo e a outra camisola para a melhor aluna do 2º ciclo, o mesmo se repete no escalão Sub-13 e 15: uma correspondente às melhores avaliações escolares de uma atleta que frequentava o 2º ciclo e a outra à do 3º ciclo.

### 3.13 Regras da Cidade Desportiva

Como qualquer entidade formadora e não só, há um conjunto de regras estabelecidas pelas organizações para o melhor funcionamento das mesmas. Seguidamente apresento as regras mais importantes da Cidade Desportiva para o futebol feminino na formação:

- Todos os treinos e jogos de treinos são à porta fechada;
- A entrada das atletas sub13/15 em dia de treino é sempre realizada pela porta secundária e a saída pela principal;
- O segurança abre o portão só após o término do treino;
- Os encarregados de educação não podem permanecer dentro da Cidade Desportiva para esperar a atleta;
- As atletas não podem utilizar chuteiras nos pisos superiores da Cidade Desportiva (pisos 2 e 3);
- Todas as atletas devem informar o *Team Manager* sempre que precisarem de ir ao fisioterapeuta ou médico antes do treino e devem ser acompanhadas pelo mesmo;
- Em dia de jogo a entrada e saída das atletas é realizada pela porta principal, enquanto os adversários somente pela entrada secundária;
- Quando o campo 1 está ocupado com jogos oficiais, não é permitido marcar outros jogos no complexo bem como quando há jogos no Estádio Municipal.

### **3.14 Resultados**

Sabemos a importância da avaliação em contexto desportivo e não só, mas no desporto os resultados obtidos nas competições, são um dado fulcral na avaliação do nosso trabalho.

Relativamente à equipa Sub-11 os resultados foram positivos, ao longo da época desportiva foram se inscrevendo meninas novas nas nossas turmas. Este escalão não estava inserido numa competição e por essa razão não conseguimos realmente analisar o nosso nível em comparação com outras equipas numa tabela classificativa.

Quanto à equipa Sub-13 e Sub-15 a primeira foi campeã distrital e as Sub-15 terminaram no segundo lugar muito pelo facto dos jogos coincidirem e de dividir a equipa, não indo com a máxima força para disputar o jogo decisivo. Ainda de referir que as Sub-13 apuraram-se para a Taça Nacional que decorre até final de junho.

Pelo trabalho desenvolvido no clube e pela dedicação das nossas *Gverreiras*, foram seis meninas convocadas à Seleção Distrital de Braga para representarem a Associação de Braga no torneio inter associações sub-14 obtendo uma classificação menos positiva. No entanto fomos o clube mais representativo desta mesma convocatória.

Na formação os resultados não são o mais importante, no entanto o SC Braga assume que quer sempre vencer e dar competitividade às suas atletas jovens, preparando-as da melhor forma possível para o futuro.

### **3.15 Torneio de abertura nas equipas de formação**

Com a liberdade para criar e pensar em atividades e vivências às equipas de formação, sugerimos a apresentação, das mesmas no intervalo do 1o jogo oficial da Liga BPI, SC Braga - Ouriense, no Estádio 1º Maio.

Ainda com a perspetiva de ser um dia do futebol feminino, surgiu a ideia de realizar um torneio na parte da manhã e de seguida após o almoço a apresentação das equipas podendo também assistir ao jogo da equipa sénior feminina, como podemos verificar no anexo VI o formato e atividades que foram programadas.

A ideia não foi somente esta, também para cativar as pequenas *Gverreiras* e ser um dia inesquecível a equipa Sub-11, com algumas atletas das Sub-13 as mais novas tiveram a oportunidade de entrar em campo pela mão das jogadoras nos onze iniciais como está representativo na figura 22. Também foi possível oito atletas serem apanha bolas do mesmo jogo proporcionando outro momento próximo dos seus ídolos.



**Figura 22:** Atletas da formação entram em campo com a equipa sénior feminina

Como foi referido anteriormente, a realização do torneio de abertura realizou-se na parte da manhã no Complexo das Camélias entre as 9h e as 12h no dia 18 de setembro de 2022. Este torneio todo ele planeado, juntou quatro dos escalões de formação – Sub-11, Sub-13, Sub-15, Sub-19 uma vez que as restantes equipas por motivos de competição oficial não tiveram a oportunidade de estar presente (conforme a figura 23).

Para tornar o torneio mais apelativo, convidamos o treinador principal e adjunto da equipa sénior feminina para motivar todas as atletas com o seu discurso e criamos uma componente lúdica atribuindo pontuação.

Seguidamente apresentamos todos os passos até à realização do torneio e no anexo VI mostramos a estrutura do torneio:

1. Apresentação da ideia ao diretor executivo, coordenadores e *staff*;
2. Requisição de material e campo das camélias;
3. Levantamento das listas de atletas;
4. Criação do calendário de jogos e jogo lúdico;
5. Realização do Regulamento;
6. Requisição de lanches;
7. Convite aos treinadores da equipa principal para um pequeno discurso.



**Figura 23:** Torneio de abertura

### **3.16 Apresentação das equipas de formação**

A apresentação das equipas de formação de futebol feminino anteriormente referidas no decorrer do intervalo do jogo da equipa sénior feminina, foi inédito no SC Braga, sendo a primeira vez na sua história a acontecer, a figura 24 demonstra esse mesmo feito. Todo este processo foi

necessário seguir alguns passos que seguidamente passamos a apresentá-los:

1. Apresentação da ideia ao diretor executivo, coordenadores e *staff* das equipas;
2. Requisição de sistema de som para o Estádio 1º Maio e *speaker*;
3. Solicitação à FPF para autorização do evento ao intervalo do jogo;
4. Solicitação da mascote do clube “*Brácaro*”;
5. Organização de equipamentos de jogo para distribuir pelas atletas;
6. Realização do Regulamento;
7. Organização de toda a atividade mostrando os pontos de encontro, horas bem definidas, divisória do campo e tarefas dos elementos do *staff*.



**Figura 24:** Apresentação das equipas de formação

### **3.17 Apanha bolas jogo Seleção Nacional Feminina e Liga BPI**

Desde crianças que gostamos de estar perto dos nossos ídolos, esta atividade de ter o privilégio de ser apanha bolas num jogo da Seleção Nacional de futebol Feminino nunca tinha acontecido com atletas do SC Braga, o que tornou um momento ainda mais especial dentro do Clube e para as atletas convidadas. O jogo decorreu em Vizela, no dia 06 de outubro de 2022 pelas 18h00, um derradeiro jogo frente à Seleção Belga, acabando com a vitória lusa marcando assim um passo importante na caminhada para o apuramento do play-off do Campeonato do Mundo feminino na Nova Zelândia em 2023.

Através de um contacto na FPF, autorizaram-me a convidar oito meninas do SC Braga para desfrutarem deste momento ao pé dos seus ídolos.

No dia de jogo reunimo-nos todos na entrada do estádio e seguimos ordens de um elemento da FPF, onde eu também estive como colaboradora dentro de campo, observando e dando indicações para um bom funcionamento.

No que concerne à função de apanha bolas no clube em todos os jogos da Liga BPI no Estádio 1º Maio, oito jogadoras dos diversos escalões tinham o privilégio de disfrutarem do momento em pisar o relvado e estarem junto das jogadoras da equipa sénior feminina. O convite era sempre feito via *whatsapp* no grupo com os encarregados de educação, perguntando a disponibilidade das atletas, havendo mais de oito atletas disponíveis procurava gerir da melhor maneira para que todas tivessem as mesmas oportunidades.

### **3.18 Palestra o que é ser Capitã do SC Braga**

O papel de capitão começa desde muito cedo na vida das crianças e dentro de uma equipa. Esta ideia surgiu através de um pai de uma atleta, o que achei muito interessante e enriquecedor para a equipa Sub-13 e Sub-15.

Para esta palestra foi convidada a Capitã da equipa sénior feminina, Dolores Silva, que também é capitã da Seleção Nacional e podemos observá-la na figura 25 com a equipa Sub-13 e 15.

Em conjunto com a Dolores preparei uma apresentação na qual a atleta colaborou colocando os pontos fundamentais do que é ser Capitã e partilhou também algumas curiosidades e exemplos sobre o tema. A palestra foi realizada no auditório da Cidade Desportiva, antes de um jogo de treino que realizamos.

No final tiveram a oportunidade de fazer perguntas sobre o tema a uma referência a nível Nacional.



**Figura 25:** Palestra "Ser Capitã" ao escalão Sub-12 e 15

### **3.19 Entrada com as jogadoras em jogos da Liga BPI**

A iniciativa de entrar em campo com as jogadoras da equipa sénior do clube e com as adversárias remetem para aquilo que era o meu desejo quando criança, o sonho de dar a mão a um ídolo/a e puder partilhar o momento de pisar a relva com ele/a era algo desejado.

Esta época e com enorme satisfação as nossas *Gverreiras* Sub-11, 13 e 15 concretizaram esse sonho em alguns jogos da Liga BPI, sendo um deles muito especial, pois o jogo entre o SC Braga e o Albergaria foi disputado no Estádio Municipal de Braga no dia 21 de maio de 2023, estádio onde atua a equipa masculina.

### **3.20 Convívio entre Encarregados Educação, atletas e staff**

Na formação não podemos pensar apenas nas atletas, mas também nos pais das crianças, partilhar momentos entre todos torna o processo mais forte e uma ligação duradoura entre toda a estrutura.

Na época de Natal surgiu-me a ideia de juntar pais, filhas e *staff* numa brincadeira de futebol na parte da manhã, uma espécie de torneio onde as equipas eram mistas. Após o torneio reservei uma quinta em Amares com a ajuda dos pais que aceitaram pagar 5€ por pessoa e cada um após fazer uma lista no grupo de *whatsapp* levava algo de comer ou beber.

Durante a tarde e como era Natal, não podiam faltar presentes, então em modo de sorteio reuni nove presentes nomeadamente: camisolas de treino, pullover e outros brindes. Foi um dia de muita diversão, música e de partilha entre todos e isto é visível no sorriso que todos apresentam na figura 26.



**Figura 26:** Convívio de Natal com os encarregados de educação e *staff*

### **3.21 Prémio para as atletas com melhores notas escolares**

O SC Braga ao longo da sua existência anda de mãos dadas com o aproveitamento escolar das suas atletas.

Por iniciativa própria e pelo facto de ser uma referência para muitas crianças no clube e não só devido ao meu papel de atleta profissional de futebol feminino, decidi oferecer camisolas de jogo que me são dadas no final da época desportiva. Como não teria camisolas suficientes para toda a iniciativa, encorajei a capitã do SC Braga, Dolores Silva a dar-me duas das suas camisolas e assim completar todo este processo.

A distribuição das camisolas são, para as duas melhores alunas do escalão Sub-11, isto é, a melhor aluna do 1º ciclo e a melhor aluna do 2º ciclo. Em caso de empate a atleta com menos faltas aos treinos vence a competição assim como no escalão Sub-13/15 as camisolas são distribuídas pelas duas melhores alunas do 2º ciclo e 3º ciclo visto que o grau de dificuldade escolar é maior, achei mais justo fazer esta divisão e dando oportunidade a mais *Gverreiras* de ganhar uma camisola oficial.

A iniciativa foi extremamente parabenizada pelos encarregados de educação e notória na cara de felicidade das atletas, o entusiasmo em estudar e conseguir o objetivo. Foi visível o esforço das alunas com maior dificuldade em recuperarem notas nos diferentes períodos.

# 04

---

**Reflexão crítica e competências adquiridas**



#### 4.1 Dificuldades encontradas

“Pedras no caminho? Guardo todas, um dia irei construir um castelo”

Fernando Pessoa

Em qualquer momento podem surgir dificuldades no nosso caminho, cabe a nós saber lidar e superar todos os obstáculos. Um dos aspetos que considero primordiais para enfrentar essas dificuldades, é focar-nos na solução logo na origem do problema e sem dúvida a prevenção que deve ser feita em antecipação aos mesmos. Ao longo destes meses e já com alguma experiência passada, fui procurando ter um comportamento proactivo, mantendo-me cada vez mais atenta aos pormenores evitando imprevistos.

Relativamente à comunicação com os encarregados de educação, atletas e *staff*, embora sendo raras, houve algumas falhas de comunicação nomeadamente: locais onde o treino se iria realizar; avisos tardios por parte dos pais que as atletas iriam faltar a treinos.

Quanto a treinos, aconteceram algumas situações de indisponibilidade de recursos materiais e espaciais sendo sempre uma luta constante para adquirir melhores condições de trabalho. A imprevisibilidade das condições climáticas no inverno também chegou a provocar o cancelamento de treinos, pois o estado do campo estava lamentavelmente cheio de terra e muito pisado para a prática do futebol.

A nível do meu relacionamento com o restante *staff* não senti qualquer dificuldade uma vez que já estava integrada no clube e conhecia todas as pessoas envolvidas, apenas dediquei-me a ouvir todos e perceber todas as dificuldades que cada um sentia, procurando sempre ajudar e fazer crescer o futebol feminino. Tendo uma personalidade coerente, humilde e boa ouvinte, nunca me senti desrespeitada pelos encarregados de educação nem pelas atletas.

Uma das maiores dificuldades que senti prendeu-se com o facto de não poder acompanhar as equipas em todos os seus compromissos devido à minha situação profissional, como em alguns jogos e torneios que foram havendo ao longo da época desportiva. Em conjunto com o *staff* sempre me

foi dada a devida ajuda nas deslocações aos campos adversários, uma vez que tínhamos de viajar no nosso próprio transporte.

## **4.2 Reflexões parcelares**

A reflexão fez sempre parte do meu processo de desenvolvimento, uma introspeção atenta e efetuada no momento certo ajuda a entender a nossa evolução e identificar aspetos a melhorar no decorrer das nossas ações.

Algumas destas reflexões foram transcritas para o papel de forma a facilitar a memória dos sentimentos e emoções sentidas. De seguida apresentam-se reflexões parcelares que considero de grande relevância e momentos chaves do estágio.

### **4.2.1 Fase preparatória**

Foi em Junho de 2022 que se iniciou efetivamente a preparação, da época desportiva 2022/2023 das equipas de formação Sub-11 e Sub-13/15 do SC Braga. Quase nada era novo para mim, no entanto foi um mês especial, pois iniciava-se oficialmente o estágio enquanto Gestora do Desporto, no clube que tanto admiro dando continuidade ao meu plano futuro pós carreira futebolística.

A Cidade Desportiva foi o ponto de encontro para uma primeira reunião com o Coordenador de formação de futebol feminino, que tinha como objetivo reunir os *Team Managers* e delegar tarefas iniciais e preparatórias para o início da época desportiva bem como definir desde logo algumas normas e procedimentos para que todos estivéssemos ligados com uma só linguagem e objetivos comuns.

Objetivos e cronograma lançados, era hora de colocar tudo em prática e começar por falar com todos os encarregados de educação sobre a continuidade ou não das atletas que transitavam do ano anterior e das novas contratações.

Foi estipulado durante duas semanas um horário possível (entre as 17h00 e as 20h00 – 20 minutos por atleta) para os encarregados de educação

escolherem e dirigirem-se à Cidade Desportiva com a atleta de forma a reunirem-se com o Coordenador futebol feminino, com a coordenadora de futebol 7 feminino e comigo para a eventual reunião.

No decorrer destas reuniões, as atletas que dariam continuidade no clube, recolhemos toda a informação necessária para a sua inscrição, nomeadamente: modelo 2 devidamente assinado, cartão de cidadão do encarregado de educação e atleta e posteriormente preenchimento da inscrição online através do nosso site e exame médico desportivo obrigatório. Em casos especiais foi necessário fazer marcação de exames de “dupla subida” passando por três fases: cardiologia, avaliação médica e nutricional sempre acompanhadas por mim.

Após a inscrição online os encarregados de educação receberam uma mensagem a solicitar a sua deslocação à Cidade Desportiva para efetuar o pagamento e levantamento do KIT da atleta. Uma vez que já trabalhava no clube e sabia a realidade da equipa, propôs ao Diretor Desportivo a isenção de pagamento de mensalidade no escalão Sub-13/15, pagando apenas o KIT de Atleta onde continha todo o equipamento de treino, roupa de saída para jogos e mochila. Quanto à Sub-11 o pagamento da mensalidade continuou igual uma vez que esta equipa é somente lúdica e não está inserida em nenhuma competição, pois é filosofia do clube que todas as equipas que estejam a competir na formação não pagam mensalidade.

Apesar de ter sido muito cansativo como é em todas as fases preparatórias, considero que tudo fizemos para estarmos organizados e facilitamos todos os encarregados de educação dando sempre soluções de horários para as diversas ações necessárias.

Relativamente à comunicação com os pais das atletas, desde cedo que criei um grupo de *whatsapp* aberto a todos para falarem e questionarem todas as suas dúvidas, só assim conseguia comunicar de forma geral e rápida para todos. No que diz respeito a situações pontuais e individuais o contacto era realizado diretamente com o encarregado de educação via telefónica.

#### 4.2.2 Fase de jogos

No que diz respeito à nossa equipa Sub-11, como já foi referido ao longo deste relatório, a sua componente competitiva foi apenas interna, participando num torneio interno dos “Gvrreiros do Futuro” organizado pelos mesmo. A minha função foi apenas comunicar aos encarregados de educação dos jogos.

A equipa Sub-13 e Sub-15 que são o mesmo grupo de atletas, estavam inseridas em duas competições distritais: Campeonato Distrital Sub-13 e Campeonato Distrital Sub-15. Posteriormente o SC Braga conseguiu o apuramento para a Taça Nacional de Sub-13 pois conquistou a fase de apuramento de campeão dando acesso direto à disputa da Taça Nacional.

É de salientar que a fase de apuramento de campeão, foi disputada em três dias havendo jogos em simultâneo das Sub-13 e Sub-15 o que dificultou a gestão das nossas atletas por serem as mesmas em ambas as competições, neste caso enviamos uma reclamação à AF Braga pois todos os clubes sofreram do mesmo problema: a falta de atletas devido à sobreposição dos jogos.

De forma a facilitar e organizar melhor a época desportiva e a vida de todos os encarregados de educação, foi realizado um documento onde continha todos os possíveis jogos e fins de semana livres. No entanto a marcação de jogos dependia sempre da disponibilidade de campos e balneários, o que por muitas vezes foi difícil encontrar soluções, atrasando sempre a comunicação correta aos encarregados de educação. Sempre procuramos confirmar os jogos do fim de semana à terça-feira no máximo, mas infelizmente nem sempre foi possível.

Todas as semanas após entrar em contacto com a equipa adversária era comunicado ao nosso técnico de equipamento a cor do equipamento que íamos utilizar no fim de semana para proceder à preparação dos mesmos. Normalmente à sexta-feira transportava a mala dos equipamentos no meu próprio carro para o local onde guardávamos todo o material necessário ao jogo: cartões de atletas e *staff*, águas, braçadeiras, equipamentos e lanches.

Nem sempre foi possível estar presente em todos os jogos, mas a preparação do mesmo era toda ela feita por mim. Após o último treino da

semana, sexta-feira e após receber a convocatória para o jogo por parte do treinador, realizava a ficha de jogo e deixava tudo preparado para que a pessoa que fosse substituir-me no jogo não tivesse qualquer problema.

#### **4.2.3 Torneio e atividades**

A preparação do torneio de abertura em conjunto com o “pontapé de saída” da Liga BPI, foi um grande desafio para mim. Com total liberdade para colocar em prática a ideia que me surgiu, consegui reunir as equipas de formação até às Sub-17, criando laços entre todas as atletas e pais.

Infelizmente nem tudo correu como o esperado pois a ideia inicial passava por juntar por completo todas as equipas de formação incluindo a equipa B e também a contratação de uma equipa que trouxesse atividades para as pequenas Gverreiras e insufláveis para que fosse um dia diferente e de muita animação.

No entanto, com tudo aquilo que foi possível, considero que todos gostaram, divertiram-se e ainda ficaram a conhecer o treinador principal e adjunto da equipa sénior feminina, através de uma palestra organizada por mim no decorrer do torneio e claro a concretização de um sonho para muitas meninas entrarem em campo de mão dada com as jogadoras da equipa sénior no seu primeiro jogo do campeonato no Estádio 1º de Maio.

Quanto às atividades, procurei constantemente unir todos os encarregados de educação, atletas e *staff* para uma maior harmonia e satisfação de todos. A inclusão de todos foi constantemente um processo que ganhou muita força por todos nós. No final éramos sem dúvida uma família unida e respeitadora.

#### **4.3 Reflexão final**

No presente capítulo será realizada uma análise crítica no que diz respeito a todo o desenvolvimento do estágio profissionalizante realizado no SC Braga, fazendo uma reflexão das atividades realizadas ao longo da época desportiva, e o impacto que cada uma teve na equipa, nos encarregados de educação e no meu crescimento enquanto Gestora do Desporto.

Fazendo uma retrospectiva até ao início da época, considero o percurso positivo, uma experiência evolutiva e de muita aprendizagem. Desde o primeiro momento que decidi ingressar o mestrado em Gestão do Desporto, o SC Braga esteve sempre no meu horizonte, para mim considero um clube com um enorme reconhecimento no panorama do desporto nacional quer masculino como feminino provocando um sentimento de maior responsabilidade. Ao longo dos anos o SC Braga vem transmitindo uma consistência no futebol feminino, vigor, e de exigência a todos níveis, levando o clube a outros patamares.

Como atleta do clube e integrada nesta família, as expectativas eram normais, no entanto com o decorrer do estágio, os desafios foram surgindo tornando assim este caminho mais gratificante. O apoio de todos foi fundamental para o trabalho realizado, o ambiente de companheirismo entre *staff*, atletas e encarregados de educação permitiram adquirir novas competências diariamente, a experiência que cada um partilhou fez crescer todo o meu conhecimento nas tomadas de decisão.

De um modo geral, ao longo do estágio foram adquiridas diversas competências, entre as quais: trabalho em equipa; uma comunicação clara e objetiva, gestão do tempo e organização de toda a informação em volta das equipas; a procura de soluções imediatas e coerentes; lidar com várias opiniões de encarregados de educação; saber ouvir e a capacidade de interligar todos os departamentos transversais ao meu de forma a sermos um só, trabalhando para os mesmos objetivos.

Ao nível das relações interpessoais, com as atletas, foram evoluindo pois nunca podia esquecer que estava a lidar com crianças com idades entre os 8 e os 14 anos, o que traz uma responsabilidade acrescida e de carácter pedagógico elevado. Uma simples palavra mal interpretada, ou não estar minimamente atenta à segurança das atletas poderia originar em grandes problemas.

Um desafio enorme para mim foi conseguir controlar a relação com as atletas uma vez que a confiança era grande, mas tinha de haver profissionalismo e tratá-las de igual forma, evitando conflitos ou ciúmes.

No que diz respeito à parte operacional surgiram algumas dificuldades nomeadamente:

- a implementação de uma reunião que eu tinha traçado com os encarregados de educação no início da época desportiva, mas infelizmente não tive permissão para fazê-la;

- o facto de não conseguir estar sempre presente em treinos e jogos devido à minha situação profissional. Ainda relativamente aos jogos, durante o campeonato foi difícil realizar a marcação dos jogos na Cidade Desportiva devido à elevada ocupação da mesma com jogos e treinos nas equipas de formação masculina;

- os campos de treino principalmente no inverno foi quase sempre um problema, porque a escassez dos mesmos para o futebol feminino de formação é grande e como treinamos em relvado ficaram altamente estragados no inverno, o que levou a cancelar dois treinos;

- a rede de telecomunicações dentro da Cidade Desportiva foi outro obstáculo encontrado, uma vez que tinha de estar em constante comunicação com os seguranças quando havia jogos e muitas vezes a ligação falhava, atrasando assim muitos processos como ir receber as equipas adversárias à porta de entrada nos dias de jogo.

- a falta de tempo e espaços não permitiu ter realizado mais torneios e convívios entre *staff*, atletas e encarregados de educação bem como outras atividades que inicialmente estavam idealizadas.

Apesar das dificuldades sentidas, terminei o estágio com o sentimento de dever cumprido e de gratidão para com o clube. Para além disso, senti que o meu trabalho foi reconhecido e parabenizado pelo empenho e dedicação em querer evoluir o futebol feminino para um patamar cada vez mais profissional e igualar com o futebol de formação masculino no clube.

Por fim, sublinho que foi uma experiência de desenvolvimento evidente, orgulhosa por ter chegado até aqui, e não me arrependo de nada do que fiz. Tudo ser de lição e o que hoje foi mau, amanhã será uma aprendizagem para crescer.



# 05

---

## Considerações Finais



Sendo eu uma apaixonada pelo futebol e pelo SC Braga, a minha “casa” a seis anos, não poderia estar mais concretizada pela oportunidade de realizar o meu estágio neste clube. Desde os momentos de maior felicidade aos momentos menos bons e de superação todos os momentos serviram de lição e aprendizagem na minha formação enquanto profissional da área de Gestão do Desporto e como pessoa.

Ao longo da minha vida, ficará para sempre na memória todos os momentos que vivenciei e todas as pessoas que atravessaram o meu caminho, sejam jogadoras ou *staff*, a vida faz-se de partilhas e este ano foi sem dúvida das melhores partilhas que tive.

Como já referi, hoje sou uma pessoa mais experiente e convicta daquilo que quero para o futuro. Sinto-me realizada e olho para o futuro com vontade de ajudar o futebol feminino a conquistar melhores condições e reconhecimento. Tenho a certeza de que este estágio teve uma enorme preponderância no meu desenvolvimento profissional e na minha valorização pessoal.

Tenciono continuar a formar-me e especializar-me nesta área de trabalho, pois uma vez disseram-me “o mundo não pára”, e por isso mesmo a vida é uma constante aprendizagem e adaptação.

Apesar da teoria em qualquer área profissional seja considerado importante, nem sempre passar da teoria à prática é tão simples, exigindo uma adaptação ao contexto onde estamos inseridos. De todo o conhecimento que possamos ter em determinado assunto, considero que a paixão por aquilo que fazemos é essencial, por vezes as horas extras necessárias a fazer em prol do clube e das jogadoras são realizadas sem qualquer constrangimento pela nossa paixão e dedicação que desempenhamos.

Uma das conclusões que retiro deste Estágio Profissionalizante é que é preciso existir muita paixão e vontade por aquilo que desempenhamos. Isto porque mesmo após delinear a carga horária para o estágio, quem trabalha na Gestão do Desporto na formação de um clube é necessária muita disponibilidade, não só para as tarefas gerais que assim exige, mas também para lidar com diversos encarregados de educação a qualquer hora do dia. Como a nossa principal função enquanto *Team Manager* é preparar a equipa para o jogo ao fim-de-semana, passamos a não usufruir desse possível tempo

livre pelos jogos constantes que existem. Todo este processo é longo e a exigência é sempre máxima, mas com a ambição de ver no futuro boas jogadoras, mas sobretudo boas mulheres na sociedade.

Analisando e perspetivando o futuro, foi-me feito o convite para continuar a prestar serviços na área da gestão do desporto no SC Braga na próxima época desportiva, deixando-me satisfeita e reconhecida pelo meu trabalho desenvolvido ao longo deste ano.

Em suma, todas as expetativas foram concretizadas e superadas e apesar de terem sido longos meses de trabalho árduo nunca serão suficientes para dominar todas as vertentes da gestão de uma equipa. Todavia, todas as atividades desenvolvidas contribuíram para o desenvolvimento e competências em vários domínios da Gestão do Desporto.

# 06

---

## Referências Bibliográficas

Camy, J., & Robinson, L. (2007). *Managing Olympic Sport Organizations*. Champaign: Human Kinetics.

Chadwick, Clint; Dabu, Adina (2009) “*Human Resources, Human Resource Management, and the Competitive Advantage of Firms: Toward a More Comprehensive Model of Causal Linkages*” *Organization Science*, 20(1): 253–272.

Cunha, L. (1997). *O Espaço, o Desporto e o Desenvolvimento*. Edições FMH, Lisboa.

Dias Oliveira, P. H. (2018). *Empreendedorismo Social: um modelo de gestão eficaz* (Doctoral dissertation).

Fernandes, J. & Oliveira, E. (2021). *A História do Sporting Clube de Braga*. 1ª Edição Paulo M. Morais. Lisboa.

Gabriel, C. G., & Alina, C. I. (2014). *Research on the management of sports organizations*. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 140, 667-670.

Gonçalves, P. (2015). *A Gestão das piscinas municipais de pataias*. Porto: Relatório de estágio profissionalizante para a obtenção do grau de Mestre em Gestão Desportiva, apresentado à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

Gurland, S. T., & Grolnick, W. S. (2005). *Perceived threat, controlling parenting, and children’s achievement orientations*. *Motivation and Emotion*, 29(2), 103-121.

Harwood, C., & Swain, A. (2002). *The development and activation of achievement goal within tennis: II. A player, parent, and coach intervention*. *The Sport Psychologist*, 16, 111-137.

Hisrich R.; Peters M. & Shepherd D. (2009) *Empreendedorismo*. 7ª Edição: Bookman

Junior, C. (2017). *Conheça as 5 fases de um modelo de projeto*. Disponível em: <https://www.projectbuilder.com.br/blog/conheca-as-5-fases-de-um-modelo-de-projeto/>

J. P. Sarmiento, A. Pinto, C. A. F. Silva, C. A. M. Q. Pedroso (2011) *O evento desportivo: etapas, fases e operações*. *Revista Intercontinental de Gestão Desportiva*, Vol1, Nº2. Disponível em: [https://www.researchgate.net/profile/Carlos\\_Mulatinho\\_De\\_Queiroz\\_Pedroso/publication/332027208\\_O\\_Evento\\_Desportivo\\_Etapas\\_Fases\\_e\\_Operacoes/](https://www.researchgate.net/profile/Carlos_Mulatinho_De_Queiroz_Pedroso/publication/332027208_O_Evento_Desportivo_Etapas_Fases_e_Operacoes/)

inks/5c9b72ff45851506d72ef59f/O-Evento-Desportivo-Etapas-Fases-e-Operacoes.pdf

Lee, S., & Walsh, P. (2011). SWOT and AHP hybrid model for sport marketing outsourcing using a case of intercollegiate sport. *Sport Management Review*, 14(4), 361-369.

Lima, M. P., & Paoli, P. B. (2015). *Aspetos a serem considerados no processo de Formação de Base de futebol de 11 a 14 anos. / Aspects to be considered on the formation process of academy soccer system of 11 to 14 years old. Brazilian Journal of Soccer Science / Revista Brasileira de Futebol*, 8(2), 12–23. Obtido de s3h.

Lemos, H. (2005). *Projeto de formação em futebol: Um passo importante para a construção de um processo de formação de qualidade: Estudo realizado no departamento de formação do Clube Desportivo Trofense*. Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física, Porto.

Lopes, J. (2017). *Gestão do Desporto*. Disponível em: [https://ipdj.gov.pt/documents/20123/123573/Graull\\_07\\_Gestao.pdf/a181d1d8-dad7-e569-bfeb-37897a6caa2a?t=1574941944198](https://ipdj.gov.pt/documents/20123/123573/Graull_07_Gestao.pdf/a181d1d8-dad7-e569-bfeb-37897a6caa2a?t=1574941944198)

Marques D. (2013) *Gestão da Inovação e Empreendedorismo*. 3º Capítulo, Edição: Elsevier

Mallen, C. (2017). *The concept of knowledge in event management*. In Mallen, C., & Adams, L. (eds.) *Event management in sport, recreation and tourism* (pp. 11-27). Routledge.

Michels, A. B., & Aragón, R. (2016). Arquiteturas pedagógicas no processo de empreender: do fazer ao compreender no contexto da educação a distância. *RIED. Revista Iberoamericana de Educación a Distancia*, 19(2), 263-281.

Ministério Público do Paraná (2018) *Gerenciamento de Projetos*. Disponível em:

<http://www.planejamento.mppr.mp.br/arquivos/File/subplan/gempar/manual.pdf>

Oliveira, D. G. (2016). *A evolução conceitual da educação para o empreendedorismo como um campo científico*. *Revista Alcance*, 23(4), 547-567.

Raya-Castellano, P. E., & Fradua Uriondo, L. (2015). *A review of the multidisciplinary approach to develop elite players at professional football*

*academies: Applying science to a professional context. International Journal of Performance Analysis in Sport*, 15(1), 1–19. Obtido de edswsc.

Rolo, O. (2008) *Curso de Gestão das Organizações* (1ªEd., Vol.1). Mafra-Portugal: Edix-Edições Técnicas e Literárias, Ida.

Soares, J. (2013). Conflitos de interesses entre o gestor do desporto e o diretor voluntário nas associações desportivas. *Revista Intercontinental de Gestão Desportiva*, 3(2), 1- 9.

Sporting Clube de Braga (2022). Cidade Desportiva – Espaço. Consult. 05 outubro 2022, disponível em <https://scbraga.pt/cidade-desportiva/>

Vale, I. (2003b). Entrevista. In Neves, P. *Equipas B: uma Inevitabilidade da Formação em Clubes de Elite. Comparação entre duas realidades distintas: Portugal (Porto, Sporting, e Vitória de Guimarães) e Espanha (Celta e Real Madrid)*. Monografia de Licenciatura. FCDEF- UP. Porto.

Watt, C. (2004). *Gestão de eventos em lazer e turismo*. Porto Alegre: Bookman.

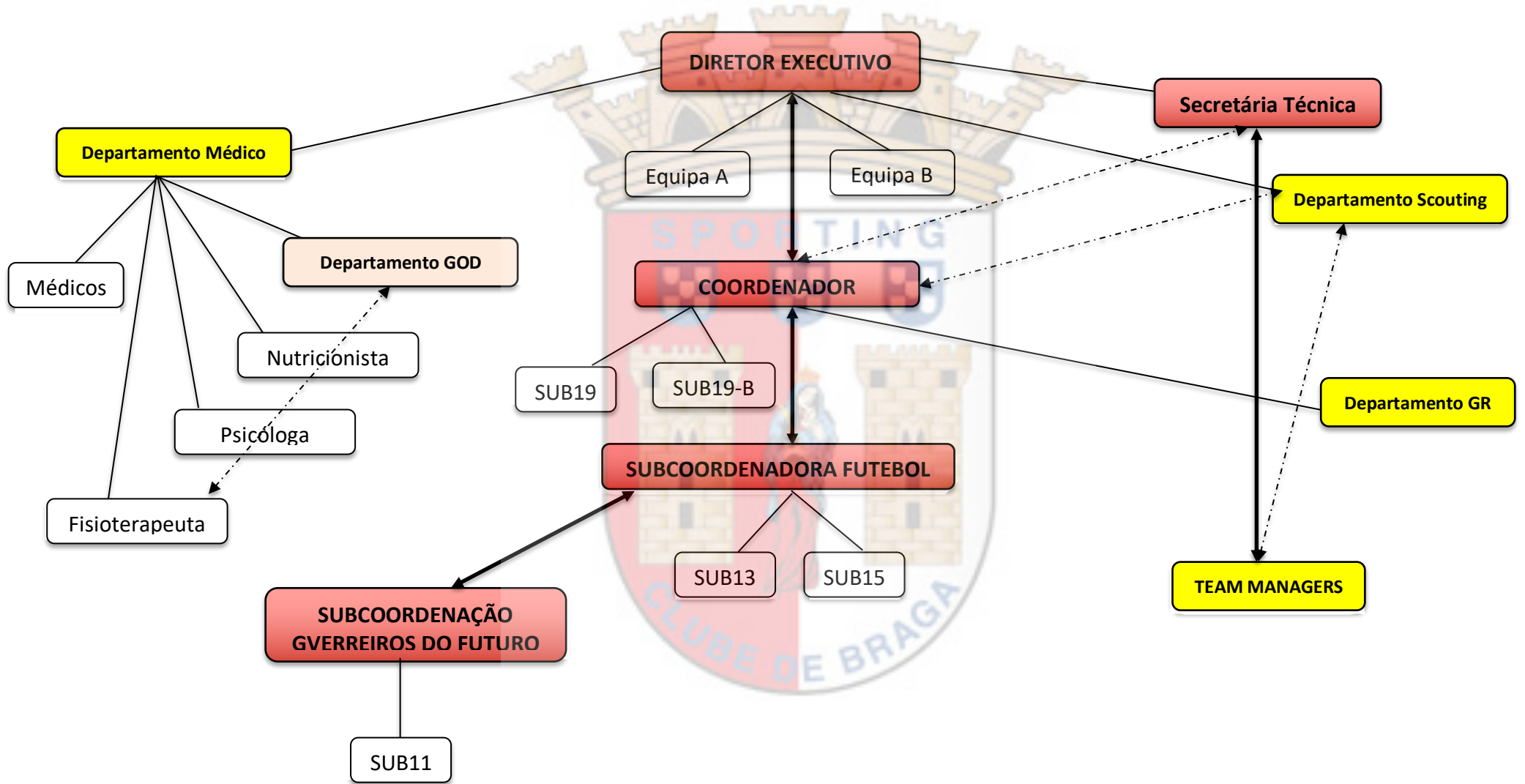
# 07

---

**Anexos**



Anexo 1 – Organograma SC Braga – Futebol Feminino



## Anexo 2 - Informação básica do plantel Sub-11

**ÉPOCA 2022/2023**

**SUB-11**

	<b>NOME</b>	<b>Ano de Nascimento</b>
1	Maria Clara Peixoto	2013
2	Leticia Medeiros	2014
3	Leonor Lopes Carvalho	2015
4	Sofia Vale	2014
5	Ana João Domingues	2013
6	Mara Ferreira	2013
7	Leticia Silva	2014
8	Carolina Soares	2015
9	Maria Miguel Santos	2014
10	Bianca Silva	2014
11	Leonor Pinto	2012
12	Maria Morgado	2013
13	Maria Leonor Silva	2012
14	Sofia Teixeira	2012
15	Matilde Costa	2013
16	Inês Gomes	2013
17	Matilde Gomes	2013
18	Leonor Barbosa	2012
19	Maria João Bastos	2014
20	Maria Inês Monteiro	2010
21	Maria Leonor da Costa Carvalho	2013
22	Mafalda Sofia Barbosa	2015

### Anexo 3 – Informação básica do plantel Sub-13 e 15

**ÉPOCA 2022/2023**

**SUB-13/SUB-15**

	<b>NOME</b>	<b>Ano de Nascimento</b>
1	Raquel Cancela	2008
2	Rita Oliveira	2012
3	Leonor Lopes	2010
4	Carolina Vieira	2012
5	Mariana Moreira	2010
6	Leonor Cerqueira	2008
7	Benedita Fernandes	2011
8	Bruna Machado	2011
9	Carolina Reis	2011
10	Joana Lopes	2009
11	Iris Pereira	2009
12	Lara Teixeira	2008
13	Beatriz Lameiras	2011
14	Melanie Leal	2010
15	Mariana Machado	2011
16	Matilde Silva	2011
17	Lara Costa	2011
18	Lara Cunha	2010
19	Margarida Melo	2009
20	Luana Leitão	2012
21	Alice Gonçalves	2010
22	Núria Ramoa	2011

## Anexo 4 – Tamanho do vestuário das atletas Sub-13 e 15

Nome	Idad	Data Nasciment	KIT TAMANH	Observações
Alice Barbosa Gonçalves	13	23/01/10	164	
Ana Leonor Cunha Cerqueira	14	01/04/08	176	
Ana Carolina Marinho Direito de Oliveira Reis	11	17/06/11	152	
Beatriz Santana Lameiras	12	13/04/11	152	
Benedita Lima Fernandes	11	28/06/11	152	
Bruna Machado	11	30/06/11	152	
Iara Rodrigues Cibrão	14	19/03/09		não precisam KIT
Íris Pereira	13	19/03/09	164	
Joana Lopes	13	04/01/09	164	
Lara Filipa da Rocha Teixeira	15	28/01/08	S	
Lara Pires da Costa	12	08/02/11	164	
Lara Rodrigues da Cunha	12	21/12/10	164	
Leonor Andrade Lopes	13	16/04/10	152	
Luana da Silva Leitão	11	24/04/12	152	
Margarida Gomes Melo	13	24/08/09	164	
Mariana Monteiro Machado	12	08/04/11	152	
Mariana Silva de Moreira	13	02/04/10	176	
Matilde Rodrigues da Silva	11	05/06/11	152	
Mélanie Nunes Leal	12	18/06/10	164	
Núria Margarida Almeida Ramoa	12	14/03/11	152	
Raquel Gil Cancela	15	08/04/08	L	
Rita Barroso de Moura Oliveira	11	08/05/12	152	
Vanda Oliveira de Sousa	15	27/11/07		não precisam KIT

## Anexo 5 – Atividade realizada no início da época desportiva

### **PROGRAMA GERAL – atividade e apresentação Futebol Feminino Formação (18/09/2022)**

#### **ATIVIDADE PARTE DA MANHÃ**

- Hora de chegada: **9h15** – campo das Camélias;
- Jogos reduzidos + lúdico: **9h45 às 12h15 (Campo das Camélias)**;
- Encerramento da atividade: **12h15** (Encerramento da atividade e entrega dos bilhetes para o jogo da Liga BPI do S.C.Braga vs Ouriense).

#### **ATIVIDADE PARTE DA TARDE**

- Hora de chegada U11: **14h20** – para entrada com jogadoras no início do jogo.
- Hora de chegada U13 e U17: **14h30** (Estádio 1º Maio, na entrada para a bancada central)
- Jogo LIGA BPI – SCBRAGA vs Ouriense: **15h00 (Estádio 1º Maio)**
- Descida das atletas pela bancada para a zona do relvado/pista de atletismo: **15h35**
- Apresentação das atletas: **15h45 (Estádio 1º de Maio)**;
  - SUB11: **15h47**
  - SUB13: **15h52**
  - SUB17: **15h57**





(as equipas entram no relvado em fila pelo lado esquerdo ao encontro da Mascote Bracaro que ficará no centro do campo.

Primeiro entra as SUB11, depois SUB13 e por último SUB17 - o speaker diz o nome de cada uma delas à medida que vão desfilando até ao centro do campo.)

- Atletas abandonam o campo com o responsável para trocar de roupa: **16h00**
- Fim da atividade: **17h00**






## PARTE DA MANHÃ

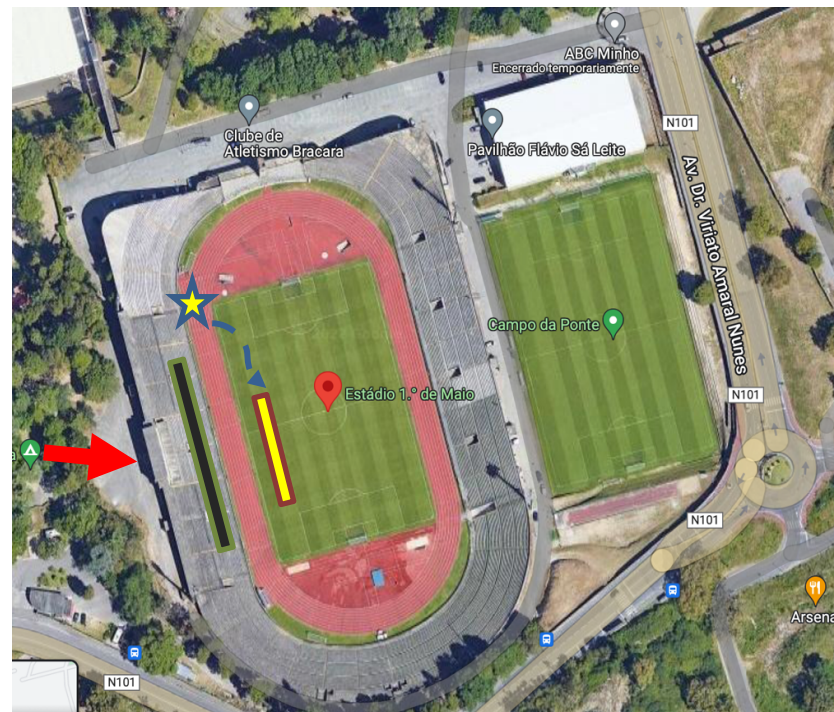


-  Estacionar no Estádio 1º Maio e fazer percurso a pé até ao Campo das Camélias
-  Campo das Camélias
-  Bancada
-  WC'S e Balneário

## PARTE DA TARDE

### LEGENDAS:

-  Entrada principal: **14h30**
-  Ponto de encontro para preparar entrada das Atletas: **15h35**
-  Bancada central
-  Percurso das Atletas durante apresentação
-  Equipas em fila para saudar os adeptos após serem apresentadas



Excel Ficheiro Editar Ver Inserir Formatar Ferramentas Dados Janela Ajuda

Jogos Calendário

Base Inserir Desenhar Esquema da Página Fórmulas Dados Rever Ver

Calibri (corpo) 12 A A

Colar

Moldar Texto

Unir e Centrar

Formatoção Condicional

Formatar como Tabela

Estilos de Célula

Inserir

Atualização do Office Para se manter a par das melhorias, correções e atualizações de segurança, seleccione Procurar Atualizações.

Y36

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S
1																			
2		SUB11	5X5	8min															
3			Laura C.	Vanessa	Patricia	Leonor F.													
4							Jornada 1				Jornada 4				Pontuação	Laura C.	Vanessa	Patricia	Leonor F.
5							Laura C.	VS	Vanessa		Vanessa	VS	Laura C.		1ª Jornada				
6							Patricia	VS	Leonor F.		Leonor F.	VS	Patricia		2ª Jornada				
7							Jornada 2				Jornada 5				3ª Jornada				
8							Vanessa	VS	Patricia		Patricia	VS	Vanessa		4ª Jornada				
9							Leonor F.	VS	Laura C.		Laura C.	VS	Leonor F.		5ª Jornada				
10							Jornada 3				Jornada 6				6ª Jornada				
11							Leonor F.	VS	Vanessa		Vanessa	VS	Leonor F.		TOTAL				
12							Laura C.	VS	Patricia		Patricia	VS	Laura C.						
13							Jornada 1				Jornada 4				Pontuação	Laura Luis	Anouk	Leah	Caroline
14							Laura Luis	VS	Anouk		Anouk	VS	Laura Luis		1ª Jornada				
15							Leah	VS	Caroline		Caroline	VS	Leah		2ª Jornada				
16							Jornada 2				Jornada 5				3ª Jornada				
17							Anouk	VS	Leah		Leah	VS	Anouk		4ª Jornada				
18							Caroline	VS	Laura Luis		Laura Luis	VS	Caroline		5ª Jornada				
19							Jornada 3				Jornada 6				6ª Jornada				
20							Laura Luis	VS	Leah		Leah	VS	Laura Luis		TOTAL				
21							Anouk	VS	Caroline		Caroline	VS	Anouk						
22							Jornada 1				Jornada 4				Pontuação	Dolores	Carolina	Meio Metro	Vitória
23							Dolores	VS	Carolina		Carolina	VS	Dolores		1ª Jornada				
24							Meio Metro	VS	Vitória		Vitória	VS	Meio Metro		2ª Jornada				
25							Jornada 2				Jornada 5				3ª Jornada				
26							Carolina	VS	Meio Metro		Carolina	VS	Meio Metro		4ª Jornada				
27							Vitória	VS	Dolores		Dolores	VS	Vitória		5ª Jornada				
28							Jornada 3				Jornada 6				6ª Jornada				
29							Vitória	VS	Carolina		Carolina	VS	Vitória		TOTAL				
30							Dolores	VS	Meio Metro		Meio Metro	VS	Dolores						
31							Total Jogos												
32							Total INT.												

Excel Ficheiro Editar Ver Inserir Formatar Ferramentas Dados Janela Ajuda

Jogos Calendário

Base Inserir Desenhar Esquema da Página Fórmulas Dados Rever Ver

Calibri (corpo) 12 A A

Colar

Moldar Texto

Unir e Centrar

Formatoção Condicional

Formatar como Tabela

Estilos de Célula

Inserir

Atualização do Office Para se manter a par das melhorias, correções e atualizações de segurança, seleccione Procurar Atualizações.

Y36

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S
34																			
35																			
36							Pontuação U11												
37							Jogo Lúdico	1,5 minutos			1,5 minutos				1,5 minutos				TOTAL
38							Laura C.												
39							Vanessa												
40							Patricia												
41							Leonor F.												
42							Pontuação U13												
43							Jogo Lúdico	1,5 minutos			1,5 minutos				1,5 minutos				TOTAL
44							Laura Luis												
45							Anouk												
46							Leah												
47							Caroline												
48							Pontuação U17												
49							Jogo Lúdico	1,5 minutos			1,5 minutos				1,5 minutos				TOTAL
50							Dolores												
51							Carolina												
52							Meio Metro												
53							Vitória												
54																			
55																			
56																			

TOTAL				
<b>SUB11</b>				
Pontuação	Jogos	Lúdico	TOTAL	Vencedoras
Laura C.				1º Lugar
Vanessa				2º Lugar
Patricia				3º Lugar
Leonor F.				4º Lugar
<b>SUB13</b>				
Pontuação	Jogos	Lúdico	TOTAL	Vencedoras
Laura Luis				1º Lugar
Anouk				2º Lugar
Leah				3º Lugar
Caroline				4º Lugar
<b>SUB17</b>				
Pontuação	Jogos	Lúdico	TOTAL	Vencedoras
Dolores				1º Lugar
Carolina				2º Lugar
Meio Metro				3º Lugar
Vitória				4º Lugar

LÚDICO	SUB11	SUB13	SUB17
Jornada 1	Patricia	Leah	Meio Metro
Jornada 2	Leonor F.	Caroline	Vitória
Jornada 3	Laura C.	Anouk	Dolores
Jornada 4	Vanessa	Laura Luis	Carolina

3 METROS

4 METROS

4 METROS

**DESCRIÇÃO DO EXERCÍCIO:**

A equipa inicia o exercício em fila atrás do cone azul.

Cada jogadora lança o objeto que tem na mão de maneira a cair dentro de um dos arcos a uma distância de 3/4 metros.

Após lançar o objeto tem de ir apanhá-lo e devolver à colega de equipa que está na fila à espera da sua vez.

Cada arco tem uma pontuação diferente que a equipa em conjunto deve procurar a melhor estratégia para conseguir o maior número de pontos ao fim de 3X 1,5 minutos seguidos.

O treinador vai registar quantos pontos conseguem a cada tentativa.

O objetivo é ser rápido e pontuar o máximo possível.

TOTAL				
<b>SUB11</b>				
Pontuação	Jogos	Lúdico	TOTAL	Vencedoras
Laura C.				1º Lugar
Vanessa				2º Lugar
Patricia				3º Lugar
Leonor F.				4º Lugar
<b>SUB13</b>				
Pontuação	Jogos	Lúdico	TOTAL	Vencedoras
Laura Luis				1º Lugar
Anouk				2º Lugar
Leah				3º Lugar
Caroline				4º Lugar
<b>SUB17</b>				
Pontuação	Jogos	Lúdico	TOTAL	Vencedoras
Dolores				1º Lugar
Carolina				2º Lugar
Meio Metro				3º Lugar
Vitória				4º Lugar