

Barn- och ungdomsfotboll i Västergötland



Så spelar vi 9 mot 9



**Utifrån SvFF:s
NATIONELLA SPELFORMER**

Lagom stor plan ...

Lagom många spelare...

Bättre och mer utvecklande spel...

Spela, Lek och Lär är mottot för all barn- och ungdomsfotboll. I 9 mot 9 är inte det viktigaste att vinna. Att ha roligt och utvecklas som fotbollsspelare är mycket viktigare. Låt detta genomsyra ledare och föräldrars sätt att agera vid träningar och matcher.

Man bör träna dubbelt så många gånger som man spelar match. Tänk på att träning är viktigare än match och att matchen är det bästa träningsstillfället.

Föreningar uppmanas att ordna "öppna" träningar för att underlätta för intresserade barn att kunna träna mer.

Fotboll för alla överallt

Denna skrift är en av fem skrifter som beskriver hur barn- och ungdomsfotbollen ska bedrivas i Västergötland 11:11, 9:9, 7:7 5:5 och 3:3. Mottot för skrifterna är allas rätt och möjlighet att spela fotboll på ett utvecklande och stimulerande sätt. Men också ett bidrag till vårt viktiga arbete för fotbollens och fotbollsföreningarnas fortlevnad både på landsbygden och i tätorten

Syftet med 9 mot 9

9 mot 9 är obligatoriskt för 13-årslag i Västergötland sedan 2013. Vi bjuder in till 9 mot 9 för 14-årslag flicklag (division 4) och pojklag (division 7) vilket SvFF rekommenderar i Nya Nationella Spelformer.

Syftet är att skapa bättre förutsättningar för att spela fotboll på ett utvecklande sätt (i syfte att få en bättre fotbollsutbildning).

Pojkar	Rekommenderad ålder	Flickor	Rekommenderad ålder
Div. 7	13-14 år	Div. 4	13-14 år
Div. 8	13 år	Div. 5	13 år

Detta innebär konkret:

- × Mindre planstorlek med lagom stora ytor anpassade till spelarnas fysiska nivå.
- × En mer teknisk och utvecklande fotboll där den "spelande" spelaren gynnas.
- × Fler och bättre bollkontakter.

Regler

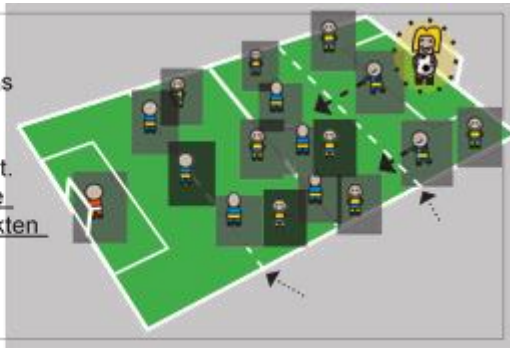
Reglerna är samma som för 11 mot 11 fotbollen, *men tillämpningen av Offside skiljer sig lite.* Spelare som befinner sig närmare motståndarnas mållinje än både bollen och den näst sista motspelaren när bollen spelas befinner sig i offside position. Detta gäller endast spelare som är aktiva i spelet och har passerat retreat line på motståndarlagets planhalva.

*Retreat line

Vid inspark måste bollen ligga stilla och sparkas från någon plats inom målområdet av en spelare från det laget som ska starta spelet.

Bollen är i spel när den är utanför straffområdet.

Motspelarna måste stanna bakom *Retreat line tills bollen är i spel. Detta gäller inte när målvakten fångar bollen i spel.



Domare: Föreningsdomare som har genomgått Västergötland Fotbollförbunds föreningsdomarutbildning. Domaren skall bära domartröja och i övrigt vara idrottsklädd (ej jeans och vanliga skor).

- ✓ Bollstorlek 5 i flickor div 4 och pojkar div 7,
- ✓ Bollstorlek 4 i flickor div 5 och pojkar div 8.
- ✓ Alla spelare måste använda benskydd.
- ✓ Speltiden är: 3 x 25 minuter med 5 minuters paus.
- ✓ Laguppställning skall lämnas till domaren och motståndarlaget innan matchen (3 exemplar tas fram). Truppen görs i Fogis genom elektronisk laguppställning (föreningen måste registrera spelarna i Fogis).
- ✓ Hemmalaget ansvarar för att händelserapportering görs i Fogis efter matchen.
- ✓ Tabeller och resultat redovisas i Fogis och på hemsidan.
- ✓ Rent spel och Fair play gäller (se nedan).

Observera!

Samma regler gäller för ledare.

**Det är du som är ledare som har hela ansvaret
- INGEN ANNAN!**

Rekommendationer för match

- Låt spelarna spela på olika positioner i laget.
- Låt spelarna få spela ungefär lika mycket och få turas om att starta matcherna.
- Ledare och spelare står på ena långsidan, föräldrar och övrig publik på andra.
- Ledarna bör vara föreningsklädda.
- Spelarna skall vara enhetligt klädda med även strumpor och byxor i föreningens färger.

Rekommendationer om spelet

När målvakten har bollen och står i begrepp att starta spelet vill vi att det anfallande laget får chansen till en vettig speluppbyggnad med ett bra passningsspel efter marken. Vi vill då gärna se att försvarande lag backar hem (Retreat line) så långt att målvakten kan rulla eller passa ut bollen till sina backar som får chansen att vända upp och passa bollen vidare innan de hamnar under press från attackerande spelare. På samma sätt är det anfallande lagets ansvar att inte konsekvent sparka långa ut- och/eller insparkar. Detta gäller när bollen varit över kortlinjen.

Inspark får göras var som helst inom straffområdet med en spark på liggande boll. Bollen skall lämna straffområdet innan den är spelbar för någon spelare. Vi vet att för spelarnas egen utveckling så är det bättre med passningsspel efter marken än långa utsparkar och kamp. Dock finns det inget stöd för detta i reglerna som det gör i t.ex. 7 mot 7 utan det är endast en mycket stark rekommendation. Ansvaret ligger helt och hållet på ledarna och deras instruktioner till spelarna om att inte börja pressen så högt upp på planen. Tänk på vad som är långsiktigt bra för era spelare och optimera inte endast matchens resultat. Läs mer om själva spelet under rubriken Träning och Match.

Matchfakta

Ålder	Spelform	Boll	Matchtid	Yta	Målstorlek
14 år	9 mot 9	Flickor 5 Pojkar 5	3 x 25 min	65-72 x 50-55 m	5 x 2 m alt 6 x 2,2 m
13 år	9 mot 9	Flickor 4 Pojkar 4	3 x 25 min	65-72 x 50-55 m	5 x 2 m alt. 6 x 2,2 m

Den rekommenderade planstorleken för en 9 mot 9-plan är enligt tabellen ovan med ett straffområde om 25 x 12 m. Om det finns separat 9-mannaplan, är detta att föredra.

Spelplanen för Pojkar div 7-8 och Flickor div 4-5 på en 11-mannaplan kan utformas enligt följande:

Använd straffområdeslinjen som kortlinje. För sidlinjen utgå från hörnet på straffområdet, gå 7 meter ut och kona sidlinjen därifrån. På en normalstor 11-manna plan (105 x 65 m) ger detta en planstorlek på 72 x 55 m. Straffområdet, som skall finnas markerat, mäter 25 x 12 m.

Målstorlek: 5-6 x 2-2,2 m, div s.k. 7 mot 7 mål alternativt att vi på sikt kommer att ta fram en ny målstorlek (6 x 2,2 m). Avstånd till straffpunkten skall vara 9 meter.

Om inte planerna redan är linjerade med 9-mannalinjer så finns möjligheten att kona upp planen. Straffområden kan med fördel konas med s.k. gummiplattor.

Förtydligande: I övriga matcher i divisioner där 9-manna tillåts (Pojkar div 5-6, Flickor div 3 och seniormatcher) skall planens längd vara från målområde till målområde och bredden skall vara som en 11 mot 11 plan och målen vara 11-mannamål.

Svenska Fotbollförbundets Spelarutbildningsplan – Träning och match

Träningen bör i så stor utsträckning som möjligt utgå från spelets karaktär samt att både träning och match präglas av temat man för tillfället tränar på.

Här följer ett förslag på veckoplanering.

NIVÅ 3



Tränaren prioriterar och väljer ut delar av veckoplaneringen till träningen.

Målvaktsträningen bygger på att specialisera de färdigheter som behövs för att agera målvakt. De spelare som valt att vara målvakt agerar målvakt vid varje träningstillfälle och match. Tonvikt läggs på målvaktens positionsspel och kommunikation och samarbete med utespelare.

Match

När laget spelar match kan följande punkter vara bra att reflektera över. Genom att uppfylla dessa punkter får alla spelare en bra upplevelse och viktiga erfarenheter senare i sin idrottsverksamhet.

- Rutiner och genomgångar.
- Jämna matcher.
- Mycket speltid, få avbytare.
- Alla uttagna spelare.
- Spela som vi tränar.
- Positionerna börjar renodlas.
- Låt spelarna lösa matchsituationerna.
- Fokus på prestation och att göra sitt bästa.
- Fair Play.

Skapad utifrån en helhetssyn

Rent spel

I svensk barn- och ungdomsfotboll ställer ledare, spelare och föräldrar upp bakom följande:

- × Vi följer fotbollens regler.
- × Vi respekterar domarens beslut.
- × Vi uppmuntrar till juste spel.
- × Vi hejar på och stöttar vårt eget lag och vi hånar inte motståndarna.
- × Vi hälsar på varandra före matchen.
- × Vi tackar motståndarna och domare efter matchen på ett respektfullt sätt, gärna gemensamt vid mittlinjen.
- × Vi arbetar för att hålla fotbollen drogfri.
- × Vi har god stil på och utanför planen.

Tips

Dela gärna ut detta häfte till samtliga ledare och föräldrar för att öka kunskapen och därmed förståelsen för 9 mot 9 fotbollens betydelse och andemening.



Till alla fotbollsföräldrar

Följ med på träning och matcher.
Ditt barn sätter stort värde på det.

Håll dig lugn vid sidlinjen.
Låt barnen spela fotboll själva.

Uppehåll dig längs ena sidlinjen.
Håll avstånd till ledare och spelare.

Respektera ledarnas beslut.
Var positiv och stöttande.

Respektera domarens beslut.
Se domaren som vägledare.

Skapa god stämning vid match och 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: Det är ditt barn som spelar
fotboll och inte du.

Postadress: Box 383, 541 28 Skövde
Besöksadress: Gustav Adolfs gata 49, Skövde

Telefon: 0500 – 40 11 10

Hemsida: www.vastgotafotboll.org
E-post: vastgotafotboll@vastgotafotboll.org



Nationella spelformer

9 mot 9 13-14år

Målsättning med spelformen 9 mot 9

Matchen ska vara ett lek- och glädjefullt tillfälle där utgångspunkten är ungdomars behov. Alla spelare ska ges bra förutsättningar för att kunna utföra många fotbollsaktioner som till exempel att passa långt och kort, dribbla och skjuta.

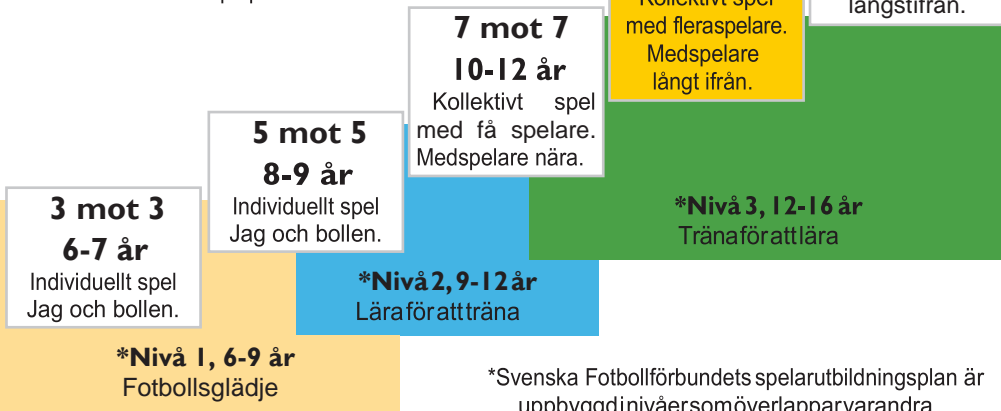
Sådana förutsättningar är bland annat planens storlek och antalet spelare.



Hur spelar 13-14 åringar fotboll?

Spelarna börjar nu att tydligt samarbeta för att lösa olika situationer. Infallsspelet samverkar spelarna för att ta sig framåt och göra mål. Eftersom ungdomarna blir starkare och snabbare kan man nu variera längden på passningarna vid till exempel spelvändningar, omställningar och djupledsspel.

Införsvartsspelet arbetar spelarna tillsammans för att ta tillbaka bollen och hindra motståndarna från att göra mål. Närmaste spelare pressar medans övriga i lagdelen täcker ytor. Kollektiva förflyttningar blir allt tydligare ju större erfarenhet och kunskap spelarna får av fotboll.



Tips till ledare, föräldrar och de som stöttar ungdomarna vid match och träning

– Tröst mig om jag är ledsen, stå ut med mig om jag är arg, skratta med mig när jag är glad.

– Om du inte är min tränare så vill jag inte ha tekniska eller taktiska råd från dig eftersom det gör det svårt och rörigt för mig. Uppmuntra mig mycket hellre försök och initiativ som jag gör.

– Bli inte arg på mig och kritiserar mig inte om jag förlorar. Stötta mig istället och beröm mig för att jag deltog, kämpade, försökte och hjälpte mina lagkamrater.

– Uppträd med respekt för alla när du är med i idrotten. Det gäller domare, motståndare, andra föräldrar, ledare, funktionärer, ja, alla som är där, inklusive mig.

– Låt mig styra saker inom idrotten själv eller tillsammans med min tränare och ledare. Jag vill bli självständig och lära mig hur det går till att idrotta.

– Uppmuntra mig regelbundet så att jag vet att du bryr dig om mig och min idrott.



Välkommen till Svenska Fotbollförbundets tränar- och spelarutbildning

På Fotbollsportalen kan du inspireras av Spelarutbildningens VAD spelarna ska lära sig och ta del av tränarutbildningens HUR träningen kan genomföras.

<https://utbildning.sisuidrottsbocker.se/fotboll/tranare/>

Nationella spelformer



Materialet berör respektive spelform och är anpassat för att användas medverkar ifotbollen.



Fotbollens spela, lek och lär

(FSSL) beskriver inriktningen för svensk barn- och ungdomsfotboll och de värderingar som all fotboll ska stå för.



SvFF:s Spelarutbildningsplan

Beskriver vad som skapar bästa tänkbara lärandemiljöer för att utveckla fotbollsspelare i åldern 6-19 år.



Tränarutbildning C

Materialet vänder sig till tränare för barn upp till och med 12 år. Den är också en obligatorisk inestegsutbildning för att gå vidare inom SvFF:s utbildningsprogram.



Målvaktstränarutbildning C

Målvaktstränarutbildning C är ett utbildningsmaterial för målvakts- och lagtränare för barn upp till 14 år.



Tränarutbildning B ungdom

Materialet vänder sig till tränare för ungdomar i åldern 13-19 år och är en fortsättning på Tränarutbildning C.

Riktlinjer för svensk Barn- och ungdomsfotboll är;

Fotboll för alla

Barns och ungdomars villkor

Fokus på glädje, ansträngning och lärande

Hållbart idrottande

Fair Play