

# Barn- och ungdomsfotboll i Västmanland



**Så spelar vi  
fotboll 9 mot 9**

Version 2017-05-04

## Innehållsförteckning

Fotbollens spela, lek och lär .....	2
Spelarutbildningsplan (SUP) .....	3
Tränarutbildning .....	3
Domarutbildning.....	3
Så spelar vi fotboll 9 mot 9 .....	4
Åldersklasser .....	4
Laganmälan.....	4
Seriespel .....	4
Regler .....	5
Fair Play .....	6
VFFs 10 föräldrabud.....	6
Egna anteckningar .....	7
Dokumentbank på <a href="http://vff.se">http://vff.se</a> .....	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 förhållningsätt 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>

lagom stor plan...

lagom många spelare...

bättre och mer utvecklande spel...

## Så spelar vi fotboll 9 mot 9

Året man fyller 13 är man mogen för spel 9 mot 9. Man spelar på en lagom stor plan. Fortfarande är ungdomsfotbollen en utbildning med sikte på att den enskilde spelaren ska nå så hög nivå som möjligt, men också med sikte på att spelaren ska trivas med fotbollen och vilja spela vidare som senior. Utbildning, utveckling och fotbollsglädje är nyckelord i fotboll 9 mot 9 tillsammans med respekt för och ett korrekt uppträdande mot domare, ledare, motspelare och medspelare.

I Västmanland spelar vi 9 mot 9 enligt följande:

### Åldersklasser

#### Seriespel i blandade åldrar

Flickor 13-14 år seriespel nivå 1	Rek. ålder = 14 år
Flickor 13-14 år seriespel nivå 2	Rek. ålder = 13 år
Pojkar 13-14 år seriespel nivå 1	Rek. ålder = 14 år
Pojkar 13-14 år seriespel nivå 2	Rek. ålder = 13 år

### Laganmälan

VFF bjuder in till spel i början av februari och anmälan sker via Fogis senast 15 mars. Manual för laganmälan finns på <http://vff.se/fogis/manual-forening/anmalan-av-lag/>

### Seriespel

Åldersklasserna består av blandade åldrar i två nivåer. Nivå 1 är svår och nivå 2 är lätt. I varje nivå finns en rekommenderad ålder.

#### Gruppindelning och omlottning

Åldersklasser och nivåer med många lag delas in i flera grupper som lottas om inför hösten för att uppnå ännu en nivåanpassning med jämnare matcher. De övre placerade lag från varje grupp spelar då mot varandra och de lägre placerade lagen spelar mot varandra efter omlottningen. Undantag kan ske vid höstens gruppindelning om en förening har två lag som utbyter spelare med varandra.

#### Speldagar

I spelprogrammet anges för varje omgång ett sista speldatum som ger föreningarna möjlighet att komma överens om speldag.

## Vårsäsong

Vårsäsongen består av åtta spelveckor fram till midsommar.

Vårens första omgång har sista speldatum första eller andra söndagen i maj beroende på när midsommar ligger.

Vid behov kan någon veckomatch tillkomma under juni.

Vårens sista omgång spelas normalt senast torsdagen före midsommar

## Höstsäsong

Höstsäsongen består normalt av åtta spelveckor t.o.m. sista helgen i september. Höstens första omgång spelas efter semestern normalt vecka 32 (åtta veckor innan sista helgen i september). Vid behov kan någon veckomatch tillkomma under augusti/september. I särskilda fall kan även första söndagen i oktober användas som sista omgångsdatum.

## Regler

- ☑ Spelregler för fotboll tillämpas.
- ☑ Serietabeller tillämpas och resultat ska rapporteras.
- ☑ Spelarförteckning ska användas vid matcher spel 9 mot 9. **Efter varje match med föreningsdomare skickar resp. lag sin spelarförteckning till [spelarfor-teckning@vff.se](mailto:spelarfor-teckning@vff.se) eller med post. Via e-post ska matchnummer anges i ämnesraden (läs mer i TB).**
- ☑ Representation i seriespelet.  
Föreningens spelare kan delta i fler lag i samma åldersklass och nivå om lagen spelar i olika grupper.
- ☑ Dispenser för överåriga kan sökas i seriespelet och beviljas för särskilda behov (läs mer i TB). I första hand ska yngre spelare sättas in.
- ☑ Högst 7 avbytare tillåts. Flygande byten tillämpas,  
Rekommendation 13-14 år = 10-12 spelare per match.  
På så sätt får varje spelare mer speltid.
- ☑ Spelplan. Flickor och Pojkar 13-14 år = max 73 x 55 m.
- ☑ Målstorlek. Flickor och Pojkar 13-14 år = 5 x 2 m.
- ☑ Bollstorlek. Flickor 13-14 år = 4. Pojkar 13-14 år = 5.
- ☑ Speltid. Flickor och Pojkar 13-14 år seriespel = 2 x 35 min.
- ☑ Domare utses av hemmalaget.  
Domare ska vara utbildad och ha domarklädsel på sig.  
Arvode utbetalas enligt föreskrifterna i dokumentbanken/domare.
- ☑ Alla spelare ska använda godkända skor och benskydd. Skruvdoxb tillåts fr.o.m. 15 år, dock ej vid spel mot yngre motståndare.
- ☑ Deltagande i cupturneringar  
Flickor och Pojkar 13-14 = max 4 per år och spelare.

Läs mer i **Tävlingsbestämmelser (TB)** och **Representationsbestämmelser (RB)**!

## 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 9 mot 9.

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 9 mot 9
- Spelregler för fotboll
- Tävlingsbestämmelser (TB)
- Representationsbestämmelser (RB)
- 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](mailto:kansli@vff.se)