

Barn- och ungdomsfotboll i Västergötland



Så spelar vi 11 mot 11



**Utifrån SvFF:s
NATIONELLA SPELFORMER**

Bättre och mer utvecklande spel... Fortsatt utbildning... Inriktning mot seniorfotboll...

Det året man fyller 15 år kan man vara mogen för 11 mot 11. Nu spelar man på en stor plan med det vi kallar fulla mått. Fortfarande är det ungdomsfotboll och en utbildning med sikte på 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 11 mot 11 fotbollen tillsammans med respekt för ett korrekt uppträdande mot domare, ledare och motspelare, d.v.s. allt det som vi i fotbollen brukar kalla Fair play.

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

Serieform

Divisionsspel innebär att laget kan vara åldersblandat. En stark rekommendation är att inte anmäla lag med fler än tre spelare över den rekommenderade åldern för divisionen. De rekommenderade åldrarna för de olika divisionerna är:

Pojkar	Rekommenderad ålder		Flickor	Rekommenderad ålder
Div. 1	19		Div. 1 19+ (Tillåtet med 5 överåriga)	16-19
Div. 2 Inkl 1 serie U17 (max 3)	17		Div. 2	16
Div. 3 Västergötland	Max 16		Div. 3	15
Div. 4	16		Div. 4	14
Div. 5	15			
Div. 6	14			

Regler

Reglerna är SvFF:s regler för 11-mannafotboll (se Spelregler för fotboll, Svenska Fotbollförbundet).

Observera! Samma regler gäller för ledare. Det är du som ledare som har hela ansvaret – INGEN ANNAN!

Anmälan

Nytt för 2017 är att i division 2 pojkar kommer det att finnas en serie U17 Västergötland (max 3) där det är tillåtet att bara använda 3 spelare äldre än 17 år (max 19 år). Övriga serier spelar med rekommenderad ålder.

På flicksidan återinför vi Division 1 19+ där det är tillåtet att använda 5 spelare äldre än 19 år.

Serierna spelas i divisioner med fri anmälan utom för Pojkar div. 3 där kvalspel genomförs hösten före aktuell säsong.

Administration

Från och med Pojkar div. 4 och Flickor div. 2 administreras serierna fullt ut i Fogis av Västergötlands Fotbollförbund. Detta innebär att om man skall göra en matchändring så måste det göras i enlighet med gällande rutiner och anvisningar för matchändring som återfinns på hemsidan.

<http://www.vastgotafotboll.org/tavling/rutiner-vid-matchandringar-och-resultatrapportering/>

I dessa divisioner används distriktsdomare tillsatta av VFF. Domaren betalas via konto av hemmalaget och han/hon ansvarar också för resultatrapporteringen. Domarsättnings storlek ändras varje år och finns uppdaterad på hemsidan:

<http://www.vastgotafotboll.org/domare/arvoden/>.

Kallelse av domare skall göras senast fyra dagar före match.

I övriga divisioner gäller att matcherna döms av föreningsdomare som skall vara utbildade av VFF. Resultat rapporteras, enklast via sms, av hemmalaget snarast efter matchens slut. Matchändringar överenskommes mellan lagen och ändringar skall göras direkt i Fogis av respektive hemmalag.

Övriga tävlingsregler

I övrigt gäller SvFF:s och VFF:s tävlings- och representationsbestämmelser i tillämpliga delar. Dessutom gäller följande inom 11-mannafotbollen i VFF:s ungdomsserier:

- Bollstorlek: Flickor div. 4 spelar med storlek 4.
Övriga: bollstorlek 5.
- Laguppställning skall lämnas till domaren och motståndarlaget innan matchen (3 exemplar tas fram). Den görs i Fogis genom elektronisk laguppställning.
- Speltid:
Pojkar div. 6-8 och Flickor div. 4-5: 2 x 35 minuter.
Pojkar div. 3-5 och Flickor div. 2-3: 2 x 40 minuter.
Pojkar div. 1-2 och Flickor div. 1: 2 x 45 minuter.
- Alla spelare måste använda benskydd.

Rekommendationer för match

- Alla spelare som är kallade till match skall få speltid.
- Ledare och spelare står på ena långsidan, föräldrar och övrig publik på andra.
- Ledarna skall vara föreningsklädda.
- Spelarna skall vara enhetligt klädda med även strumpor och byxor i föreningens färger.
- Lagen ska hälsa på varandra och domaren innan match och tacka varandra efteråt.

Rekommendationer för 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 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.

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 utan det är endast en **mycket stark rekommendation**. Ansvaret ligger helt och hållet på ledarna och dess

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.

Ju äldre och skickligare spelarna blir desto mindre framgångsrikt blir det att sätta hög press. Därför är kanske rekommendationens efterlevnad viktigast för 14- och 15-åringarna i 11-mannafotbollen.

Svenska Fotbollsförbundets 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.



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.

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.



Till alla fotbollsföräldrar

Följ gärna med på matcherna.
Ungdomar sätter stort värde på det.

Håll dig lugn vid sidlinjen.
Låt ungdomarna 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.

Visa intresse för matchen även efter slutsignalen.

Stöd föreningen i dess arbete.
Din insats blir värdesatt, inte minst av din pojke eller flicka.

Kom ihåg: Det är ungdomarna som spelar fotboll och inte du.

Tipsruta

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



Nationella

1 1 mot 1 1 15-år

Förutsättningar

	Storlek planyta 105 x 65 meter Straffområde 40 x 16 m
	Storlek mål 7,32 x 2,44 m
	Storlek boll 5.
	Utrustning spelare Tröja, byxor och strumpor Skor och benskydd.
	Antal spelare 10 utespelare och 1 målvakt per lag på planen.
	Byten Fria byten.
	Speltid 15 år 2 x 40 minuter. Speltid 16 år och uppåt 2 x 45 minuter.

Rekommendationer

105 x 65 m

7,32 x 2,44 m

Boll av god kvalite pumpad med lämpligt lufttryck.

Enhetliga matchkläder.

Max 3 avbytare per lag.

Byten i paus.

Speltid 15 år:
Minst 40 min speltid för alla spelare.
Speltid 16 och uppåt:
Minst 45 min speltid för alla spelare.

Regler

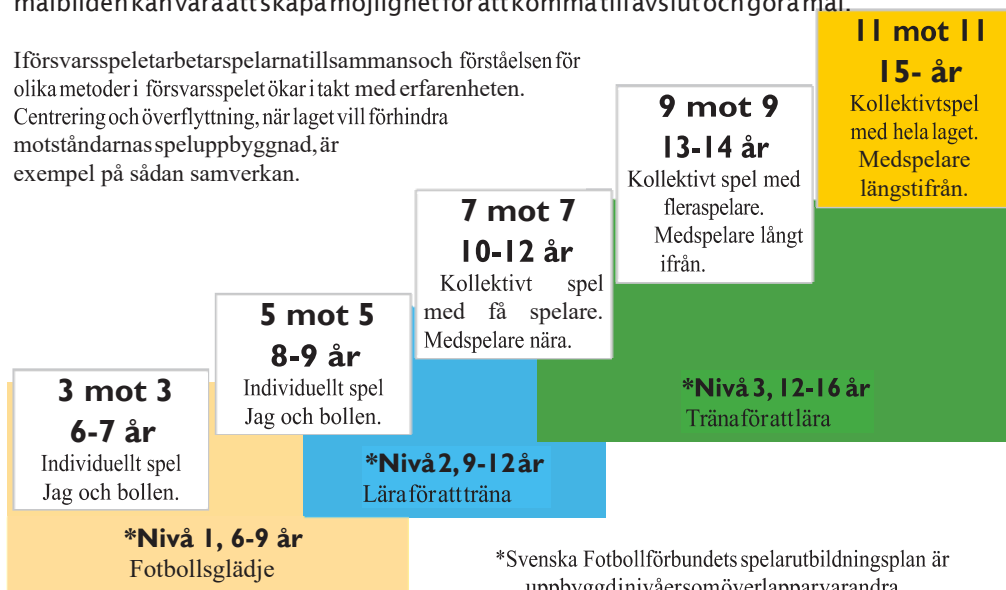
Förspelreglergällande 11 mot 11 hänvisar vi till ”Spelregler för fotboll”.
Dokumentet finns tillgängligt på nedanstående adress:
<http://fogis.se/domare/regelsupporten/>



Hur spelar 15-åringar fotboll?

Spelarna förstår och samarbetar allt mer över hela planen i spelets olika skeden. Faktorer som utgångspositioner, arbetssätt och spelarnas olika roller blir allt tydligare. I anfallsspelet kan många spelare samarbeta i speluppbyggnaden där den slutliga målbilden kan vara att skapa möjlighet för att komma till avslut och göra mål.

Iförsvarsspelet arbetar spelarna tillsammans och förståelsen för olika metoder i försvarsspelet ökar i takt med erfarenheten. Centrering och överflyttning, när laget vill förhindra motståndarnas speluppbyggnad, är exempel på sådan samverkan.



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 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 min 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.



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/>

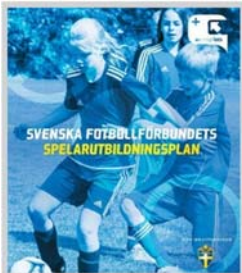
Nationella spelformer



Fotbollens spela, lek och lär

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

Materialet berör respektive spelform och är anpassat för alla som medverkar.



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 instegsutbildning 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 även en fortsättning på Tränarutbildning C.

Riktlinjer för svensk Barn- och ungdomsfotboll är;

Fotboll för alla
Barns och ungdomars villkor
Fokus på glädje,

