



Matchvärd under Höst-pokalen 2019

TACK för att du ställer upp som Matchvärd under Höst-pokalen 2019! Utan din insats blir det ingen Höstpokal. Här kommer lite info till dig. Viktigt att du läser hela brevet innan Höst-pokalen!

- När du ankommer till Strömvallen eller Veddestavallen, anmäl dig i Cup-Expeditionen så vi vet att du är på plats. Anmälan måste ske senast 15 min innan ditt första pass som Matchvärd. Schema för matchvärdar sätts av respektive lag som bemannar uppgiften. På Cup-Expeditionen hämtar du en gul väst, märkt med "Matchvärd" som vi vill att du bär under ditt pass.
- Enligt schema så kommer/skall det finnas 2 Matchvärdar per plan, d.v.s. 2 på Strömvallen 1, 2 på Strömvallen 2, 2 på Veddesta Konstgräs och 2 på Veddesta Gräsplan (Om den kommer användas) Matchvärdar är till för att stötta domare om det skulle behövas, samt ser till att allt flyter under dagen. Presentera dig för domaren innan match.
På Strömvallen 2 skall Matchvärderna även stötta och supporta 3 mot 3-spel för P12 och F12. Det är första gången som F12 och P12 deltar i cupsammanhang. Närmare information om 3 mot 3-spel finns på Cup-Expeditionen under Cup-dagen
- Alla 5-spelsmatcher spelas 1x25min. Det är 5 minuter mellan matcherna så det är jätteviktigt att de börjar och slutar i tid, d.v.s. håller schemat. Alla 7-spelsmatcher spelas 2x20 min och det är 5 min mellan matcherna. Alla 3-spelsmatcher spelas 3x5 min och 5 min mellan alla matcherna. Stötta gärna domaren med detta om ni ser att tiden drar iväg och nästa match riskerar att bli sen. Om domaren får utmaning med klockan under en pågående match så är det bra om du som matchvärd kan hjälpa domaren hålla koll på tiden. Antingen ta tiden själv eller hjälpa domaren att bryta eller förlänga matchen om så behövs. Säkerställ bra kommunikation med domaren.
- Om du som matchvärd upplever att domare eller spelare utsätts för obehag från någon spelare, ledare eller någon i publiken (dåligt beteende) så skall du som matchvärd ingripa och hjälpa domaren. Ingrip inte fysiskt men påvisa vikten om Fair Play till alla inblandade.
- Angående Fair Play så skall varje Matchvärd under dagen lämna in 1 Fair Play enkät. I den skall du bedöma deltagande lag utifrån en Fair Play mall, se bifogad nedan. Lämna denna enkät till Cupexpeditionen efter avslutat pass. Denna enkät tillsammans med spelschema och denna instruktion får du i samband med att du anmäler dig i Cupexpeditionen.
- Efter avslutat pass är det viktigt att du återlämnar den gula västen märkt med "Matchvärd till Cup-Expeditionen och berättar att du slutar ditt pass
- Cupen spelas enligt Sankt Eriks-Cupen regler. Se regler på nästa sida.

Eventuella frågor under cupen besvaras av Cup-Expeditionen eller av Magnus Andersson 070-732 15 86 eller Johan Ericsson, 073-383 45 35

Än en gång: tack för att du ställer upp som Matchvärd på Höstpokalen 2019.

Magnus Andersson, Cupgeneral Bele Barkarby FF & Johan Ericsson, Kansli Bele Barkarby FF





Regler för 5 mot 5-fotboll i Stockholm som skiljer sig från 11 mot 11-fotboll

- Bollstorlek: 3
- Planstorlek: 5 mot 5-plan utan sarg: 30 x 20 m 5 mot 5-plan med sarg eller nät: 30 x 15 m
- Straffområde: Inget straffområde märks ut, men området där målvakten får ta med händerna, d v s "närheten av egna målet", är ca 5m djup och 5m bredd från respektive stolpe.
- Målstorlek: 3 x 2 m Rekommendation: (Om det finns mål med måtten 3 x 1,5 m ska dessa användas)
- Speltid: 3 x 15 min vid enskild match. 3 x 10 min vid sammandrag
- Fria byten Rekommendation: (Använd 2 avbytare och gör alla byten i paus, då får alla spela lika mycket)
- Retreat line och Inspark: Vid inspark/målvaktsutkast sätts spelet igång genom att målvakten rullar ut bollen. Målvakten får även rulla eller lägga ner bollen till sig själv och slå en passning på marken. När målvakten har bollen under kontroll i sina händer backar motståndarna till sin egen planhalva. Mittlinjen fungerar då som en så kallad "retreat line".
- Målvakten får ta bollen med händerna när bollen passas från en medspelare. Målvakten får ta bollen "närheten av egna målet" (se straffområde)
- Gula och röda kort tillämpas inte. Vid olämpligt uppträdande får spelaren byta med en annan spelare. Rekommendation: (Beroende på vad som har skett kan det vara bra att spelaren får lugna ner sig innan denne byts in igen)
- Straff eller straffområde tillämpas ej.
- Vid frispark startas spelet genom att passa eller driva bollen efter marken. Frispark får ej skjutas direkt i mål. Mål får ej göras direkt vid en frispark.
- Avståndet vid frispark och hörna ska vara minst 5 m mellan bollen och närmsta motspelare.
- Inkast tillämpas ej. Spelet startas där bollen passerade sidlinjen på samma sätt som vid frispark. Mål får ej göras direkt vid inkast.
- Hörna startas från hörnet där lång- och kortlinje möts genom att passa eller driva bollen efter marken. Mål får ej göras direkt vid en spark.
- Vid underläge med fyra mål eller mer får laget som ligger under spela med 6 spelare tills ställningen är lika.
- Offside tillämpas inte i 5 mot 5-fotboll
- Avståndet vid frispark och hörna ska vara 5 m mellan bollen och närmsta motspelare.
- 6-sekundersregeln för målvakter tillämpas inte i 5 mot 5-fotbollen.



Skillnader jämfört med 5 mot 5-fotboll som vi spelade i Stockholm 2018

- Mindre spelplan
- Inget straffområde
- Ingen straffpunkt eller straffspark
- Längre speltid
- Inga varningar eller utvisningar
- Retreat line är samma som vi tidigare har kallat "Första fri"
- Inspark
- Sätta in extraspelare vid fyra måls underläge
- Inkast, frispark och hörna



3 mot 3 spel....Roligare med mer bollkontakt och högre aktivitet... 3 mot 3 utomhus lär våra barn att spela fotboll på ett lekfullt sätt med mycket bollkontakt. 3 mot 3 spel är fotboll på barnens villkor.

Spelarna har inga speciella positioner i laget.

Ingen målvakt. Alla är utespelare.

Ingen domare agerar på planen, ledare eller föräldrar hjälps åt att döma under matchen

Spelarna får spela lika mycket.

Varje spelare får möjlighet till mycket bollkontakt.

Förutsättningar

3 mot 3 skall lära våra barn att spela fotboll på ett lekfullt sätt med hög aktivitet och mycket bollkontakt. Detta skall genomsyra ledare föräldrars agerande under matchen

Matcher spelas i 3 mot 3 lag. Ingen målvakt. Alla är utespelare.

Barnen skall leka fotboll. Inga serietabeller får förekomma.

Flygande byten gäller. Vi rekommenderar dock att ni byter i pauserna.

Alla spelare måste använda benskydd.

Bollstorlek 3

Målstorlek ca. 1,0 * 1,5 m

Planstorlek ca 15 m * 10 m.

Alla insparkar och frisparkar är indirekta.

Avspark måste spelas bakåt och får inte skjutas direkt på mål.

Avstånd mellan boll och motståndare vid inspark, avspark, frispark och nedsläpp är 3 m.

Straffområde används inte. Straffspark kan inte utdömas utan endast (indirekt) frispark.

Om matchen blir ojämn, får det laget som ligger under med 4 mål, sätta in en extra spelare, som skall vara kvar på planen tills matchen eventuellt blir lika igen.

Resultat noteras inte. Serietabeller skall ej förekomma

Speltiden är 4 * 3 minuter. Korta och många matcher håller aktiviteten och koncentrationen uppe.

Om bollen skulle hamna ur spel startas spelet med en inspark där bollen lämnade planen. Går bollen ut över kortsidan tillämpas dock hörna eller inspark. Om sarg används skall bollen läggas en bit ut från denna så att det är möjligt att få till ett riktigt tillslag.

Spelarna får inte hålla sig i sargen. Påföljden är frispark.

Om bollen under en längre tid låses fast, mot sargen eller motståndare, döms nedsläpp. Tänk på att bollen vid nedsläpp skall vidröra marken innan någon spelare får röra den. Nedsläpp sker på mitten av planen.