



Policy Ungdomsfotboll Örebro Läns FF

”Så många som möjligt, så länge som möjligt i sin närmiljö”

8-9 år. Spelform 5mot5

Träning bedrivs under vintersäsongen inomhus och/eller utomhus (nov-mars) max 2 träningar/vecka.

Utomhussäsongen max 2 träningspass per vecka. (april-oktober)

I matchspel bör alla spelare om möjligt spela lika mycket och få prova på alla positioner.

Tränare/Ledare rekommenderas ha genomfört SvFF D.



5mot5 - Spelregler 2024

Antal Spelare: 5 spelare på planen (1 målvakt och 4 utespelare). Obegränsat antal avbytare.

Målstorlek: 3x1,5 m. alt. 3x2 m.

Planstorlek: Alltid 30x20 m.

Bollstorlek: 3

Målvaktsområde / Straffområde:

Straffområde markeras inte på planen.

Målvakten får ta bollen med händerna i området nära det egna målet. Det området sträcker sig fem meter i sidled från vardera målstolpen och ca fem meter ut i planen. Tar målvakten bollen med händerna långt från sitt eget mål stoppar domaren spelet, visar målvakten var denna får ta med händerna och låter målvakten göra om.



5mot5 - Spelregler 2024

Målvaksregeln 8-9 år 5mot5 samt Retreat-Line:

Målvaksregeln innebär att när målvakten har bollen i händerna och ska starta spelet oavsett om bollen varit "död" eller inte ska motståndarna backa tillbaka till egen planhalva s.k. Retreat-Line. När målvakten rullar ut bollen får motståndarlaget gå över planhalvan. Målvakten får även lägga ner bollen och passa ut bollen efter marken. Bollen är i spel när den har lämnat målvaktens händer.

OBS! Det är förbjudet med utkast/utspark i spelformen 5mot5.

Tillbakaspel till egen målvakt:

Det är tillåtet för målvakten att ta bollen med händerna.

Frispark, Hörnspark, Sidlinjespark (f.d. inkast) och Avspark.

Vid samtliga fasta situationer får spelaren själv driva igång bollen alternativt passa igång efter marken.

Straffspark: Tillämpas inte. Om domaren dömer frispark närmare än fem meter från mållinjen ska platsen för frisparken flyttas bakåt 5 meter från mållinjen.

Avstånd vid fasta situationer: 5 meter

OBS! Samtliga fasta situationer är indirekta d.v.s. att spelaren inte får driva själv och direkt göra mål eller peta bollen till en medspelare som skjuter direkt i mål.



Spelare och avbytare / Smycken

Byte sker i närheten av mittlinjen. En spelare som ska bytas in väntar utanför planen tills spelaren som ska bytas ut kommit av planen.

Smycken:

Grundregeln kommer vara kvar om att alla typer av smycken (halsband, ringar, armband, öronringar, läderband, gummiband etc.) är förbjudna och måste tas bort. Att använda tejp för att täcka smycken är inte tillåtet förutom när det gäller nytagna hål i öronen eftersom smycket ej kan tas bort av medicinska skäl. Regeländringen gäller i Barn och Ungdomsfotbollen 3-3, 5-5, 7-7 och 9-9.



Policy Ungdomsfotboll Örebro läns FF

Fair play

Föreningens styrelse eller utsedd person i föreningen av föreningens styrelse ska före seriestart tillsammans med lagets spelare gå igenom föreningens policy om Fair play och lagets allmänna uppträdande före, under och efter match. Genom deltagande i av ÖLFF arrangerade tävlingar förbinder sig förening att stå bakom och följa det dokument som finns upprättat.

- Vi följer fotbollens regler och respekterar domarens beslut
- Vi uppmuntrar till juste spel
- Vi hejar på vårt eget lag och hånar inte motståndarna
- Vi tackar motspelare och domare efter matchen
- Som förälder/anhörig talar vi aldrig illa om ledare, motspelare eller domare
- Vi använder vårdat språk



Otillåtet spel och olämpligt uppträdande

- Varning och utvisning tillämpas inte.
- Domaren ska alltid i första hand prata med en spelare som har gjort ett regelbrott.
- Ledaren har ansvar att byta ut spelaren för att kunna prata med spelaren i lugn och ro. Spelaren får då möjlighet att förklara sitt beteende och en stund att hämta sig från situationen.



Regel 12: Otilåtet spel och olämpligt uppträdande

Domaren kan bara döma frispark för regelbrott som sker när bollen är i spel.

Domaren dömer frispark när en spelare gör något oaktsamt mot en spelare i det andra laget. Att göra något oaktsamt är att

- hoppa mot en spelare
- sparka eller försöka sparka en spelare
- knuffa en spelare
- slå eller försöka slå en spelare
- fälla eller försöka fälla en spelare
- tackla med foten
- avsiktligt röra vid bollen med handen eller armen
- hålla fast en spelare
- spela på ett farligt sätt
- hindra en motspelares förflyttning
- hålla sig fast i sargen eller nätet.

Varningar eller utvisningar tillämpas inte. En spelare som inte följer reglerna ska bytas ut av ledaren.

Språkbruk

Attityd

Inställning

Respekt

Att vara en god vinnare och en god förlorare



Poolspel 1	pojkar flickor	Söndag 19 maj Söndag 19 maj	13:00 IFK Kumla 10:00 ÖSK
Poolspel 2	pojkar flickor	Lördag 25 maj Söndag 26 maj	10:00 Lyckevallen 10:00 Bergtsagens IF
Poolspel 3	pojkar flickor	Lördag 8 juni Söndag 9 juni	10:00 Frövl IK 10:00 Lyckevallen
Poolspel 4	pojkar flickor	Lördag 24 augusti Lördag 24 augusti	10:00 BK Ett Fyra 10:00 Sturehov
Poolspel 5	pojkar flickor	Lördag 7 september Lördag 7 september	10:00 Lyckevallen 10:00 Latorp
Poolspel 6	pojkar flickor	Söndag 22 september Lördag 21 september	10:00 Garphyttan 10:00 Lyckevallen

- 2 matcher varje poolspel
- Inbjudan kommer från arrangör senast 10 dagar innan
- Matcherna är 3 x 10 min.
- Förbered er innan och mellan matcherna med toabesök och mellis.
- Man stannar med laget till matchen är slut.