

Nationella spelformer på blå och grön nivå i Västerbotten

Detta dokument är en förkortad sammanställning från Svensk Innebandys handbok för nationella spelformer. Här ges en förklaring till vad nationella spelformer är, samt reglerna och upplägget för de spelformer som Västerbottens Innebandyförbund valt att tillämpa. Vissa mindre avvikelser mellan de olika distrikten i landet kan förekomma, men i stort så ser det ganska likadant ut. Under rubrikerna regler för blå och grön nivå är reglerna och upplägget därför utformade efter hur vi ska spela i Västerbotten.

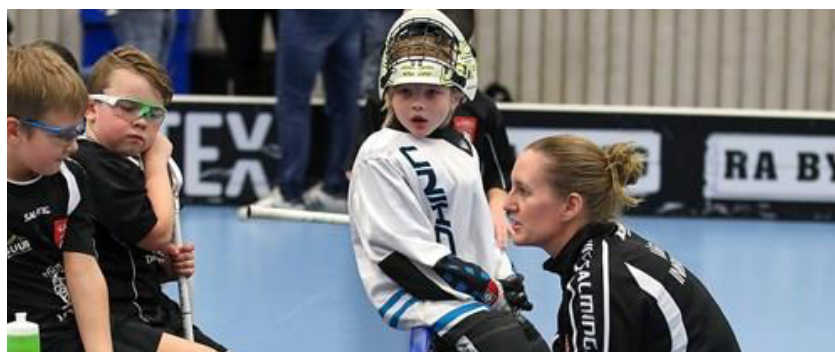
Nationella spelformer

Den viktigaste anledningen till att barn stannar kvar inom idrotten är att aktiviteten är rolig. När något är roligt gör barn det oftare, och då blir de duktigare vilket i sin tur gör aktiviteten ännu roligare.

Spelformerna på grön och blå nivå är därför anpassade för att ge barnen bästa möjliga förutsättningar att utvecklas och ha kul. Att spela på en mindre plan och med färre utespelare innebär bland annat fler bollkontakter, fler skottförsök, fler passningsförsök, fler räddningar och fler närkamper för spelarna. Alla spelare, inklusive målvakterna, blir mer delaktiga i spelet vilket innebär att det blir roligare och mer utvecklande för samtliga.

Målsättningen med nationella spelformer är att

- barn och unga ska få likvärdiga förutsättningar oavsett var de bor
- matcher ska vara glädjefyllda tillfällen för alla och leda till ökad aktivitet, delaktighet och spelglädje för alla barn
- spelformer och regler ska vara anpassade i enlighet med Svensk Innebandys Utvecklingsmodell och överensstämma med ledar- och domarutbildningar
- underlätta för ledare/tränare att fokusera på långsiktig utveckling och barns lärande
- underlätta för matchledare/domare genom att ge bättre förutsättningar för lärande och utveckling.



Regler blå nivå – fyra mot fyra utespelare med målvakt

Spelplan

Spelplanens mått

Spelplanen ska normalt vara 30 x 15 meter. Västerbottens Innebandyförbund har tagit fram en beskrivning för hur man enklast bygger om en fullstor plan till 30 x 15 meter. Se bild 1 på sidan 6 i dokumentet.

Målburar

Målburarna ska vara 120 x 90 centimeter.

Målvaktsområden

Målvaktsområden (1 x 2,5 meter) behöver ej markeras upp för att förenkla omställningen till en mindre spelplan.

Målområden

Målområden (4 x 5 meter) behöver ej markeras upp för att förenkla omställningen till en mindre spelplan.

Speltid

Speltiden är alltid rullande och i Västerbotten spelar vi 2 X 20 minuter. Tiden stoppas vid mål, utvisning, straffslag och på domares tecken.

Timeout

Det är inte tillåtet att ta timeout.

Deltagare

Spelare

Under spel får ett lag ha högst fyra utespelare och en målvakt på planen samtidigt. Målvakten får inte ersättas med en extra utespelare.

Byten

Byten görs som flygande byten.

Domare

Matchen döms vanligtvis av två domare.

Utrustning

Spelarnas klädsel

Spelarna ska ha klädsel som är anpassad för innebandy, och det ska gå att skilja lagen åt.

Domarnas klädsel

Domare ska ha kläder av sportmodell, gärna en domartröja eller liknande i en färg som om möjligt skiljer sig från spelarnas färger.

Skyddsglasögon

Samtliga spelare ska bära skyddsglasögon när de är på spelplanen.

Målvaktsutrustning

Målvakt ska bära långbyxor, ansiktsskydd (hjälm) och skor. Målvakt får inte använda medel för att glida lättare, exempelvis silikon eller stearin.

Personlig utrustning

Spelare får inte bära något som kan innebära en skaderisk för dem själv eller andra, till exempel halsband eller örhängen.

Klubba

Klubban ska vara försedd med IFF:s godkännandemärke.

Fasta situationer

En fast situation är frislag, inslag, tekning och straffslag. Alla fasta situationer ska slås med klubban och får gå direkt i mål.

Vid fasta situationer ska motståndarlaget ställa sig på ett avstånd av tre meter.

Tekning

Vid start av period och efter mål startas spelet med tekning. Tekning döms ÄVEN om domarna blåser av spelet, till exempel för att någon har skadat sig, bollen har gått sönder eller domarna inte har sett vem som slog bollen över sargen. Det blir också tekning om ett mål underkänns utan att en förseelse har begåtts, till exempel om bollen har sparkats i mål. Tekningen görs på den tekningspunkt som är närmast den plats där bollen var vid avblåsningen.

Inslag

Inslag döms om bollen lämnar spelplanen eller tar i taket. Inslag läggs 1,5 meter från sargen där bollen gick ut. Om bollen går ut över kortsargen ska inslaget läggas på tekningspunkten i sarghörnet.

Frislag

När en förseelse sker döms frislag. Fördelsregeln ska användas mycket restriktivt. Frislag ska läggas där förseelsen begicks. Om förseelsen skedde bakom förlängda mållinjen ska frislaget läggas på tekningspunkten i sarghörnet. Frislag nära mål ska flyttas ut 3,5 meter från målområdet.

Straffslag

När en frislags- eller utvisningsbelagd förseelse avbryter en målchans döms straffslag. Straffslag utförs från mittpunkten. Spelaren eller bollen ska hela tiden röra sig framåt. Det är tillåtet att dra bollen bakåt om spelaren fortsätter framåt. Om spelaren och bollen tydligt stannar upp samtidigt ska straffen underkännas.

Förseelser som leder till frislag

Förseelser med klubba

När en spelare slår, låser, lyfter eller sparkar på en motståndares klubba.

När en spelare spelar bollen över knähöjd eller svingar klubban över midjehöjd.

När en spelare spelar med klubban mellan motståndarens ben.

Fysiska förseelser

När en spelare håller fast en motståndare eller en motståndares klubba.

När en spelare knuffar eller tacklar en motståndare.

När en spelare hindrar en motståndares löpväg genom att ställa sig i vägen.

Målvaktsförseelser

När en målvakt tar bollen med händerna utan att ha kroppen innanför (det tänkta) målområdet.

När en målvakt kastar bollen över mittlinjen utan att bollen studsar eller tar på en spelare före mittlinjen.

Övriga förseelser

När en spelare sparkar bollen över knähöjd.

När en spelare nickar bollen eller tar den med handen.

När en spelare ligger ner på golvet och spelar bollen.

När en spelare hoppar och spelar bollen.

När en spelare står i (det tänkta) målvaktsområdet.

När en spelare står för nära en fast situation.

När en målvakt tar bollen med händerna utanför (det tänkta) målområdet.

Utvisningar

Alla utvisningar är personliga. Det betyder att laget fortsätter att spela med fyra utespelare på planen. Utvisningen är två minuter, och den utvisade spelaren sitter av utvisningen på den egna avbytarbänken. Ledaren ansvarar för att spelaren inte spelar under pågående utvisning.

Förseelser som leder till utvisning

När en spelare medvetet gör något som riskerar att skada en motståndare, till exempel tacklar mot sargen eller använder klubban på ett farligt sätt.

När en spelare uppträder osportsligt eller protesterar mot domslut.

Mål

Det blir mål när bollen har passerat mållinjen framifrån och om laget som gör målet inte begår någon förseelse i samband med detta. Det är inte tillåtet att avsiktligt sparka bollen i mål.

Översikt Nationella spelformer Blå nivå Västerbotten

Nationella spelformer Blå nivå Västerbotten	
Antal spelare	4 + målvakt
Matcher/säsong	14 - 16
Speltid/match (rullande)	2 X 20 min
Periodpaus	5 minuter
Timeout	Nej
Ta ut målvakt	Nej
Planstorlek	30 x 15 meter
Målbursstorlek	120 x 90 centimeter
Målvaktsområde	1 x 2,5 meter
Målområde	4 x 5 meter
Målvakt	Ja
Synlig resultattavla	Nej
Byten	Flygande byten
Utvisning	Personlig, 2 minuter
Straffslag	Ja
Antal domare	2
Fasta situationer	Får gå direkt i mål
Avstånd fasta situationer	3 meter
Vid inslag	Ska slås
Vid frislag	Ska slås
Efter mål	Tekning vid mittpunkt
Fördelsregeln	Ja, restriktivt

Riktlinjer för minskat planmått vid matcher på Blå nivå

Nedanstående beskrivning avser **4 mot 4-spel** med planmått 30 X 15 meter med sarg från **Swerink**.

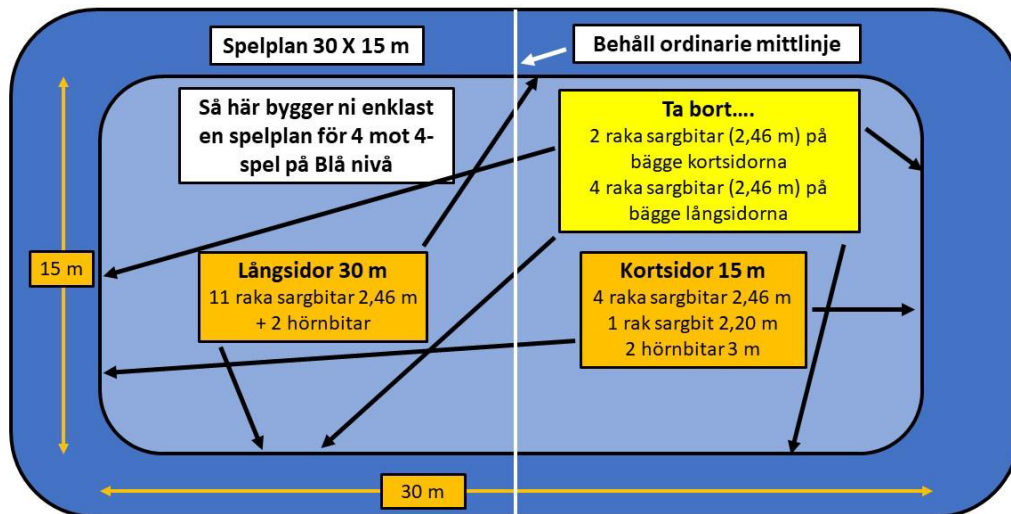


Bild 1