



**FUTSAL**

**SPELFORM**

**3 MOT 3**

**MED SARG U7-U8**

---

**Målsättning med spelformen 3 mot 3 med sarg**

Målet med spelformen 3 mot 3 med sarg är att matcher och träningar ska vara glädjefyllda tillfällen där utgångspunkten är barnens behov. Alla spelare ska ges förutsättningar för att utföra många futsalaktioner.

---

*För en fullständig beskrivning av regler och förutsättningar hänvisar vi till dokumentet "Spelregler för barn- och ungdomsfutsal".*

## FÖRUTSÄTTNINGAR

 <b>Storlek planyta</b> 12-15 x 8-10 m med sarg/nät.	<b>Storlek planyta</b> 15 x 10 m med sarg/nät.
 <b>Storlek mål</b> 1.5-1.8 x 1.0-1.2 m.	<b>Storlek mål</b> 1.5-1.8 x 1.0-1.2 m.
 <b>Storlek boll</b> 2.	<b>Storlek boll</b> Boll av god kvalitet.
 <b>Speltid</b> 4 x 3 minuter rullande tid.	<b>Speltid</b> Lika speltid för alla. Sammandrag (2-4 matcher).
 <b>Antal spelare</b> 3 spelare per lag på planen (ingen målvakt).	<b>Antal spelare</b> 3 avbytare per lag.
 <b>Byten</b> Fria byten.	<b>Byten</b> Byten görs företrädesvid i paus.
 <b>Utrustning spelare</b> Tröja, byxor, strumpor, skor och benskydd.	<b>Utrustning spelare</b> Enhetliga matchkläder.

## REGLER

Varje match leds av en domare eller ledare som ser till att spelreglerna följs.	Använd en ungdomsdomare i föreningen.
Alla fasta situationer (avspark, inspark, hörna, frispark) startas genom att driva eller passa bollen efter marken. Avståndet är alltid tre meter. Alla fasta situationer är indirekta (får ej skjutas direkt i mål). Straff tillämpas ej.	
Straffområde tillämpas ej då spelformen spelas utan målvakt.	
Gula och röda kort tillämpas ej. Vid olämpligt uppträdande får spelaren byta med en annan spelare.	Beroende på vad som har skett kan det vara bra att spelaren får lugna ner sig innan denne byts in igen.
Vid underläge med fyra mål eller mer får laget som ligger under spela med 4 spelare tills ställningen är lika.	Spela med 4 spelare.
Fyra-sekunder vid igångsättning, ackumulerade frisparkar, byte med västar och time-out tillämpas ej.	

## REKOMMENDATIONER

# SPELARUTBILDNINGSPLAN

**3 mot 3 med sarg  
U7-U8\***  
Individuellt  
spel.

**4 mot 4 med sarg  
U9-U10\***  
Spel med  
närmaste spelare.

**4 mot 4  
U11-U12\***  
Kollektivt spel med  
få spelare.

**5 mot 5  
U13-U15\***  
Kollektivt spel  
med flera spelare  
(eller hela laget)



## Hur spelar 6-8 åringar futsal?

När sex- till åttaåringar spelar futsal ligger fokus nästan helt och hållet på bollen eftersom barnen har svårt att uppfatta vad som händer omkring dem. I anfallsspelet är det vanligt att spelarna driver bollen och försöker skjuta. Försvarspelet sker oftast individuellt där alla spelare var för sig försöker ta bollen.

\* **Åldersangivelser:** För samtliga spelformer gäller åldern spelarna fyller efter årskiftet aktuell futsalsäsong

## TIPS!

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

- Trösta mig om jag är ledsen, stå ut med mig om jag är arg, skratta med mig när jag är glad.

- Bli inte arg på mig och kritisera 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 mig 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.

- 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 mycket hellre försök och initiativ som jag gör.

