

Spelregler och tips för 5-manna fotboll, Knattespelen i IF Löddes regi

Tips till arrangerande förening

- ☺ Förbered information om omklädningsrum och någon som tar emot gästande lag
- ☺ Tryck upp spelschemat kompletterat med nummer på plan
- ☺ Ha västar i beredskap om lagen har samma färg på tröjorna

Vi följer de nya spelreglerna ”Nationella Spelformer 5 mot 5” vilket innebär;

- ☺ Planstorlek: 30 x 20 m utan sarg/nät, 30 x 15 m med sarg/nät
- ☺ Målstorlek: Vanligt 5-manna mål eller om det finns de nya måtten 3 x 1,5 m.
- ☺ Bollstorlek: 3
- ☺ Antal spelare: 4 utespelare och 1 målvakt på plan samtidigt
- ☺ Antal avbytare: Valfritt (lika speltid för alla)
- ☺ Speltid: 3 x 10 minuter
- ☺ Retreat linje: Vid inspark/målvaktsutkast sätts spelet igång genom att målvakten rullar eller passar bollen efter marken. När målvakten har bollen under kontroll i sina händer backar motståndarna till sin egen planhalva. Mittlinjen fungerar då som en s k retreatlinje.

Regler

- ☺ Gula och röda kort tillämpas inte, vid olämpligt uppträdande får spelaren byta med en annan spelare.
- ☺ Straff eller straffområde tillämpas inte. Vid frispark startas spelet genom att driva eller passa bollen efter marken.
- ☺ Frispark får inte skjutas direkt i mål.
- ☺ Inkast tillämpas ej. Spelet startas där bollen passerade sidlinjen på samma sätt som vid frispark.
- ☺ Hörna startas från hörnet där lång- och kortlinje möts genom att driva eller passa bollen efter marken. Mål får ej göras direkt från hörnspark.
- ☺ Vid underläge med fyra mål eller mer får laget som ligger under spela med 6 spelare tills ställningen är lika.

Fotbollens spela, lek och lär tar sin utgångspunkt i Idrotten vill – idrottsrörelsens idéprogram. I dess riktlinjer för barnidrott står det bland annat att ”idrott för barn ska bedrivas ur ett barnrättsperspektiv och följa FN:s konvention om barns rättigheter”(Barnkonventionen). Barn- och ungdomsfotbollen bör i första hand se till så att alla får;

- ☺ möjlighet att spela fotboll i den utsträckning de vill
- ☺ uppleva glädje och kamratskap
- ☺ utvecklas personligt och idrottsligt utifrån sina egna förutsättningar
- ☺ möjlighet att utveckla ett livslångt fotbollsintresse

Vägledning inför anmälan av lag till barnserier (5-manna)

- ☺ Alla spelare som är kallade till match ska spela minst två (2) perioder av matchen!
- ☺ Alla spelare ska få starta matcher regelbundet under året och även få prova olika platser.

Nio föräldrabud – Svenska FF

- ☺ Följ med på träning och matcher. Ditt barn sätter stort värde på det.
- ☺ Håll dig lugn vid sidlinjen. Låt barnen spela.
- ☺ Uppehåll dig längs ena sidlinjen. Med avstånd till ledare och spelare.
- ☺ Respektera ledarnas beslut. Var positiv och stöttande.
- ☺ Respektera domarens beslut - se på domaren som en vägledare.
- ☺ Skapa god stämning vid match/träning.
- ☺ Fråga barnen om matchen var kul och spännande. Fråga ALDRIG efter resultatet.
- ☺ Stöd föreningen i dess arbete. Din insats blir värdesatt, inte minst av ditt barn.
- ☺ *Kom ihåg:* Att det är ditt barn som spelar fotboll och inte du