



# Så spelar vi

# FUTSAL

# 2023/2024

I denna folder hittar du en kortfattad beskrivning över hur vi tillsammans spelar futsal i senior- och ungdomsklasserna (13–19 år) i GUDH (Gestrikland, Uppland, Dalarna och Hälsingland).

Är du intresserad av hur upplägget ser ut för barnfutsal (upp till 12 år) kontakta ansvarig tjänsteperson i ditt lokala distriktsförbund för mer information.

**Dela gärna** foldern vidare till spelare, föräldrar och andra intresserade för att sprida kunskap om hur vi spelar futsal 2023/2024.

## Futsal i GUDH

Säsongen 2023/2024 blir den andra gemensamma säsongen som GUDH erbjuder organiserade futsalserier för senior- och ungdomslag (13–19 år). Barnfutsal (upp till 12 år) administreras inom respektive distrikt - kontakta ditt distriktsförbund för mer information om verksamheten.

## Upplägg

<b>Seniorserier</b>	Damer/Herrar (dam div. 1 och herr div. 2). Serier med tabell. 2x20 min
<b>Ungdomsserier</b>	Klass 1 för födda 2005–2007 (19–17 år). Serier med tabell. 2x20 min Klass 2 för födda 2008–2009 (16–15 år). Serier med tabell. 2x20 min Klass 3 för födda 2010–2011 (14–13 år). Serier med tabell. 2x20 min

Alla serier/klasser spelas i sammandragsform där alla lag spelar 2-3st matcher per dag under 1–2 helgdagar i månaden. Ambitionen är att alla lag skall spela 8–10 matcher var totalt per säsong.

Seniorerna spelar sina matcher mellan november – januari och ungdomarna spelar sina matcher mellan november – februari.

En stor fördel med sammandragsupplägget är att det skapar möjligheter för intresserade utövare (oavsett ålder) att spela/utöva/kombinera futsal med andra vinteridrotter.

## Licenser och registrering

Eftersom futsal och fotboll har sina egna licenshanteringar (gäller både ungdomsregistrering och spelarlicens) så kan spelare representera olika klubbar i futsal och fotboll.

## SvFF futsalregler

Regelverket för futsal i Sverige finns beskrivet i "Spelregler för Futsal" som är en översättning från FIFA:s "Laws of the Game". Nedan följer en sammanfattning av de viktigaste delarna i detta regelverk. Den **fetmarkerade texten** är lokala bestämmelser som gäller inom **GUDH:s seriespel**.

- Bollen: Bollen skall vara en futsalboll storlek 4.
- Planen: Inomhus 40x20 m med begränsningslinjer och handbollsmål (2x3 m).
- Matchtid: 2x20 min effektiv tid d.v.s. klockan stoppas varje gång bollen är ur spel.
  - ◆ **I alla serier/klasser = Matchen spelas över 2x20 min rullande tid.**
- Ackumulerade frisparkar: Frisparkarna räknas och vid lagets 6:e frispark (och varje därpå följande) tilldöms straffspark från 10 m eller frispark från den plats där förseelsen begicks (valbart). I halvlek nollställs lagens frisparkar.
- Timeout: 1 timeout/halvlek á 1 min per lag. Domaren tar tid och blåser igång spelet efter 1 min.
- Utvisning innebär att laget får spela med en spelare mindre i 2 min och därefter ett personligt straff för den utvisade spelaren med att hen inte spelar mer i den matchen.
- Målvakten startar alltid spelet med händerna då bollen varit död (över kortlinjen). Målvaktkast över hela planen är tillåtet.
- Målvakten får endast ha ett bollinnehav (max 4 sek) på egen planhalva. Detta gäller både med händer och fötter. Även igångsättning av spelet räknas som ett bollinnehav. Om motståndaren rör bollen så nollställs antal bollinnehav. När bollen varit "död" kan målvakten sätta igång spelet i det egna straffområdet genom att en utespelare går in

och tar emot bollen inne i straffområdet.

◆ **I klass 2 och 3 = Målvakten tillåts att delta och spela fritt med fötterna (även på egen planhalva). Det är dock inte tillåtet att ta upp bollen med händerna vid tillbakaspel från egen spelare.**

- På anfallsplanhalvan får målvakten delta på samma sätt som en utespelare med fritt antal bollberöringar.
- Bollen måste sättas i spel inom 4 sek. Domaren räknar sekunderna med ena handens fingrar.
- Från sidolinjen spelas bollen igång med fötterna (bollen skall ligga helt stilla vid igångsättning)
- Alla avbytare skall bära väst
  - ◆ **Alla spelare skall använda benskydd.**

## Övrigt om ungdomsfutsal

### Varför får målvakten delta i spelet med sina fötter i Klass 2 och 3?

Om målvakten deltar i spelet med fötterna är det lättare att skapa övertalighetssituationer under speluppbyggnaden vilket underlättar ett bra passningsspel. Dessutom så får målvakten öva sitt spel med fötterna, vilket spelaren kommer att ha stor nytta av längre fram i sitt utövande, oavsett om det handlar om futsal eller fotboll.

### Antalet spelare

En rekommendation är att alla spelare som blir uttagna till match (oavsett ålder) delar "sin" plats med en lagkompis.

### Speltid/byte

Rent generellt vill vi att speltiden skall vara riklig. Det är den reella speltiden (*d.v.s. den tid varje spelare är aktiv i spelet*) som är den väsentliga. Antalet matcher samma dag, antalet avbytare, bytesystemet avgör hur lång den reella speltiden för varje spelare blir. Därför vill vi att ungdomsfutsal ska alla som blir uttagen att spela match skall få spela lika mycket som övriga i laget.

## Fair Play

I svensk futsal ställer ledare, spelare och föräldrar upp bakom följande:

- ✓ Vi följer futsalens regler!
- ✓ Vi respekterar domarens beslut.
- ✓ Vi uppmuntrar till juste spel!
- ✓ Vi hejar på och stöttar våra egna lag och vi hånar inte motståndarna!
- ✓ Vi arbetar för att hålla futsalens drogfri!
- ✓ Vi har god stil på och utanför planen!
- ✓ Nolltolerans gäller!
- ✓ Vi hälsar på varandra före matchen!
- ✓ Vi tackar motståndarna och domare efter matchen (gemensamt vid mittlinjen)!

*Tänk på vad som är långsiktigt bra för dina spelare och optimera inte endast den skilda matchens resultat. Det viktigaste är inte att vinna! Att ha roligt och utvecklas som spelare är mycket viktigare.*