



# **REGULAMENTO DOS ENCONTROS DE TRAQUINAS E PETIZES**

**FUTSAL LÚDICO**

**FUTEBOL 5 / FUTEBOL 3**

**2025/2026**

**ASSOCIAÇÃO DE  
FUTEBOL DE  
LISBOA**



# REGULAMENTO DOS ENCONTROS DE TRAQUINAS E PETIZES

## ÍNDICE

1 OBJECTIVOS .....	3
2 INSCRIÇÃO DE CLUBES E ATLETAS .....	3
3 CATEGORIAS .....	3
4 FORMAS DE JOGO.....	3
5 UTILIZAÇÃO DE JOGADORES.....	4
6 DURAÇÃO DOS JOGOS .....	4
7 ARBITRAGEM.....	4
8 MATERIAL .....	4
9 LOCAL DA PROVA.....	4
10 ADMINISTRAÇÃO E ORGANIZAÇÃO.....	5
11 DISPOSIÇÕES FINAIS .....	5
12 CRONOGRAMA .....	5



## 1 OBJECTIVOS

- 1.1** Promover o gosto pela prática desportiva, tentando incutir nas crianças a percepção dos seus benefícios ao longo de uma vida saudável.
- 1.2** Favorecer o desenvolvimento da personalidade infantil através da construção de uma autoimagem favorável e a integração social através de um adequado processo de socialização.
- 1.3** Promover o Fair Play como forma de fomentar o respeito mútuo e amizade.
- 1.4** Contribuir para a criação de novas oportunidades de prática desportiva num ambiente agradável e lúdico, de acordo com o intervalo etário das crianças.

## 2 INSCRIÇÃO DE CLUBES E ATLETAS

- 2.1** Os clubes têm que inscrever obrigatoriamente as equipas nas categorias de Traquinhas e Petizes, até à data-limite **de 30 de outubro de 2025**, através da aplicação score.
- 2.2** Os atletas podem inscrever-se ou transferir-se, livremente, durante o período de inscrições (até ao dia 31 de maio de 2026), até ao máximo de 2 (duas) inscrições por época.

## 3 CATEGORIAS

- 3.1** Os clubes podem participar nas seguintes categorias:

- **Traquinhas** – Sub-8 (2018) e Sub-9 (2017)
- **Petizes** – Sub-5 (2021); Sub-6 (2020) e Sub-7 (2019)

- 3.2** O(s) Clube(s) pode(m) inscrever no máximo duas (2) equipas por categoria, recomendando-se nestes casos a inscrição de uma (1) equipa por escalão de acordo com a respetiva Data de Nascimento:

- Traquinhas (Dois escalões etários)
  - Equipa “A”, composta por atletas nascidos em 2017
  - Equipa “B”, composta por atletas nascidos em 2018
- Petizes (Dois escalões etários)
  - Equipa “A”, composta por atletas nascidos em 2019
  - Equipa “B”, composta por atletas nascidos em 2020 e 2021

## 4 FORMAS DE JOGO

- 4.1** As formas de jogo para as categorias de Traquinhas e Petizes são:

<b>Traquinhas</b> Nascidos em 2017 e 2018	<b>Jogo informal (GR + 4 x 4 + GR)</b> Encontros sem tabela classificativa
<b>Petizes</b> Nascidos em 2019, 2020 e 2021	<b>Jogo informal (3 x 3)</b> Encontros sem tabela classificativa



## 5 UTILIZAÇÃO DE JOGADORES

- 5.1** Cada equipa deverá constituir-se por um mínimo de sete (7) e um máximo de nove (9) atletas nos escalões de traquinas.
- 5.2** Cada equipa é constituída por um mínimo de quatro (4) e um máximo de seis (6) atletas nos escalões de petizes.
- 5.3** As equipas devem ser compostas preferencialmente por atletas de ambos os sexos.
- 5.4** Para os clubes que inscrevam duas equipas no mesmo escalão (A e B), e desde que o número de equipas o permita, será constituída uma série exclusivamente com equipas "B". No caso de não ser possível, serão as equipas inseridas em séries diferentes de forma a jogarem desencontradas.
- 5.5 Atletas do escalão Traquinas que atuam no escalão superior Benjamins, nas competições oficiais da AFL, não será permitida a utilização nestes eventos.**
- 5.6** Todos os jogadores inscritos na Ficha de Jogo, têm de participar obrigatoriamente em todos os jogos que a sua equipa realizar.
- 5.7** Durante o período regulamentar de cada jogo, recomenda-se que cada jogador seja utilizado em pelo menos um terço do tempo total do jogo.
- 5.8** As substituições são ilimitadas e efetuam-se sem interrupção do jogo.

## 6 DURAÇÃO DOS JOGOS

- 6.1** Traquinas – 2 x 15' com intervalo de 5 minutos.
- 6.2** Petizes – 2 x 10' com intervalo de 5 minutos.

## 7 ARBITRAGEM

- 7.1 Traquinas e Petizes** – Nestes jogos não haverá equipa de arbitragem. Os mesmos decorrerão em auto arbitragem com a intervenção pedagógica dos agentes desportivos dos clubes participantes que deverão indicar pelo menos dois elementos aquando da realização da respetiva inscrição da equipa e que terão obrigatoriamente ações de formação antes do arranque dos Encontros para esse efeito.

## 8 MATERIAL

- 8.1** As bolas a utilizar nos jogos são as definidas oficialmente (n.º 3 e n.º 4), sendo da responsabilidade da organização o fornecimento das mesmas.
- 8.2** Balizas (2,40 x 1,70m) – Traquinas.
- 8.3** Balizas (1,20 x 0,90m) – Petizes.

## 9 LOCAL DA PROVA

- 9.1** Todos os Encontros de Traquinas e Petizes decorrerão em pavilhões designados pela organização, com dimensões recomendadas de acordo com a forma de jogo: Traquinas - GR + 4 x 4 + GR (dimensões de campo 35 x 20m); Petizes - 3x3 (dimensões de campo 15 x 10m).
- 9.2** Os Encontros a realizar serão divididos pelo período da manhã, consoante o número de equipas inscritas por cada escalão.



## 10 ADMINISTRAÇÃO E ORGANIZAÇÃO

- 10.1** A escolha dos locais onde se realizarão os Encontros resulta do estabelecido no **Cronograma – Ponto 12.1. alínea d.**
- 10.2** Os clubes inscritos terão de participar obrigatoriamente em todos os Encontros, conforme estabelecido no **Cronograma – Ponto 12.1. alínea d).**
- 10.3** A taxa de inscrição será no valor de 25 € por equipa (máximo 2 equipas) de Traquinhas e Petizes.
- 10.4** Em cada Encontro, 30 minutos antes da realização do 1.º jogo, as equipas têm que apresentar os cartões de identificação de todos os elementos (atletas e agentes desportivos).
- 10.5** Apenas será permitido no recinto de jogo, a presença do(s) treinador(es) da(s) equipa(s) e do(s) dirigente(s), quando devidamente identificados.

## 11 DISPOSIÇÕES FINAIS

- 11.1** Os casos omissos no presente regulamento e quaisquer dúvidas sobre a interpretação deste, serão resolvidos pela comissão organizadora.
- 11.2** As equipas deverão comparecer 30 minutos antes do início do 1º jogo devidamente equipadas.

## 12 CRONOGRAMA

- 12.1** Os clubes deverão ter presente o seguinte cronograma:

ASSUNTOS
<b>a) Encontros</b> – Por categoria, serão agendados seis (6) Encontros com início em Novembro/Dezembro de 2025, e término em Maio 2026, sendo as datas a divulgar em Comunicado Oficial
<b>b) Pagamento dos Clubes</b> – A taxa de inscrição será no valor de 25 € por equipa (máximo 2 equipas), de Traquinhas e Petizes
<b>c) Inscrição de Jogadores</b> – Até 4ª feira da semana em que se realiza o encontro
<b>d) Programação</b> – Para cada Encontro será publicado o calendário de jogos aos clubes na plataforma score, <b>realizando cada equipa o mínimo de 2 jogos por encontro.</b>
<b>e) O material para a realização dos Encontros é da responsabilidade da organização (fitas de marcação de campo, balizas, bolas e coletes da equipa amizade)</b>