

Barn- och ungdomsfotboll i Västmanland



**Så spelar vi
fotboll 5 mot 5**

Version 2017-05-04

Innehållsförteckning

Fotbollens spela, lek och lär	2
Spelarutbildningsplan (SUP)	3
Tränarutbildning	3
Domarutbildning.....	3
Så spelar vi fotboll 5 mot 5	4
Åldersklasser	4
Laganmälan.....	4
Matcharrangemang.....	4
Förutsättningar	4
Fair play.....	6
VFFs 10 föräldrabud.....	6
Egna anteckningar	7
Dokumentbank på http://vff.se	8
Kontaktuppgifter.....	8

Fotbollens spela, lek och lär

Fotbollens spela, lek och lär beskriver vad all barn- och ungdomsverksamhet ska stå för och leda till. Materialet ska hjälpa fotbollsföreningar att skapa en levande och handlingskraftig policy för barn- och ungdomsfotboll.

Ambitionen är att alla ska ha en gemensam plattform att utgå ifrån när verksamheten formas. Innehållet i *Fotbollens spela, lek och lär* är baserat på svensk fotbolls mål och visioner, beprövad erfarenhet och idrottsforskning.

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.

Fotbollens spela, lek och lär beskriver inriktningen, ett förhållningssätt till barn- och ungdomsfotboll, som sedan avspeglar sig i den spelarutbildning svensk fotboll bedriver. Svenska Fotbollförbundet har tagit fram en nationell spelarutbildningsplan som är ett stöd för att praktiskt genomföra den inriktning som *Fotbollens spela, lek och lär* beskriver.

När föreningar tar fram egna spelarutbildningsplaner är förhoppningen att dessa ska genomsyras av tankarna i *Fotbollens spela, lek och lär* och Svenska Fotbollförbundets spelarutbildningsplan.

Svenska Fotbollförbundet ser det därför som en styrka för alla, som på något sätt är engagerade inom fotbollen, att ha kännedom om innehållet i *Fotbollens spela, lek och lär*.

Läs mer på <http://fogis.se/barn-ungdom/spela-lek-och-lar/>

Spelarutbildningsplan (SUP)

Spelarutbildningsplanen är framtagen av Svenska Fotbollförbundet och beskriver hur svensk fotboll med bästa tänkbara lärandemiljöer ska utveckla fotbollsspelare i åldern 6-19 år och ge möjlighet till ett livslångt lärande samt en aktiv livsstil.

Syftet med SUP är att öka kunskapen om fotboll genom att utgå från aktuell forskning och beprövad erfarenhet. Spelarutbildningsplanen ska ge tips på hur långsiktigt idrottande och bästa möjliga förutsättningar för lärande skapas. Spelarutbildningsplanen ger svar på vad som ska tränas och tränarutbildningen svarar på hur det ska gå till.

Läs mer på <http://fogis.se/sup>

Västmanlands Fotbollförbund erbjuder föreningar utbildning i SUP.

Läs mer på <http://vff.se/utbildning>

Tränarutbildning

Tränarutbildning C vänder sig till tränare för barn upp till och med 12 år men är också en obligatorisk instegsutbildning för alla som vill gå vidare inom Svenska Fotbollförbundets utbildningsprogram.

Läs mer på <http://fogis.se/tuc>

Tränarutbildning B Ungdom vänder sig till tränare för ungdomar i åldern 13-19 år. Materialet är en fortsättning på Tränarutbildning C inom Svenska Fotbollförbundets utbildningsprogram.

Läs mer på <http://fogis.se/tubu>

Domarutbildning

Västmanlands Fotbollförbund erbjuder utbildning av föreningsdomare. Samarbeta gärna med andra föreningar och kontakta VFFs utbildningsansvarige i Domarkommittén så kommer vi ut till din förening.

Läs mer på <http://vff.se/domare/foreningsdomarutbildning>

möjligheter till fler planer...

flera får spela mer...

roligare med mer bollkontakt...

Så spelar vi fotboll 5 mot 5

5 mot 5 spelas i rena åldersklasser vid 7-8 års ålder och skall lära våra barn att spela fotboll på ett lekfullt sätt med mycket bollkontakt. Detta skall genomsyra ledares och domares sätt att agera vid matcher.

I Västmanland spelar vi 5 mot 5 enligt följande:

Åldersklasser

Flickor

Flickor 7 år Poolspel

Flickor 8 år Poolspel

Pojkar

Pojkar 7 år Poolspel

Pojkar 8 år Poolspel

Laganmälan

VFF bjuder in till spel i början av februari och anmälan till våren sker via Fogis senast 1 april. Anmälan kan kompletteras inför hösten.

Manual för laganmälan finns på <http://vff.se/fogis/manual-forening/anmalan-av-lag/>

Matcharrangemang

Fr.o.m. 2016 administreras poolspel 5 mot 5 av Västmanlands Fotbollförbunds Ungdomskommitté som tar fram spelschema mm. VFF utser värdforeningar som ansvarar för planer, domare samt för egen kioskverksamhet. Poolspelet genomförs med tre sammandrag på våren och tre på hösten. Varje sammandrag omfattas av 4-6 lag där 3 matcher spelas per lag.

Förutsättningar

- Enkelhet ska genomsyra spel 5 mot 5.
- Barnen skall leka fotboll.
- Inga serietabeller får förekomma.
- Inga spelarförteckningar behövs.
- Representation i poolspelet.
Föreningens spelare kan delta i fler lag i sin åldersklass.
Dock högst 2-4 matcher per spelare och dag.

- ☑ Spelares ålder. Om antalet spelare i en viss åldersklass inte räcker till för att fylla ett lag så skall i första hand yngre spelare sättas in.
- ☑ Vi rekommenderar 1-3 avbytare per match.
På så sätt får varje spelare mer speltid.
Vid fler spelare – delta med ett lag till.
- ☑ Det är viktigt att alla barn:
 - ✓ får spela lika mycket i matchen.
 - ✓ får turas om att starta matcherna.
 - ✓ får spela på olika platser i laget (även målvakt).
 - ✓ får turas om att vara lagkapten.
- ☑ Alla spelare måste använda benskydd.
- ☑ Domare utses av värdföreningen.
Domare bör vara föreningsdomarutbildad och ha domarklädsel på sig.
Arvode utbetalas enligt föreskrifterna i dokumentbanken/domare.
- ☑ Spelplan 30 x 20 m.
- ☑ Målstorlek 3 x 2 m (helst 3 x 1,5 m).
- ☑ Bollstorlek 3.
- ☑ Vid sammandrag med flera matcher är speltiden 2 x 15 minuter. Den totala speltiden per spelare och dag får ej överstiga 1,5 timmar.
Vid enstaka matcher är speltiden 2 x 20 minuter.
- ☑ Frisparkar är direkta.
Avståndet vid frispark är 5 meter.
- ☑ Straffområde behövs ej.
Vid eventuell straff är avståndet 6 meter.
- ☑ Inkast som utförts på ett tekniskt felaktigt sätt skall efter kort instruktion från domaren få göras om.
- ☑ När anfallande lag har misslyckats med ett anfall och målvakten har bollen skall anfallande lag backa tillbaka till mittlinjen, för att försvarande lag skall få möjlighet att komma ut en bit från målet.
- ☑ Målvakten startar alltid spelet genom att rulla eller kasta ut bollen oavsett om han/hon har fångat bollen i spel eller om bollen har "gått död".
- ☑ Deltagande i cupturneringar sker endast i eget distrikt eller i närområde.
Flickor och Pojkar 7-8 år = max 2 per år och spelare.

Fair play

Vid allmänt osportsligt uppträdande mot medspelare, motspelare, ledare, domare eller publik och vid svordomar riktade mot sig själv på grund av misslyckade passningar eller målskott, **ska du som ledare byta ut spelaren** och ombedas lugna ner sig och tänka över det inträffade innan han/hon är välkommen in i spelet igen. Ersättare får sättas in.

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

- Vi hälsar på varandra före matchen.
- Vi följer fotbollens regler.
- Vi uppmuntrar till juste spel.
- Vi respekterar domarens beslut.
- Vi hejar på och stöttar vårt eget lag och vi hånar inte motståndarna.
- 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.

VFFs 10 föräldrabud

1. Följ med på träning och matcher.
Ditt barn sätter stort värde på det.
2. Skapa god stämning vid träning och match.
3. Uppehåll dig längs ena sidlinjen och var lugn.
Låt barnen spela.
4. Uppmuntra alla spelarna i laget, inte bara ditt eget barn, i både med- och motgång.
5. Respektera ledarnas matchning och beslut.
Sätt dig in i föreningens policy.
6. Respektera domarens beslut.
Se domaren som vägledare under utbildning.
7. Uppmuntra ditt barn att delta - pressa inte.
8. Fråga barnen om matchen var rolig, spännande, juste eller om spelet var bra -
fokusera inte på resultatet.
9. Stöd föreningen i dess arbete.
Din insats blir värdesatt, inte minst av ditt barn.
10. Kom ihåg: Det är ditt barn som spelar fotboll och inte du.

Dokumentbank på <http://vff.se>

Skriv gärna ut och dela ut detta häfte till samtliga ledare och föräldrar för att öka kunskapen och därmed förståelsen för fotbollens betydelse och andemeningen med att spela 5 mot 5.

Detta dokument samt övriga dokument som vi hänvisar till finns att ladda ner från vår hemsida på <http://vff.se/dokumentbank> under katalogen Tävlingsfrågor samt Domare.

- Så spelar vi fotboll 5 mot 5
- Spelregler för fotboll
- VFFs 10 föräldrabud: <http://vff.se/vffs-10-foraldrabud>
- Fotbollens Spela Lek och Lär (FSSL): <http://fogis.se/barn-ungdom/spela-lek-och-lar/>
- Spelarutbildningsplan: <http://fogis.se/sup>
- Tränarutbildning: <http://vff.se/utbildning>
- Domarutbildning: <http://vff.se/domare/foreningsdomarutbildning>

Kontaktuppgifter

Västmanlands Fotbollförbund
Ångammargatan 4, 721 33 Västerås

Besöks- och telefontid:

Måndag-torsdag 10.00-12.00, 13.00-16.00

Fredag: 10.00-12.00, 13.00-14.00

Telefon: 021-10 26 30

Hemsida: <http://vff.se>

E-post: kansli@vff.se