

Vad är en föreningsfunktionär?

Som föreningsfunktionär hjälper du din klubb med att kunna arrangera matcher upp till med U14.

Du kommer att sitta i det som kallas ett sekretariat. Med hjälp av domarna är det ni som får matchen att flyta på.

- På denna nivå så handlar det i huvudsak att hålla koll på målen, utvisningarna och time-outerna.
- Inte alla matcher, men en del på denna nivå hanteras med hjälp av EMP (Elektroniskt matchprotokoll).
- Du behöver en grundläggande kunskap om regler och domartecken.
- Du behöver en bra kommunikation med domarna. Ni är ett gemensamt arbetslag!
- Spelet blir snabbare när spelarna blir äldre, de gäller att vara fokuserad på uppgiften!

Regel 2 – Speltiden, Slutsignalen och Time Out

- **Slutsignalen:** Ojustheter och osportsligheter samt spelarbyten som sker i samband med slutsignalen gäller.
- **Spelarbyten efter slutsignal:** Vid Frikast får endast 1 spelare i kastande laget byta.
- **Time-out: -När är Time-out obligatorisk?**
 - Time-out begärd av domarna
 - Time-out begärd av tidtagaren
 - Time-out vid utvisning
- **Time-out:**
 - U14-11 – 2 st Utbildnings TO (1 per halvlek)
 - U10 och yngre se TBBU
 - Minihandboll - Inga lagtimeouter. Men domarna kan i händelse av skada stoppa tiden.
 - Avvikelser kan förekomma i USM, distriktsserier, cuper m.m.

Tidtagare:

- Huvudansvar för speltiden, TO och utvisningstider.
- Om väggklockan ej är brukbar ska tidtagaren informera båda lagen om tiden (spel-, TO, och utvisningstid)
- Skall blåsa för slutsignal i halvlek och matchens slut om väggklockans automatiska slutsignal ej fungerar (och/eller är väldigt låg)
- Allmänt enbart tidtagaren som ska avbryta spelet när detta blir nödvändigt.

Sekreterare

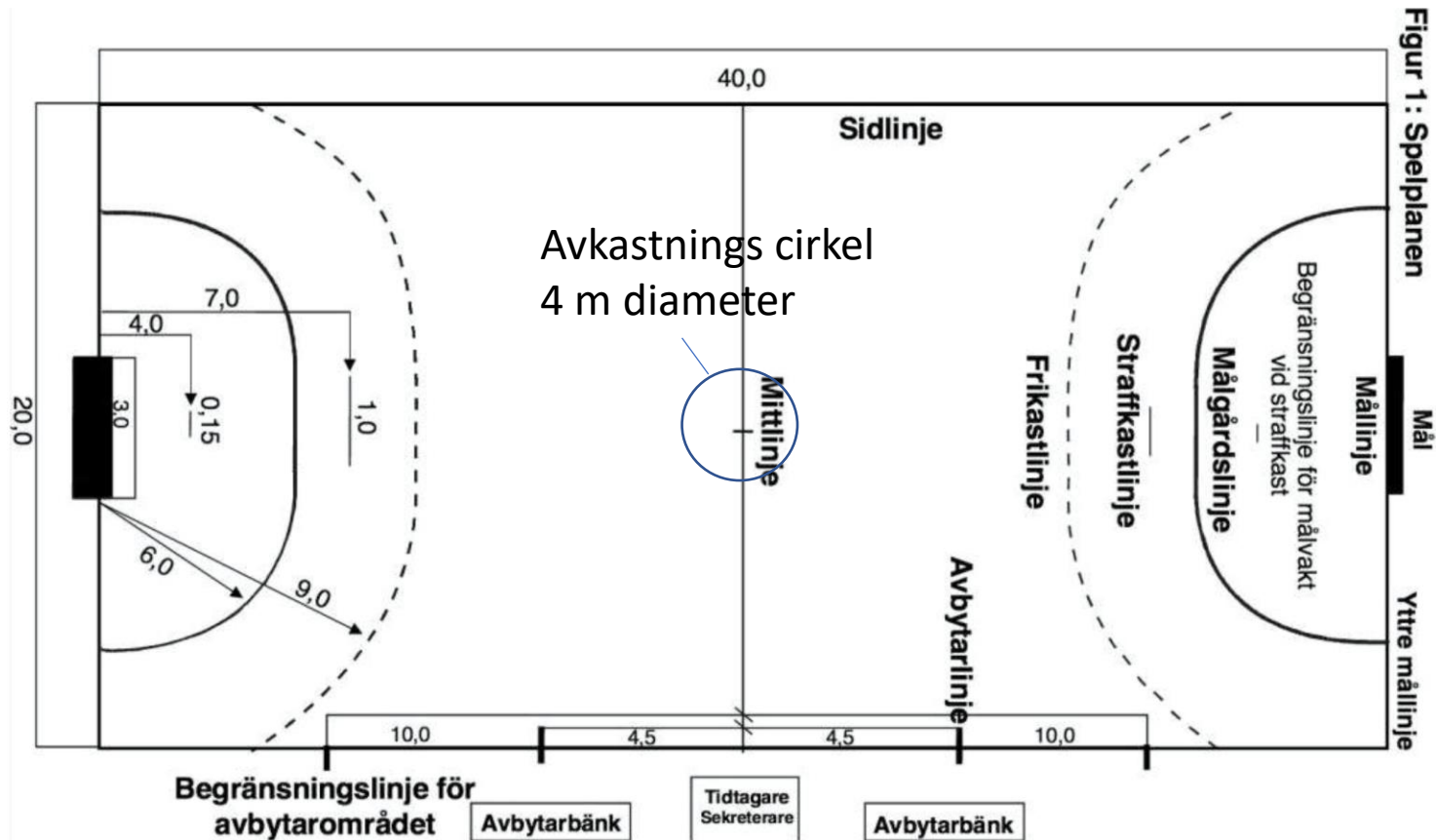
Huvudansvar för laguppställningar, matchprotokollet, EMP och inträde av spelare som anländer sent till match och behöver skrivas in i protokollet för att bli deltagarberättigad/spelarberättigad.

Gemensamma uppgifter:

- Kontrollen av antalet spelare och ledare i avbytarområdet
- Kontrollen av antalet spelare på plan
- Kontroll av byten

Reglemente för avbytarområdet - Coachzon

- Tillåtet att coacha framför och bakom lagets bänk.
- Det är tillåtet för ledarna att röra sig i coaching zonen.
- Principiellt har enbart en ledare i laget tillåtelse att stå upp eller röra sig, en i taget.
- Tillåtet för en ledare att lämna coaching zonen för att lämna Time-out kort eller nödvändig kontakt med tidtagare/sekreterare.
- På miniplan så tänker vi inte på detta alls.





Coachzon

Regel 4 – Laget, spelarbyten, utrustning och spelarskador,

Dessa regler gäller endast vid spel på storplan.

- Felaktigt byte bestraffas med två minuters utvisning
- Tillkommande spelare utan byte – två minuters utvisning. Det vill säga om man är fler än 6 utespelare på plan ska den spelare som sist kom in utvisas med 2 minuter för felaktigt byte.
- Om fler än 1 spelare begår ett felaktigt byte, ska endast den som först begår felet. Kan aldrig bli två i samma situation.
- Spelare får ej beträda planen innan utvisning är klar – ytterligare bestraffning (2min). Valfri spelare avtjänar återstående tid på första utvisningen.

Regel 4:4

Avbytare får beträda spelplanen när som helst och vid upprepade tillfällen [...] om de spelare, som ska ersättas, redan har lämnat spelplanen. Vid spelarbyten ska spelarna alltid gå in på respektive lämna spelplanen över det egna lagets avbytarlinje. Denna bestämmelse gäller också vid målvaktsbyte. Reglerna för spelarbyte gäller även under tidsstopp (utom under lag-timeout). Högst sju (7) spelare per lag får samtidigt befinna sig på spelplanen.

Regel 4:5

Ett felaktigt spelarbyte ska bestraffas med utvisning av den skyldige spelaren. Om flera än en (1) spelare från samma lag i samma situation gör sig skyldiga till felaktigt byte ska endast den spelare som först begår felet bestraffas.

Regel 4:6

Om en tillkommande spelare beträder spelplanen utan byte eller om en spelare oberättigat ingriper i spelet från avbytarområdet ska denne bestraffas med utvisning. Laget ska därför reduceras med en spelare på spelplanen under följande två (2) minuter (bortsett från att den inträdande tillkommande spelaren måste lämna spelplanen). Om en utvisad spelare beträder spelplanen under tiden för sin utvisning bestraffas han med en ny utvisning på två (2) minuter. Denna utvisning börjar omedelbart varpå laget reduceras ytterligare med en valfri spelare på spelplanen under överlappningen mellan den första och den andra utvisningen. I båda fallen återupptas spelet med frikast för motståndarna (13:1a-b; se dock klarläggande 7).

Spelare och ledare

- Spelare och ledare ska vara inskrivna i matchprotokollet och närvarande för att vara deltagarberättigade.
- Det får delta max 16 spelare i alla matcher.
- Det får delta max 4 ledare i alla matcher.
- På stor plan spelar man med 7 spelare, 1 målvakt + 6 utespelare.
- På kortplan spelar man med 6 spelare, 1 målvakt + 5 utespelare.
- På miniplan spelar man med 5 spelare 1 målvakt + 4 utespelare.

Bra att tänka på!

En spelare blöder?

Spelaren måste kliva av planen för att torka bort blodet och bli omplåstrad. Om spelaren har blod på kläderna så måste dessa bytas eller tvättas av.

Många utvisningar?

Om det efter många utvisningar och endast skulle återstå 2 spelare samt målvakt, har domaren rätt att bryta matchen om denne anser det nödvändigt.

En spelare kommer sent, vad gör vi?

Om en spelare tillkommer efter att spelet har börjat måste denna ges rätt av sekretariatet att delta i spelet och skrivas in i protokollet.

Västspelare.

En västspelare är en spelare som får agera både målvakt och utespelare samtidigt. Denna spelare skall bära en väst som skiljer sig från utespelarnas färger. Det behöver inte vara samma färg som målvakten har på denna nivå.

Viktigt att tänka på när ett lag spelar med västspelare:

- En väst spelare får inte byta om laget inte har bollen.
- Västspelaren får agera som målvakt och lyder då under reglerna för målvakter. När västspelaren befinner sig i målgården.
- När västspelaren deltar på plan, så gäller ordinarie regler.
- I mini-handboll så kan vem som helst av spelarna agera målvakt och utespelare. Så länge bara en befinner sig i målområdet.

Regel 16 – Bestraffningar

- Varning eller Kroppsspråk. En spelare bör inte ges mer än en varning
- Utvisning En utvisning är alltid för två (2) minuters speltid
- Diskvalifikation: Gäller alltid för resterande speltid
- I mini-handboll så finns det bara personliga straff, inte 2 min. En spelare som erhåller personligt straff. Får sitta på bänken i två anfall. Laget reduceras inte med någon spelare på planen, utan laget får sätta in en ersättare direkt.

Regel:	Handbolls Ligan	SEH	Allsvenskan Herr	Allsvenskan Dam	Div.1 Herr	Div.1 Dam	Div.2 Herr	Övriga seniorserier	U19-U17 H/D	U 16 U 15	U14 U13 U 12	U11-yngre
Sju utespelare (*)	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	Nej	Nej
Skott i huvudet	X	X	X	X	Nej	Nej	Nej	Nej	Nej	Nej	Nej	Nej
Skadad spelare	X	X	X	X	X	X	X	Nej	Nej	Nej	Nej	Nej
Passivt spel -MAX 6 pass	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	Nej	Nej
Sista 30 sek	X	X	X	X	X	X	X	Nej	Nej	Nej	Nej	Nej
Punktmarkering	X	X	X	X	X	X	X	X	X	Nej	Nej	Nej
Klister / Vax	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	Nej	Nej
Klister på skorna	X	X	X	X	X	X	Nej	Nej	Nej	Nej	Nej	Nej
Enhetlig klädsel (**)	X	X	X	X	X	X	X	Nej	Nej	Nej	Nej	Nej
Väst som MV-tröja	Nej	Nej	Nej	Nej	Nej	Nej	Nej	Nej	Nej	X	X	X
Max 16 spelare	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Byte anfall/försvar	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	Nej	Nej
Tekniskt möte	X	X	X	X	X	X	X	Nej	Nej	Nej	Nej	Nej
3 Timeout (***)	X	X	X	X	X	X	X	(***)	(****)	2 TO/lag	Utb-TO	SE TBBU

(*) = Den tidigare regeln gällande utespelare med "klippt MV-tröja" - detta är fortfarande tillåtet.

(**) = Gäller reglerna kring enhetlig klädsel, såsom skydd, underställ, strumpor etc

(***) = Se lokala distriktsbestämmelser

(****) = Se tävlingsreglemente för USM samt Tävlingsbestämmelser för barn och Ungdom

X = Regeln gäller

Nej = Regeln gäller inte

Senaste nytt

Testregel 2021/2022. Bra att känna till.

SHF har fått godkänt av IHF att göra ett försök med regeländringar kopplat till huvudskott på målvakter. Ändringarna kommer tillämpas från seriestart i Handbollsligan, SHE, Allsvenskan Herr och Allsvenskan Dam. Samt slutspelsmatcherna i ATG Svenska Cupen.

Regeln innebär:

- Tvåminutersutvisning vid skott i huvudet på målvakten från ett straffkast.
- Tvåminutersutvisning vid skott i huvudet på målvakten när bollen är i spel.
- Undantag är om spelaren som avlossar skott är i obalans på grund av en knuff eller smäll från försvarsspelare.
- Gäller EJ om försvarare är emellan.
- Delegaten ska skriva upp tiden när skottet sker. I Damallsvenskan kan domaren ev. be sekreteraren att skriva upp tiden(som efter matchen ges till domaren).

Antal spelare

Från och med 1 juli blir det tillåtet för alla lag på alla serie nivåer att ha 16 spelare.



1
Beträdande av
målgården



2
Felaktig
dribbling



3
För många steg eller
bollen hålls mer än
3 sekunder



4
Omklamring,
fasthållning
eller knuff



9
Målvaktkast



10
Håll 3 m avstånd



11
Passivt spel



12
Mål



5
Slag



6
Offensivt fel



7
Inkast - riktning



8
Frikast - riktning



13
Varning (gult kort)
Diskvalifikation (rött
kort) Information om
rapport (blått kort)



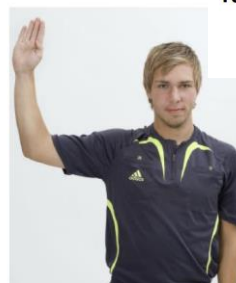
14
Utvisning
(2 minuter)



15
Timeout



16
Tillåtelse för två
personer (som är
deltagarberättigade)
att beträda
spelplanen under
timeout



17
Förvarningstecken
för passivt spel



Utrustningen som ska finnas på plats:

- Matchklocka
- Ställ för kort
- Gult och rött kort, whiteboardkort o tuschpenna
- Dator
- EMP Arbetsprotokoll
- Lag TO-Kort

Klädsel och profil

Funktionärerna bör vara lika klädda, så att de inte förväxlas med något av lagen.
Klubbdräkt/föreningsoverall samt huvudbonad, är ej accepterat.

Arbetsplatsen

Kan vara mellan/ovanför lagen. Det är plats för tidtagare, sekreterare, ev. delegat och speaker.
INGA andra får uppehålla sig vid bordet. Bordet och lagens bänkar ska placeras så att sekretariatet kan se avbytarlinjerna.

Instruktion av whiteboardkort

Spelare nr 4 blir utvisad 12:38 och är klar för spel 14:38
Spelare nr 4 blir utvisad 12:38 och är klar för spel 14:38



Spelare nr 4 blir diskvalificerad 12:38. Ny spelare är klar för spel 14:38
Spelare nr 4 blir diskvalificerad 12:38. Ny spelare är klar för spel 14:38



Spelare nr 4 blir utvisad 29:15 i andra halvleken, får inte spela mer om matchen inte ska avgöras med förlängning
Spelare nr 4 blir utvisad 29:15 i andra halvleken, får inte spela mer om matchen inte ska avgöras med förlängning



Att tänka på före och under match

Bra att ha tillgång till

Regelbok samt tävlingsbestämmelser – går att spara ned på telefonen – dvs går att alltid ha med sig! Du hittar dem på Svenska handbollförbundets tävlings och domar/funktionärsidor.

- SHF:s tävlingsidor [---](#)
- SHF:s domar/funktionärsidor [---](#)

Sekreterare och tidtagare

- Kom överens om vem som är sekreterare, respektive tidtagare
- Kontrollera att allt material finns på plats, gult och rött kort, timeout kort, whiteboardkort, visselpipa och att matchur och tidtagarpanelen fungerar. Samt att en dator med installerad EMP finns. Kolla nätuppkoppling.
- Match med tekniskt möte (Herr div 2, Dam div 1 och uppåt), träffas 1 timme innan match, då också laguppställningar ska lämnas från respektive lag.
- Match utan tekniskt möte: var där senast 30 min innan eller tidigare.
- Hälsa på lagledare och domarna.
- Prata igenom hur TO kortet ska tas emot. D.v.s. Sekreteraren tar emot eller lägges på bordet från sin sida. Ha en kommunikation när ni ser att TO kort är på G. **OBS!** Väldigt viktigt att ni ser att laget som lägger in TO också är innehavare av bollen. Hjälps åt.

Tidtagarens ansvarsområden

Följande skall du som tidtagare tänka på före, under och efter en match.



Före match:

- Ha gärna 2 st pipor.
- Se till att ha gult o rött kort, Timeout kort, whiteboard mm.,ev. klocka. Dela ut Timeout kort till ledare (bra tillfälle att få "kontakt").
- Föreningen ska tillhanda hålla detta, men har du eget, ta med.
- Kontrollera inställningarna på tidtagar-panelen. Testa att göra en utvisning, både 2 min samt 2+2 min.

Under match:

- Speltiden, avbrott i speltiden, utvisningstider, spelares in- och utträde i spelet (vid byten och utvisningar i samverkan med sekreteraren).
- Kvittering av domarnas tecken - var säker innan kvittens ges. Kommunicera med sekreteraren att denne är klar.
- Notera mål på tavlan omedelbart efter att det är godkänt av domarna.
- Hantera lag-timeouter avseende signal, klocka och tid i samverkan med sekreteraren. Blås vid halvtid respektive full tid (oavsett om det finns signal på matchklockan).
- Kommunicera med sekreteraren under "hela" matchen.



Efter match:

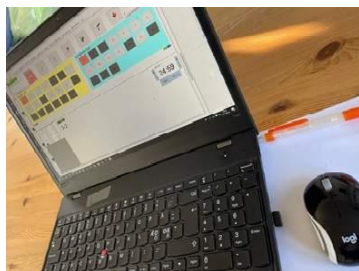
Samla ihop ev. Timeout kort från respektive lag om de inte använts.

Sekreterarens ansvarsområden

Följande skall du som sekreterare tänka på före, under och efter en match.

Före match:

- Öppna upp och ladda ner laguppställningarna.
- Be lagledarna kontrollera laguppställningen, så den stämmer. (sätt bock på sidan med laguppställningarna). Namn, tröjnummer. Se till att position MV är ifyllt på målvakterna. Ta fram ett Arbetsprotokoll och penna (OM datorn skulle lägga av).
- Hälsa på domarna.



Under match:

- Använd Tidsmarkering!!
- Föra in följande uppgifter i EMP (hamnar i arbetsprotokollet):
- Aktivera spelare när de beträder spelplanen. Notera händelser i EMP som målgörare, varningar, utvisningar och diskvalifikationer, straffkast, tidpunkter för lag-timeout (sker automatiskt vid registrering av timeout), halvtids- och slutresultat (sker automatiskt när man trycker halvtid respektive full tid).
- Aktivera EJ spelare som inte varit inne på plan!
- Om en spelare kommer sent till matchen så är det du som sekreterare som skriver in spelaren och ger godkännande för spel. Samma sak gäller vid fel tröjnummer hos spelare som upptäcks under match. Det är du som ändrar detta och säger till tidtagaren att fel begåtts. Tidtagaren blåser då av matchen vid närmsta spelavbrott och påkallar domarnas uppmärksamhet och informerar denne.
- Råkar du bli "sen" vid tidsavbrott, justera då detta så snart du kan i EMP. Stäm av under HELA matchen att du har samma tid som Matchklockan (på väggen).
- Hjälptidtagaren att kolla byten, om du har möjlighet.



Eftermatch:

- Faktiskt klockslag för när en match slutar ska finnas med i matchprotokollet. Kontrollera att detta finns med på Matchprotokollet innan du skickar upp det.
- Ledare ska också godkänna Matchprotokollet efter match. Var snabb med att be ledare att komma och godkänna matchprotokollet efter match. Sätt i bock.
- Protokollet ska sen kontrolleras av domare, och därefter sekreteraren, sätt i bockarna, innan det skickas upp till servern.
- Avvakta ev. tillsagd rapport innan uppladdningen.

Arbetsprotokoll EMP

Vid "handskrivet" Arbetsprotokoll, när datorn inte fungerar. Du får själv välja om du vill skriva de förkortningar som finns eller om du vill skriva ut hela ord.



Arbetsprotokoll EMP

RAD	TID	MÅL	LAG	HÄNDELSE	NR	Reg. i EMP
1	00:57	1 - 0	H	M	7	x
2	01:33		H	V	14	x
3	02:57	1 - 1	B	M	22	x
4						

Genomgång av Digimatch (EMP)

Programmet hämtar du hem här [---](#)

Start av programmet.

Du får en lathund med instruktioner om hur du först startar programmet. Samt hur du skapar din första matchregistrering.

Om något får fel!

Internet kan kopplas ned, datorn kan starta om. Det viktiga i dessa situationer är att du som funktionär tar det lugnt. Oavsett fel, blås av matchen (enligt regelverk), påkalla domarnas uppmärksamhet och åtgärda felet. Om felet är snabbt avhjälpt så ta den tid ni behöver innan ni startar matchen igen. Om felet tar längre tid, gå över till manuell registrering. I videon nedan så får ni en förklaring hur ni återupptar en match i EMP om något gått fel.

Tävlingsreglemente USM:

USM:s tävlingsreglemente i sin helhet kan du hämta hem här [---](#)

Vi kommer att gå igenom det som är bra för er att veta!

Åldersklasser och speltid

U14: Varje match spelas 2 x 20 minuter

I steg 1–4 tillämpas fem minuter lång halvtidspaus. Särskilda regler för pausvilan gäller i Finalspelet. Om match av utslagskaraktär slutar oavgjort efter full tid ska en förlängning på 2x5 min genomföras. Är det fortfarande oavgjort efter förlängning genomförs shoot-out (se Regelboken) för att skilja lagen åt.

Från och med 1 juli blir det tillåtet för alla lag på alla serie nivåer att ha 16 spelare.

Timeout

•U14: Lagen har två utbildningstimeouter, en per halvlek

Övriga regler att hålla koll på under USM:

•För U14 och yngre är byte av anfall/försvar bara tillåtet då egna laget har bollen.

•Vid bestraffning för felaktigt byte anfall/försvar och vid felaktig punktmarkering skall progressiv bestraffning ges till lagansvarig, inte till spelaren.

Tillsättning av funktionärer

I samtliga steg krävs av SDF/SHF godkända matchfunktionärer. Minst en av funktionärerna vid varje match ska ha EMP-utbildning.

Arrangerande förening ansvarar för tillsättningen av matchfunktionärerna:

• U14 steg 1–3

SDF ansvarar för tillsättningen av matchfunktionärerna som båda ska ha lägst distriktsfunktionärsutbildning:

• U14 steg 4

SHF:s Domar o Funktionärs kommitté tillsätter funktionärer i Finalspelets samtliga tre åldersgrupper.

• SHF:s TK kan godkänna undantag från ovanstående om ansvarig förening / tillsättare måste frångå nivån på domare eller funktionärer. TK utgår då från att tillsättningen görs utan att riskera kvalitén på arrangemanget.

Protest Gjensidige USM U16-18

•Protest ska senast inom 60 minuter efter avslutad match/händelse av lagansvarig anmälas till domaren/domarna alternativt meddela per telefon/mail/sms till vederbörande handläggande organ (PU = Adam eller Niklas)

•Anmälan ska innehålla skälen för protesten. Domare/delegat, som mottar protest, ska notera detta på matchprotokollet. Funktion för detta finns i EMP

•Sedan protest anmäls till PU enligt ovan, ska den inom 5 dagar från matchdagen, följas upp med en skriftlig protest med angivande av skälen för protesten

•Vid en tävlings två sista omgångar samt kvalspel eller slutspel ska detta ske inom 24 timmar efter avslutad match/händelse.

•Domarnas avgörande i sakfrågor, grundade på deras iakttagelser, är utan appell. Protester som grundar sig på domarens bedömning i matchsituationer godkänns inte.

I Gjensidige USM U14 klassen kan man inte lämna protest!

Om miniplansspel

I det här avsnittet kommer vi att gå igenom:

- 1.Vad är miniplansspel?
- 2.Vad är viktigt att tänka på när man leder en miniplansmatch?
- 3.Vad lär man ut i denna ålder?

Vad är det?

Miniplansspel, är precis som det låter handboll som spelas på en liten plan. Klicka på listan nedan för att läsa mer om miniplansspel!

Antal spelare

Varje lag har endast fem spelare på plan.

Storlek på planen

Minihandboll spelas på en plan som är ca 20x12 m

Antal domare

Matcherna leds ofta av en domare istället för två. Men det finns ingen regel som säger att man bara får vara en domare.

Längd

Speltiden är 2 gånger 10 min, med 1 minuts paus. Tänk på att i vissa distrikt och cuper så har man egna regler. Se till att hålla koll på dessa innan du går in på plan så att allt blir rätt.

Boll

Matcherna spelas med en mjuk handboll.
Du hittar SHF:s bollreglemente i TBBU följ länken nedan:

[TBBU](#)

Om miniplanspel

Vad fokuserar domarna på i denna ålder

Reglerna är samma som vanlig handboll förutom följande sju saker:

- 1 **Tre sekunders regeln** används inte.
- 2 **Dubbelstuds** beivras med att gå tillbaka till startplatsen och behålla bollen. Starta med ett frikast för den som gjorde fel.
- 3 För många **steg** beivras med att gå tillbaka till startplatsen och behålla bollen. Starta med ett frikast för den som gjorde fel.
- 4 **Farligt spel** beivras med personlig utvisning i två anfall. Laget får sätta in en annan spelare och blir inte drabbat. Matchledare förklarar för spelaren vad hen gjorde för fel innan den går av planen.
- 5 **Avkast** eller **hörnkast** (det vill säga inkast ifrån hörnet) ersätts av Målvaktskast.
- 6 Vid **Målvaktskast** skall icke bollförande lag springa hem till egen målgårdslinje. Laget får ej gå upp i offensivt försvar, förrän då det bollförande laget har genomfört två passningarna (utkastet inräknat), eller då bollen kommit över på offensiv planhalva.
- 7 Inga **omfamningar** (det vill säga låsningar) eller knuffar tillåts. I försvaret vill vi att spelarna ska träna på fotarbete och att placera sig rätt samt att erövra bollen. Spelarnas perceptionsförmåga är för dåligt utvecklad i denna ålder för att spela anfallsspel där man tillåter fullkontakt som man gör vid spel på stor plan.

Domarna är där för att lära ut

- Domarna är där för att lära spelarna reglerna. Därför är det också bra om ni har koll på reglerna. Så att ni kan ge dem stöttning i detta.

Var mer förlåtande.....

- Domarna ska så länge ett regelfel inte leder till ett mål, vara mer förlåtande. Detta är en viktig del både för spelare, ledare och föräldrar att förstå. Domarna ska inte döma för allt, de ska skapa ett bra spelflyt samt lära spelarna.

Men våga bestraffa

- Domarna ska redan här börja lära spelarna att spela juste. Och våga bestraffa när någon spelar fult. Hjälp gärna domarna med detta, ledare kanske är frågande på bänken, då kan ni hjälpa till!

Tänkt på antalet spelare

- "Hockeybyten" är helt okej, och många gånger kan det bli lite många på plan. Hjälp dem bara då bli rätt antal spelare.

Döm efter spelare

- Olika spelare kommer kunna olika mycket. Domarna dömer efter spelarens nivå, inte lagets.

Vad är det barnen lär sig?

På följande kort kan du se olika saker som är viktiga att lära sig som barn. Fundera över varför du tror varje sak har betydelse och klicka sedan på kortet för att läsa mer.

Motorik

Man tränar framför allt mycket motorik, vad är det? Varför är det viktigt att ha en bra motorik?

Grunderna

Man tränar grunderna i handboll, och det är där du hjälper till extra mycket. Hur passar man, hur många steg får man ta, hur spelar man juste och så vidare.

Försvar och anfall

Man lär sig lättare försvar och anfallsspel. Vad tror ni att ni kommer få se spelarna göra?

Träning

Det är också viktigt att man lär sig träna.

Samarbete

Tänk på att de inte bara är domaren som ska lära ut, ni och tränarna kan hjälpa varandra att lära ut till barnen också.

Spel i stor plan

Vad handlar spelförståelse om?

I det här avsnittet kommer vi att gå igenom:

1. Spel på stor plan.
2. Vad lär man ut i denna ålder?
3. Försvar.
4. Individuell teknik, små samarbeten.
5. Grunder i försvarsspel, vad och varför?

Vad är det barnen lär sig i denna ålder?

Här börjar vi lära oss något som kallas **grundteknik**. Nedan ser du olika saker som spelarna bör kunna men kanske inte kan. Hur hjälper det oss som domare att förstå att de ibland inte kan grundtekniker? Fundera en stund och klicka sedan på varje teknik för att se svaret!

Greppa Tänk på att: Bestraffa inte fummel

Fånga Vänta tills de får kontroll på bollen sedan kan vi döma dubbel om det behövs.

Dribbla Bestraffa inte förning om det inte ger fördel)

Styra Samma som dribbla ovan: Bestraffa inte förning om det inte ger fördel)

Kastkoordination Bollar kommer att komma överallt. Se det inte som avsiktligt utan prata med spelarna och ledaren

Löpkoordination Glöm inte vad du lärde dig i förra utbildningen - ett steg är inte alltid ett steg.

Hoppkoordination Samma som löpkoordination ovan - ett steg är inte alltid ett steg.

Fallteknik Spelarna kommer att ramla och slå sig. Tänk alltid på vems var felet. Allt är inte utvisningar, straff med mera!

Att lära anfall och försvar i denna ålder

Anfall och försvar börjar man också träna mer uppstyrt.

•1 3-3 försvar.

3-3 försvar är när du väljer att spela med 3 spelare runt 6m som kallas för backar och med 3 spelare som utgår från 9m linjerna som kallas för centrar.

•2 4-2 försvar

4-2 försvar är när du väljer att spela med 4 spelare runt 6m som kallas för backar och med 2 spelare som utgår från 9m linjerna som kallas för centrar.

•3 M6 arbetet

Här börjar många lag spela med M6:a. Vilka uppgifter har en M6:a? Vad kan hända för försvararna och anfallarna?

•4 Små samarbeten

Här börjar man lära spelarna små samarbeten. Dessa kan ske mellan alla spelare på planen. Här kommer vi visa några sådana samarbeten. Varför är det viktigt för oss att kunna detta?

.5 1a fas och 2a fas

Nu börjar spelarna kontra. Det är viktigt att vi är på tå och hänger med i spelet.

Individuell försvarsteknik

Individuell försvarsteknik handlar om:

- Reaktion
- Täcka
- Stöta och bryta ytor
- Fånga in och jobba med

I videon nedan får du se exempel på de olika teknikerna. Vad bör vi tänka på när vi ska bedöma om en försvarare gör rätt eller inte? Märker ni skillnader mellan olika lag och spelare, varför kan det vara så?