

Tävlingsföreskrifter 13–14 år: 9 mot 9 i Uppland 2021

1. Tävlingsstyrelse och Beslutsorgan

Upplands Fotbollförbund administrerar tävlingen.
Upplands Fotbollförbunds Tävlingskommitté (TK) är tävlingsstyrelse.
Upplands Fotbollförbunds Disciplinnämnd (DpN) beslutar i ärenden om tävlingsbestraffningar enligt gällande tävlingsregler samt i bestraffningsärenden enligt 14 kapitlet RF:s stadgar gällande matcher i Ungdom 13 och 14 år.

2. Allmänna bestämmelser

I frågor som inte regleras i dessa föreskrifter gäller SvFF/UFF:s Tävlings- och Representationsbestämmelser i tillämpliga delar. Det är föreningens, ledarens och funktionärens skyldighet att förvissa sig om innehållet i SvFF/UFF:s vid varje tid gällande tävlingsbestämmelser och övriga tävlingsregler.
TK äger rätt att besluta i frågor som inte förutsetts i dessa tävlingsföreskrifter.
TK äger rätt att vid särskilda skäl medge undantag från dessa tävlingsföreskrifter förutsatt att berörda lag samtycker därtill.

3. Anmälan

Anmälan görs i Fogis.
Tävlingen gäller för pojkar och flickor i åldersgrupperna 13 och 14 år.
Kombinationslag får delta i seriespelet.

4. Seriesammansättning

I varje åldersgrupp delas lagen in geografiskt.
I båda åldersgrupperna erbjuds möjligheterna att anmäla lag till Avancerad serie och Grund serie.
Beroende på antal anmälda lag i åldersgrupperna är målsättningen att skapa 10 lagsserier vilket ger 18 matcher/lag. Grupper med färre antal lag kan med fördel lottas med flera möten än dubbelmöten.

5. Speldagar och arrangemang

Upplands Fotbollförbund genomför lottning och fastställer speldag för varje omgång.
Det är hemmalaget som ordnar spelplan.
Hemmalaget är primärt ansvarigt för att matchen kan genomföras.
Förening kan inte vägra att spela i elljus, på godkänt konstgräs eller på grus.
Föreningarna i serien kontaktar varandra och kommer överens om matchtiderna.
Därefter registrerar lagen/föreningen tiderna för sina hemmamatcher i Fogis.
Registreringen av tiderna ska vara klart senast den 31 mars.
Utsatta datum gäller som speldagar. Föreningarna kan komma överens om ändrad speldag.
Speldagarna ska förläggas i "anslutning till" spelomgången, d.v.s. antingen ett par dagar före eller ett par dagar efter den dag som angivits i respektive omgång i förslaget.
Vårens matcher skall vara spelade innan första omgången på hösten.

6. Avgifter

6.1 Serieavgift

Ungdomslag 9 mot 9: 1300 kr.

6.2 Lag som utgår/uteblir

Se gällande Tävlingsbestämmelserna (TB).

7. **Priser**

Seriesegrande lag 9 mot 9: UFF:s plakett i brons 12 spelare, 2 lagl.

8. **Matcher på Åland**

Vid matcher på Åland är det lokal tid som anges i spelprogrammet.
Gällande resan till Åland, se speciella avtal på hemsidan.

9. **W.O.**

I seriespel – fram till den sista omgången

I distriktets serier för ungdom 13–14 år får w.o. lämnas en gång per spelår. Lag som lämnat w.o. till match, till vilket laget blivit kallat, förlorar matchen med resultatet 0–3 och påförs en w.o.-avgift som är lika med ny anmälningsavgift, se gällande Tävlingsbestämmelserna (TB)

Om ett lag lämnar w.o. två gånger under spelåret, fram till den sista omgången, utesluts laget ur serien. Uteslutet lags matcher ogiltigförklaras och såväl lagets som motståndarlagens erövrade poäng och målskillnad annulleras.

Uteslutet lag påförs en avgift, se gällande Tävlingsbestämmelserna (TB).

Om särskilda skäl föreligger kan UFF:s DpN besluta om fortsatt deltagande i seriespel.

I seriespel – under den sista omgången

Om lag uteblir, lämnar w.o. från den sista ordinarie seriematchen ska laget som lämnat w.o. förlora matchen med resultatet 0 – 3 och resultatet inräknas i serietabellen.

Obs! Serietabellen räknas inte om. Därefter utesluts laget ur serien.

Uteslutet lag påförs en avgift se gällande Tävlingsbestämmelserna (TB).

10. **Resultatrapportering**

I serie- och cupmatcher administrerade av Upplands Fotbollförbund (undantaget serier utan resultatuppföljning) ska hemmalaget senast 60 minuter efter avslutat match via SMS inrapportera slutresultatet eller genom inloggning i Fogis. Detta sker enligt följande: Ange matchnummer mellanslag hemmamål mellanslag bortamål. SMS skickas till 0730-126126.

I de matcher där Upplands Fotbollförbund tillsätter domare är det domaren som senast 30 minuter efter spelad match ansvarar för att rapportera matchresultatet och annan information på sätt som Upplands Fotbollförbund anvisar.

11. **Domare**

Hemmalaget tillsätter domare.

Föreningsdomare som dömer 9 mot 9 matcher ska vara utbildade.

Detta i enlighet med direktiv från Domarutskottét

12. **Spelarförteckning (domarrapport)**

I dessa serier är det obligatoriskt med elektronisk spelarförteckning som hämtas i Fogis.

Bortalaget lämnar över sin ifyllda och underskrivna spelarförteckning till hemmalagets ledare innan matchstart. Hemmalagets och bortalaget spelarförteckning, som ska vara underskrivna av berörda föreningars ledare, förvaras av hemmalaget fram till 31 oktober samma år.

Om spelare läggs till för hand efter det att spelarförteckningen upprättats och skrivits ut från FOGIS så måste man även skriva dit spelarens personnummer*.

*Om spelaren ej har erhållit fullständigt personnummer så räcker det med födelsedatum.

13. Utbildningskrav på ledare

Krav på Bas 1/C-Diplom i alla åldrar och nivåer. Kravet gäller en person i ledarstaben.

14. Matchvärdar

Matchvärdar ska i enlighet med Nolltolerans användas.

15. Övrigt

15.1 Omklädningsrum och tvagningsmöjligheter.

I matcher där omklädning ej kan ske i direkt anslutning till spelplanen måste hemmalaget, i god tid, meddela motståndarna om detta. Bortalaget skall ha tillgång till omklädningsrum och tvagningsmöjligheter. Hemmalaget är skyldigt att se till att detta erbjuds!

15.2 Bollar

Hemmalaget är skyldigt att tillhandahålla minst tre träningsbollar till motståndarlaget före match. Hemmalaget skall också tillhandahålla minst två fullgoda matchbollar. Bollstorlek, se info under Regel 2 "Bollen".

15.3 Åldersstopp

Majoriteten av matchtruppen **bör** inte vara yngre än den ålder serien gäller för. OBS: I åldersgrupperna P13 och F13 gäller att majoriteten av matchtruppen inte **ska** vara yngre än den ålder serien gäller för. Dispens kan sökas av föreningen, dispensansökan ska innehålla tydlig redogörelse varför dispens ska beviljas.

15.4 Time Out

"Time out" kan begäras av respektive lagledare en gång/period under matchen. Även domaren kan begära "time out" tre gånger/match. Tiden för "time out" får uppgå till max 60 sekunder och kan endast begäras under avbrott i spelet.

15.5 Serietabeller

Serietabeller tillämpas i seriespelet 9 mot 9.

15.6 Överåriga

Generell dispens:

Antalet överåriga spelare i matchtruppen får inte vara i majoritet.

D.v.s. får inte överstiga hälften av antalet spelare i matchtruppen.

Avsikten med den generella dispensen:

Att möjliggöra seriespel för föreningar med spelarbrist.

Att möjliggöra nivåanpassning i matcher.

Om antalet spelare i seriens rekommenderade ålder inte räcker till för att fylla ett lag skall man i första hand fylla på med yngre spelare. Om man tvingas använda överåriga spelare enligt gällande regelverk skall ledaren informera motståndarlaget om detta inför aktuell match.

Pojkar: Generell dispens för 1 år äldre än rekommenderad ålder.

Flickor: Generell dispens för 2 år äldre än rekommenderad ålder.

Dispens kan sökas för äldre:

Ansökningarna bör prövas utifrån att så många som möjligt ska beredas plats att spela fotboll.

Föreskrifterna fastställda av Upplands Fotbollförbunds Tävlingskommitté 2020-11-22.

Notera att Tävlingsföreskrifterna, vad avser kalenderåret 2021, kan komma att förändras beroende på oförutsedda händelser.

Nationella spelformer 9mot9 ur spelarutbildningssynpunkt

År 2010 planerades en central plan för lärande, med utgångspunkt från ett barnrättsperspektiv. Två år senare presenterades den första Spelarutbildningsplanen. Under arbetet med planen diskuterades även spelformer utifrån lärande. Nu har sista bollen hamnat på plats. Match och spelform är nu mera viktiga delar av spelarutbildningen. Tanken var att tydliggöra matchens betydelse och skapa förutsättningar för barn och ungdomar att röra bollen oftare, vilket har en positiv påverkan på deras utveckling. Spelformerna har tagits fram med hjälp av en projektgrupp från Svensk Elitfotboll, Elitfotboll dam, distrikten och Svenska Fotbollförbundet. Syftet är att få fler att spela längre och målet är att matchen ska bli ett tillfälle för lärande för alla som spelar fotboll. Utgångspunkten har varit SvFF:s spelar- och tränarutbildning samt Fotbollens spela, lek och lär (FSSL). Under arbetet framkom det att valet av spelform i förhållande till planens yta och form var en avgörande faktor. Det fanns även anledning att se över de pedagogiska regler/riktlinjer som ger barnen och ungdomarna ytterligare möjlighet att lära sig idrotten fotboll.

Kopplingen till SvFF:s spelarutbildningsplan och tränarutbildning

Utgångspunkten för valet av spelform är bland annat innehållet i SvFF:s Spelarutbildningsplan. En noggrann analys har genomförts för att varje del i spelarutbildningsplanen ska ha bästa möjliga förutsättningar med utgångspunkt från lärande. Spelets utveckling och barn- och ungdomars utveckling har övergripande varit vägledande i arbetet att hitta spelform och yta. Även Tränarutbildningen har haft stor betydelse under arbetets gång där beskrivning av spelet och kopplingen till träningsinnehåll haft inverkan på olika val. Likaså har lagets metoder och spelarens färdigheter påverkat det slutliga resultatet och då med inriktning på hur

Pedagogiska riktlinjer kopplade till långsiktigt lärande

I de nationella spelformerna finns ett antal pedagogiska riktlinjer som är kopplade till lärande. Ungdomar och tränare befinner sig ofta i skilda idrottsvärldar, något som påverkar förväntningar och beteenden. Bland annat därför har de pedagogiska riktlinjerna tagits fram för att stödja tränare i att peka ut rätt riktning i vid träningsstillfället vi benämner match. Ett kortsiktigt resultat kan säkert stimulera en grupp föräldrar, barn/ungdomar eller tränarna men skadar ofta den långsiktiga utvecklingen för individen men även gruppen. Delaktighet är en av de viktigaste delarna i varför barn och ungdomar fortsätter att spela fotboll. Har laget ett arbetssätt där fåtal individer är involverade i spelet kommer det kanske ge kortsiktiga resultat men ett flertal individer kommer att ledsnå och sluta spela fotboll. Var noga med av vilken anledning och vilka individer som flyttas ner vid eventuella överåriga spelare. Allt för ofta förekommer det förstärkning av laget kopplat till kortsiktiga resultat och utbildningssituationen försämras både för med och motspelare.

Spelarna börjar i spelformen 9mot9 nu att tydligare samarbeta för att lösa olika situationer. I anfallsspelet samverkar spelarna för att ta sig framåt och göra mål. Eftersom ungdomarna blir starkare och snabbare kan man nu variera längden på passningarna vid till exempel spelvändningar, omställningar och djupledsspel men företrädevis förespråkar vi ett arbetssätt där alla spelarna ges möjlighet att vara delaktiga i speluppbyggnaden, dvs där vi spelar från utgångsyta via spelyta 1 och 2 för att sedan ta sig in i spelyta 3 och komma till avslut och göra mål.

I försvarsspelet arbetar spelarna tillsammans för att ta tillbaka bollen och hindra motståndarna från att göra mål. Närmaste spelare pressar medan övriga i lagdelen täcker ytor. Kollektiva förflyttningar blir allt tydligare ju större erfarenhet och kunskap spelarna får av fotboll.

Träningen består fortfarande av mycket spel – Hela 50 % av träningstiden med helst färre spelare per lag än under matcherna (absolut inte fler än i match). Ibland bör det också vara numerära över- respektive underlägen mellan lagen för att få träna på spelets skeenden på ett tydligt sätt. I spelträning får träna både spelförståelse, beslutsfattandet och sina tekniska och fysiska färdigheter

För att få en djupare kunskap rekommenderar vi starkt att ni lägger tid och resurser på **tränarutbildning** och använder **SvFF:s spelarutbildningsplan (SUP)** som bägge är i direkt koppling till de spelformerna. För att leda ett lag bör huvudtränaren ha gått B Ungdom eller högre. Upplands FF erbjuder olika former av tränarutbildningar och fortbildningar ibland annat Spelarutbildningsplanen. Se mer under utbildning på Upplands FF:s hemsida.

Utvecklingskommittén
Upplands FF

Regler för fotboll i spelformen 9 mot 9

Förklaring till spelreglerna

I spelformen 9 mot 9 tillämpas inte

- Regel 6: Övriga matchfunktionärer.

Regel 1: Spelplanen

Planytan ska vara 65–72 meter x 50–55 meter, och straffområdet ska vara 24 x 9 meter (utgår från målstorlek 6 x 2,20m). Ytan kan avgränsas med linjer eller med koner.

Målet ska vara 5–7,32 meter x 2–2,44 meter.

De mindre måtten rekommenderas för de yngre spelarna (13 år), och de större måtten rekommenderas för de äldre spelarna (14 år).

Målet

Målstolparna och ribban ska vara kvadratiska, rektangulära, runda eller elliptiska, och de får inte vara farliga för spelarna. Målen (även flyttbara mål) måste vara säkert förankrade i marken så att de inte välter.

Straffområdet

Straffområdet ska markeras med två linjer i rät vinkel mot mållinjen. Området sträcker sig in på spelplanen enligt måtten ovan. Linjerna binds samman med en linje som är parallell med mållinjen. I varje straffområde kan en straffpunkt markeras på straffområdeslinjen nio meter från mållinjen och mitt emellan målstolparna. Om målstorlek 7 mot 7 används ska straffpunkten vara på 9 meter. Om målstorlek 11 mot 11 används ska straffpunkten vara på 11 meter.

Anpassning av spelytan

Om spelytan är en del av en större fotbollsplan (t.ex. en plan för spel 11 mot 11) kan spelytan anpassas proportionerligt utifrån se planskiss. Angivna maximala mått bör följas.

Regel 2: Bollen

13-åringar

Bollstorlek 4 ska användas.

14-åringar

Bollstorlek 5 ska användas.

Regel 3: Spelarna

En match spelas mellan två lag. Åtta utespelare och en målvakt i varje lag får delta samtidigt i spelet.

En match kan inte börja eller fortsätta om något av lagen har färre än 7 spelare.

Byte av målvakt

Vilken spelare som helst får byta plats med målvakten om

- domaren får reda på bytet innan det görs och
- bytet görs under ett spelavbrott.

Avbytare

Rekommenderat antal avbytare i en match är fyra avbytare per lag. Lagen får byta in samtliga avbytare. En utbytt spelare får komma in i spelet igen. Lagen får göra byten när spelet är igång, men de bör göra sina byten i en paus. Byte sker i närheten av mittlinjen. En spelare som ska bytas in väntar utanför planen tills spelaren som ska bytas ut kommit av planen.

Om något blir fel när ett lag byter blåser domaren av spelet. Spelet startar igen med indirekt frispark för det andra laget. Frisparken slås där bollen var när spelet blåstes av. Gör båda lagen felaktiga byten samtidigt startar spelet med nedsläpp där bollen var.

Regel 4: Spelarnas utrustning

En spelare får inte använda utrustning som kan vara farlig eller ha på sig något som kan orsaka skada på sig själv eller på andra spelare. Alla typer av smycken (halsband, ringar, armband, öronringar, läderband, gummiband etcetera) är förbjudna och måste tas bort. Att använda tejp för att täcka smycken är inte tillåtet.

Det är obligatoriskt för spelarna att bära

- tröja
- byxor
- strumpor
- benskydd
- skor.

Benskydden måste vara av lämpligt material som ger tillräckligt skydd. De ska täckas av strumporna.

De två lagens dräkter ska ha färger som skiljer lagen från varandra och från domaren. Målvaktens dräkt ska ha färger som skiljer sig från de andra spelarnas dräktfärger.

Regel 5: Domaren

Varje match leds av en eller två domare som ser till att spelreglerna följs.

Domarens beslut är alltid slutgiltigt och ska respekteras av spelare, ledare och publik.

Domaren får ändra ett fattat beslut fram till dess att spelet återupptas men spelare och ledare får inte påverka domaren att ändra ett fattat beslut.

Regel 6: Övriga matchfunktionärer

Tillämpas inte.

Regel 7: Speltiden

En match består av tre lika långa perioder. Domaren avgör om det ska läggas till tid i någon period och i så fall hur många minuter.

Speltiden är 3 x 25 minuter. Pauserna är maximalt nio minuter mellan perioderna.

Regel 8: Spelets start och återupptagande

Varje period startar med avspark. Även när ett lag har gjort mål sätts spelet igång igen med avspark.

- Det lag som vinner slantsinglingen väljer boll eller sida.
- Det lag som väljer boll gör avspark i första och tredje perioden.
- Det lag som väljer sida gör avspark i andra perioden.
- Inför andra och tredje perioderna kan lagen byta sida.
- När det ena laget har gjort mål gör det andra laget avspark.

Vid avspark gäller följande:

- Alla spelare förutom den som lägger avsparken ska vara på egen planhalva.
- Bollen ska ligga still på mittpunkten.
- Domaren ger signal.
- Bollen är i spel när spelaren har sparkat den och bollen tydligt rör sig.
- Mål kan göras direkt från avsparken.

Om något blir fel vid avspark tas avsparken om.

Spelarna i det lag som inte gör avspark ska stå minst nio meter från bollen tills bollen är i spel.

Om ett regelbrott inträffar när bollen inte är i spel ändrar det inte hur spelet sätts igång. Till exempel: har bollen gått ut till inkast, så sätts spelet igång med ett inkast.

Nedsläpp

Domaren släpper bollen till en spelare i det lag som senast rörde bollen på den plats den var när spelet stoppades. Om spelet stoppades innanför straffområdet släpps bollen till målvakten på straffområdeslinjen.

Alla andra spelare i båda lagen måste befinna sig minst 9 m från bollen till dess den är i spel.

Bollen är i spel när den vidrör marken.

Skadad spelare

Om en spelare skadas stoppar domaren spelet. Ledare får komma in på planen när domaren ger tecken.

Domaren sätter igång spelet med nedsläpp där bollen var när spelet stoppades.

Övrigt

Om domaren stoppar spelet av någon annan anledning än de skäl som står i reglerna startar spelet igen med nedsläpp på mittlinjen.

Regel 9: Bollen i och ur spel

Bollen är ur spel när

- hela bollen har passerat mållinjen eller sidlinjen (på marken eller i luften)
- domaren har stoppat spelet.

Bollen är i spel vid alla andra tillfällen inkl. när den vidrör domaren och när den studsar från en målstolpe, ribba, hörnflaggstång och blir kvar på spelplanen.

Regel 10: Fastställande av matchens resultat

Det har blivit mål när hela bollen har passerat mållinjen mellan målstolparna och under ribban. Detta gäller under förutsättning att det lag som gör mål inte har gjort regelbrott i samband med målet.

När det blir mål pekar domaren mot mittpunkten med armen. Domaren behöver inte blåsa en signal med pipan om bollen tydligt är inne i mål.

Domaren kan förtydliga med en signal om bollen är inne i mål och sedan studsar ut igen.

Om målvakten kastar bollen direkt i det andra lagets mål döms inspark.

Om domaren ger signal för mål innan hela bollen har passerat mållinjen ska spelet starta igen med nedsläpp.

Regel 11: Offside

Det är inte ett regelbrott att vara i offsideposition.

En spelare är i offsideposition om

- någon del av huvudet, kroppen eller fötterna är på motståndarlagets planhalva och
- någon del av huvudet, kroppen eller fötterna är närmare motståndarlagets mållinje än både bollen och den näst sista motspelaren.

Spelarens händer och armar räknas inte. Det gäller även målvakten.

En spelare är inte i offsideposition om spelaren är i linje med den näst sista motspelaren.

Bestraffningsbar offside

Om en spelare är offside eller inte beror på var spelaren är i det ögonblick bollen spelas av en medspelare. Att vara offside är bara ett regelbrott om spelaren aktivt deltar i spelet genom att

- ingripa i spelet
- störa en motspelare
- vinna en fördel.

Att *ingripa i spelet* innebär att

- spela eller röra en boll som en medspelare har passat eller rört.

Att *störa en motspelare* innebär att

- hindra en motspelare från att spela bollen genom att tydligt skymma motspelarens siktlinje eller tydligt förhindra motspelarens förflyttning
- utmana en motspelare om bollen.

Att *vinna en fördel* genom att spela bollen eller störa en motspelare när

- bollen har studsat eller ändrat riktning från målstolpen, ribban eller en motspelare
- en motspelare avsiktligt har räddat bollen.

En "räddning" är när en spelare stoppar en boll med någon del av kroppen utom händerna när bollen är på väg in i mål eller är mycket nära mål. (Målvakten kan dock stoppa bollen med händerna innanför eget straffområde.)

En spelare i offsideposition som tar emot bollen från en motspelare som avsiktligt spelar bollen anses inte ha vunnit en fördel. Detta gäller inte när motspelaren har gjort en avsiktlig räddning.

Ej bestraffningsbar offside

Att vara i offsideposition är inte ett regelbrott om en spelare får bollen direkt från

- inspark
- inkast
- hörnspark.

Om en bestraffningsbar offside inträffar ska domaren döma en indirekt frispark där regelbrottet inträffade.

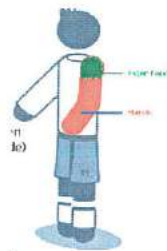
Regel 12: Otillåtet spel och olämpligt uppträdande

Direkt frispark

Domaren dömer direkt frispark om en spelare bryter mot en regel och gör något mot en spelare i det andra laget på ett sätt som domaren anser är oaktsamt, vårdslöst eller utfört med överdriven kraft. Det kan innebära att

- angripa en spelare med överkroppen
- hoppa mot en spelare
- sparka eller försöka sparka en spelare
- knuffa en spelare
- slå eller försöka slå en spelare (även skallning)
- tackla med foten eller annan del av kroppen
- fälla eller försöka fälla en spelare
- avsiktligt röra bollen med handen eller armen (gäller inte målvakten innanför eget straffområde)
- hålla fast en spelare
- hindra en spelares förflyttning
- spotta på en spelare

- angripa målvakten när målvakten har bollen under kontroll.
- hands (gäller inte målvakten i eget straffområde).
Vid bedömning av handsregelbrott går armens övre gräns i linje med armhålets botten. Domaren dömer hands när en spelare avsiktligt rör bollen med handen/armen.



En målvakt har bollen under kontroll när

- bollen är mellan händerna eller mellan handen och någon annan yta, (till exempel marken eller kroppen) eller genom att vidröra den med någon del av händer eller armar
- målvakten håller bollen med utsträckt öppen hand
- målvakten studsar bollen mot marken eller kastar upp den i luften.

Oaktsamhet är när en spelare inte är uppmärksam, inte är försiktig eller inte tar hänsyn till andra när spelaren försöker erövra bollen. Vid oaktsamhet dömer domaren frispark.

Vårdslöshet är när en spelare gör något och struntar i riskerna för en motspelare. Domaren ska då varna spelaren – se nedan.

Utfört med överdriven kraft är när en spelare använder mer kraft än vad som behövs och/eller kan skada en motspelare. Domaren ska då visa ut spelaren – se nedan.

Indirekt frispark

Domaren dömer indirekt frispark om

- en spelare med gester eller ord visar att domarens beslut inte respekteras
- en målvakt tar upp bollen med händerna när den sparkats från en medspelare i spelet eller direkt från inkast
- ett lag gör ett felaktigt byte
- en spelare rör bollen två gånger innan den vidrörts av en annan spelare vid avspark, inkast, hörna, frispark, straffspark eller inspark.
- en spelare bestraffas för offside
- en målvakt innanför sitt eget straffområde har bollen under kontroll med händerna i mer än sex sekunder.

Varning och utvisning

Domaren kan varna och visa ut både spelare och ledare (de personer som finns på spelarförteckningen). Domaren markerar varning genom att visa ett gult kort för spelaren eller ledare och utvisning genom att visa ett rött.

Domaren ska varna en spelare som

- handlar på ett sådant sätt att det går långsammare att sätta igång spelet efter en avblåsning
- med ord eller handling visar att domarens beslut inte respekteras
- upprepar ett regelbrott flera gånger (det krävs inget särskilt antal eller mönster)
- spelar på ett sätt som domaren anser är vårdslöst.

Domaren ska visa ut en spelare som

- spelar på ett otillåtet sätt som kan leda till att en motspelare blir skadad
- använder överdriven kraft eller spelar brutalt
- spottar på en motspelare eller någon annan person
- betar sig våldsamt eller obehärskat
- använder förolämpande eller nedsättande ord eller gester
- får en andra varning i samma match
- förhindrar ett mål eller en uppenbar målchans genom att avsiktligt röra bollen med handen (gäller inte målvakten inom eget straffområde)
- förhindrar en uppenbar målchans för en motspelare genom ett regelbrott som bestraffas med frispark.

En spelare som har blivit utvisad måste lämna spelplanens närhet och det tekniska området.

En utvisad spelare får inte ersättas.

Domaren ska varna en ledare som

- med ord eller handling tydligt visar att domarens beslut inte respekteras. t.ex. kastar/sparkar dryckesflaskor eller andra föremål.
- genom gester visar bristande respekt för domaren, som tex sarkastiska applåder.

Domaren ska visa ut en ledare som

- med ord eller handling på ett våldsamt eller obehärskat sätt visar att domarens beslut inte respekteras
- beträda spelplanen för att:
 - protestera mot domaren
 - påverka spelet, motspelare eller domaren
- få en andra varning.

Regel 13: Frispark

Domaren dömer direkt eller indirekt frispark för det ena laget om en spelare i det andra laget bryter mot en regel.

Domaren markerar indirekt frispark genom att höja armen ovanför huvudet. En indirekt frispark ska tas om ifall domaren glömmer att visa att frisparken är indirekt och bollen sparkas direkt i mål.

När bollen går i mål gäller följande:

- Domaren dömer mål om bollen vid direkt frispark slås direkt in i motståndarlagets mål.
- Domaren dömer inspark om bollen vid indirekt frispark slås direkt in i motståndarlagets mål.
- Domaren dömer hörnspark om bollen vid direkt eller indirekt frispark slås direkt in i det egna lagets mål.

En frispark ska slås från den plats där regelbrottet inträffade.

Bollen

- ska ligga still. Den som slår frisparken får inte röra bollen igen förrän den har vidrört en annan spelare.
- är i spel när en spelare har sparkat den och bollen tydligt rör sig.

Det andra lagets spelare ska stå minst nio meter från bollen. Står en spelare närmare än nio meter uppmanar domaren spelaren att backa, men spelet får sättas igång ändå. Om spelaren rör sig mot bollen och stör spelet stoppar domaren spelet och låter frisparken gå om. Om domaren bedömer att spelaren hindrar frisparken ska domaren varna spelaren för att ha fördröjt spelets igångsättande.

När tre eller fler spelare i det försvarande laget bildar en "mur" måste spelare i det anfallande laget befinna sig minst 1 m från muren till dess bollen är i spel.

Regel 14: Straffspark

Domaren dömer straffspark om en spelare inom eget straffområde gör ett regelbrott som bestraffas med direkt frispark.

Mål får göras direkt på straffspark.

Bollen måste ligga still på straffpunkten, och det ska tydligt framgå vem som ska lägga straffsparken. Målvakten ska ha minst en fot på mållinjen mellan målstolparna och vara vänd mot straffsparksläggaren till dess bollen har sparkats. Övriga spelare ska vara

- bakom straffpunkten
- på spelplanen
- utanför straffområdet
- minst nio meter från bollen.

När spelarna står på rätt ställe ger domaren signal att straffsparken får läggas.

Den spelare som lägger straffsparken måste sparka bollen framåt.

Bollen är i spel när spelaren har sparkat den och bollen tydligt rör sig.

Spelaren får inte röra bollen igen innan den har vidrört en annan spelare. Då dömer domaren indirekt frispark.

Om målvakten rör sig framåt för tidigt och räddar straffen ska straffen slås om. Går bollen i mål dömer domaren mål.

Straffsparken är klar när bollen inte längre rör sig, när den är ur spel eller när domaren stoppar spelet för något regelbrott.

Om det behövs ska domaren lägga till tid i slutet av en period eller en förlängningsperiod så att straffsparken hinner läggas.

Regel 15: Inkast

Domaren dömer inkast till det ena laget när det andra laget slår bollen över sidlinjen på marken eller i luften.

Vid inkast ska kastaren

- vara vänd mot spelplanen
- ha båda fötterna på sidlinjen eller på marken utanför sidlinjen
- kasta bollen med båda händerna bakom och över huvudet från den plats där bollen lämnade spelplanen.

Avståndet ska vara minst två meter. Står en spelare från det andra laget närmare uppmanar domaren spelaren att backa innan inkastet utförs.

Bollen är i spel när den kommer in på spelplanen. Om bollen rör marken innan den kommer in på spelplanen ska inkastet göras om av samma lag och från samma plats.

Kastaren får inte röra bollen igen förrän den har vidrört en annan spelare.

Om spelaren utför ett korrekt inkast och rör bollen igen innan någon annan spelare vidrört bollen (kastar bollen till sig själv) dömer domaren indirekt frispark för det andra laget.

Mål kan inte göras direkt från inkast om bollen går direkt

- i det andra lagets mål. Då ska domaren döma inspark.
- i eget mål. Då ska domaren döma hörnsark.

Målvakten får inte ta bollen med händerna direkt från inkast när en medspelare kastar. Då dömer domaren indirekt frispark.

Regel 16: Inspark

Domaren dömer inspark när hela bollen har passerat mållinjen på marken eller i luften efter det att den har rört vid en spelare i det anfallande laget. Detta gäller när det inte har blivit mål.

Mål kan göras direkt på inspark.

Bollen måste ligga still. En spelare från målvaktens lag sparkar bollen från valfri plats inom straffområdet.

Bollen är i spel när den sparkats och tydligt rör sig.

Vid inspark ska spelarna i det andra laget stå minst nio meter från bollen. Står en spelare närmare än nio meter uppmanar domaren spelaren att backa, men spelet får sättas igång ändå. Om spelaren rör sig mot bollen och stör spelet stoppar domaren spelet och låter insparken gå om. Om domaren bedömer att spelaren hindrar insparken ska domaren varna spelaren för att ha fördröjt spelets igångsättande.

Om den som slår insparken rör bollen igen innan den vidrört en annan spelare ska domaren döma indirekt frispark.

Vid alla andra brott mot denna regel ska insparken tas om.

Regel 17: Hörnsark

Domaren dömer hörnsark när hela bollen har passerat mållinjen på marken eller i luften efter det att den har rört en spelare i det försvarande laget. Detta gäller när det inte har blivit mål.

Mål kan göras direkt från hörnsark.

Bollen ska ligga still, och en spelare från det anfallande laget ska sparka bollen.

Bollen är i spel när spelaren har sparkat den och bollen tydligt rör sig.

Spelaren får inte flytta hörnmarkeringen (flagga, kon eller motsvarande).

Om den som slår hörnsarken rör bollen igen innan den vidrört en annan spelare ska domaren döma indirekt frispark.

Det andra lagets spelare ska stå minst nio meter från bollen. Står en spelare närmare än nio meter uppmanar domaren spelaren att backa, men spelet får sättas igång ändå. Om spelaren rör sig mot bollen och stör spelet stoppar domaren spelet och låter hörnsarken gå om. Om domaren bedömer att spelaren hindrar hörnsarken ska domaren varna spelaren för att ha fördröjt spelets igångsättande.

Planstorlek: 65-72 x 50-55 m

***Rekommenderad planstorlek:** 65 x 50 m

Straffområde: 24 x 9 m

Storlek mål: 5-7,32 m x 2-2,44 m

Rekommenderad målstorlek: 6 x 2.20 m

Med rekommenderad planstorlek får 2 planer plats på en 11 mot 11 plan (se skiss).

