



Så spelar vi 3 mot 3 2020



Uppdaterad: 191024

Nationella spelformer för barn och ungdomar

Säsongen 2012 införde Göteborgs Fotbollförbund nya spelformer för barn och ungdomar. Bl.a. infördes då 3 mot 3 som spelform.

Från säsongen 2019 infördes nationella spelformer för barn och ungdomar i hela Sverige. Det innebär att spelformerna är likvärdiga i hela landet och att 3 mot 3 spelas av 6- och 7-åringar.

Spelformerna beskrivs i sin helhet av Svenska Fotbollförbundet och omfattar det som händer på planen. Det som utspelar sig utanför planen definieras av Tävlings- och Representationsbestämmelser (TB och RB). Dessa beskrivs av dem som arrangerar tävlingen vilket vanligtvis är SDF t.ex. Göteborgs Fotbollförbund.



I detta häfte redogörs för hur vi spelar 3 mot 3 för 6- och 7-åringar i Göteborgsdistriktet.

Innehåll

Nationella spelformer för barn och ungdomar.....	2
Innehåll.....	3
Del 1 – Specifikt Spelformen 3 mot 3.....	4
Nyheter 2020	4
Regler	4
Beskrivning av spelformen.....	5
Rekommendationer om spelet.....	6
Del 2 - Tävling och Representation.....	7
Sammandrag	7
Administration och Anmälan	7
Domare	7
Del 3 – Allmänt om Barn- och ungdomsfotboll.....	8
Svensk barn- och ungdomsfotboll.....	8
Spelarlyftet	9
Spelarutbildning	9
Spelsystem.....	10
Spelarutbildningsplan.....	11
Tävlingsmatrisen	12

Del 1 – Specifikt Spelformen 3 mot 3

Nyheter 2020

- Se SvFF uppdaterade regler nedan.

Regler

Reglerna är standard Svenska Fotbollförbundets regler för 3 mot 3-fotboll (se [Spelregler för barn- och ungdomsfotboll](#)).

Beskrivning av spelformen

Spelformen 3 mot 3 beskrivs i *Nationella spelformer 3 mot 3* på [SvFFs hemsida](#) med följande rekommendationer och förtydliganden:

- Speltidsgaranti tillämpas. Det innebär att alla spelare som är kallade till match ges möjlighet att spela minst 2 av 4 perioder d.v.s. 2*3 min. Vi rekommenderar att endast ha 3 avbytare för ökad speltid.



**NATIONELLA
SPELFORMER
3 MOT 3 6-7 ÅR**

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



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

Rekommendationer om spelet

Det formella ansvaret att reglerna efterlevs ligger hos domaren. Rekommendationernas efterlevnad ansvarar ledarna för.

Eftersom det ofta är unga föreningsdomare som används i 3 mot 3-fotbollen skall domaren och ledarna ta ett gemensamt ansvar för att matchen genomförs på ett positivt och, för alla parter, givande sätt.

Tänk på vad som är långsiktigt bra för era spelare och optimera inte endast matchens resultat. Läs mer om själva spelet under rubriken **Spelsystem**.

Del 2 - Tävlings och Representation

Sammandrag

3 mot 3 spelas i sammandragsform. Sammandragsformen är ett modernt sätt att träffas och spela fotboll där man får tid att umgås mellan matcherna. I dagsläget är sammandragen en förutsättning för att kunna använda sargen istället för ett seriespel där sargen inte alltid finns. Under sammandragen spelar vi 4 stycken matcher och möter ett antal lag/föreningar i enskilda matcher helt utan tabeller och resultatuppföljning. Sammandragen sker i närområdet.

Administration och Anmälan

För att anmäla in sitt lag till Göteborgs Fotbollförbunds sammandrag måste minst en ledare i laget genomföra en 3 mot 3 workshop. Dessa workshops erbjuds via föreningar som har utbildade handledare. Dessutom erbjuder Göteborgs Fotbollförbund workshopen centralt samt handledarutbildning för de föreningar som inte har en egen handledare.

Sammandrag i 3 mot 3 administreras via en portal för respektive sammandrag. Anmälan stänger i regel 10 dagar innan aktuellt sammandrag och spelschema skickas ut 6-9 dagar innan aktuellt sammandrag. Samtliga sammandrag: <http://gbgfotboll.se/barn-ungdom/3-mot-3/sammandrag/>

Domare

I 3 mot 3 används föreningsdomare och det är hemmalaget på spelschemat som är ansvarig för att hitta lämplig föreningsdomare. För att räknas som godkänd föreningsdomare skall man ha genomgått Göteborgs Fotbollförbunds föreningsdomarutbildning:

<http://gbgfotboll.se/domare/foreningsdomare/>

Domare skall vara iförd domartröja och i övrigt idrottsklädd (ej jeans och lågskor)!

Del 3 - Allmänt om Barn- och ungdomsfotboll

Svensk barn- och ungdomsfotboll

Fotbollens Spela, Lek och Lär (FSSL) är Svenska Fotbollförbundets tolkning av "Idrotten Vill". FSSL är alltså svensk fotbolls policydokument som beskriver inriktningen och mottot för all barn- och ungdomsfotboll i Sverige.

Där framgår bland annat att det viktigaste inte är att vinna! Att ha roligt och utvecklas som fotbollsspelare är mycket viktigare! Låt detta genomsyra ledare och föräldrars sätt att agera vid träningar och matcher.

Svenska Fotbollförbundet har också tagit fram en spelarutbildningsplan och ett flertal olika tränarutbildningar. Allt detta hittar du på:

Fotbollsportalen - svenskfotboll.se/utbildning

The screenshot shows the homepage of the Svenska Fotbollförbundet's training and player development portal. The header features the Swedish Football Federation logo and the text "SVENSKA FOTBOLLFÖRBUNDETS TRÄNAR- OCH SPELARUTBILDNING". A navigation menu includes "Övningar och träningspass", "Tränarutbildning", "Spelarutbildning", and "Domare och regler". The main content area is titled "VÄLKOMMEN TILL FOTBOLLSPORTALEN" and contains three featured sections: "ÖVNINGAR OCH TRÄNINGSPASS" (SKAPA ÖVNINGAR OCH TRÄNINGSPASS), "TRÄNARUTBILDNING" (VILL DU GÖRA WEBBUPPGIFTER), and "SPELARUTBILDNING" (VAD BÖR TRÄNAS?). Each section includes a brief description and the Swedish Football Federation logo. The footer shows the system tray with the time 13:30 and date 2013-01-04.

Spelarlyftet

Spelarlyftet är ett projekt som drivs av Göteborgs Fotbollförbund med syftet att utveckla barn- och ungdomsfotbollen i Göteborg men också i övriga delar av Sverige för de som är intresserade.

Spelarlyftets ledstjärnor är:

- Alla skall vara med – Blandade grupper och undvik selektering (RAE)
- Allsidig fysisk utveckling/Idrottskultur – Lokalt idrottande med flera idrotter och stor varierad aktivitet i tidig ålder (inkl skolan och miljöer för spontanfotboll)
- Föräldramedverkansmodell – bra ledare
- Utbildningsfokus - Tävla för att lära (ej för att vinna)
- Sen specialisering (Ej före 15 år)
- Färdig lite senare (20-22 år istället för 16-17 år)
- Bredd och elit samverkar (mångfald)
- Slutprodukten – Slagkraftiga på seniornivå (mät 25-27 åringar)
- Så många som möjligt – Så länge som möjligt – Så bra som möjligt

Spelarutbildning

Göteborgs Fotbollförbunds och Spelarlyftet erbjuder, utöver föreningens egen verksamhet, även ett eget spelarutbildningsprogram. Det består av en rad olika arrangemang med LSU – Ledar- och Spelarutbildning (fd. Talangträningar), Utbildningsdagar, Zonlag- och Zonlagsturneringar samt Distriktslag. Läs mer om det på Göteborgs Fotbollförbunds [hemsida](#).

Spelsystem

Hur ett lag spelar under match brukar man kalla lagets spelsystem. Spelsystemet beskriver lagets:

- Utgångspositioner
- Arbetsmetod i anfall och försvar
- Spelartyper och balans

Spelarlyftet har tagit fram rekommendationer och beskrivningar över ett antal olika spelsystem. För 3 mot 3 är vår enkla rekommendation att inte använda något spelsystem alls. Låt helt enkelt barnen spela själva! Den enda målsättningen är många bollkontakter, hög aktivitet och delaktighet samt ett lekfullt spel och för att uppnå det behövs inget spelsystem!

Mer information och de faktiska beskrivningarna hittar du i spelarutbildningsmatrisen nedan (klicka på bilden!).

Tävlingsmatrisen


Nedanstående spelformer (inkl. TB och RB) gäller i Göteborg:



TÄVLINGSMATRIS 2020

Alder	Spelform	Boll	Mål-Storlek (m)	Plan-storlek (m)	Straff-Omr (m)	Speltid (min)	Rek Ant Spe lare	Anmälan/ Serieform/ Övrigt	Domare
6-7 år	3 mot 3	3	1,5x1	15x10 Sarg	-	4x3	6	Sammandrag: 1 nivå Utö.krav: Workshop 3 mot 3	Föreningsdomare
8 år	5 mot 5 med sarg	3	3x1,5	30x15 Sarg	-	3x10	7	Sammandrag: 1 nivå Utö.krav: Workshop 5 mot 5	Föreningsdomare
9 år	5 mot 5 utan sarg	3	3x1,5	30x20	-	3x15	7	Serie: 1 nivå Utö.krav: Workshop 5 mot 5	Föreningsdomare
10-11 år	Liten 7 mot 7	4	5x2	50x30	7x19	3x20	10	Välj föreningsstyrka: 2 nivåer	Föreningsdomare
12 år	Stor 7 mot 7	4	5x2	55x35	7x19	3x20	10	Välj föreningsstyrka: 3 nivåer	Föreningsdomare 2-domarsystem
13 år	Liten 9 mot 9	4	6x2,20 (5x2)	65x50	9x24	3x25	12	Välj lagstyrka: 4 nivåer Tabeller och laguppställning införs	Distriktsdomare
14 år	Stor 9 mot 9	5	6x2,20 (7,32x2,44)	72x55	9x24	3x25	12	Välj lagstyrka: 4 nivåer	Distriktsdomare
15-19 år	11 mot 11	5	7,32x2,44	105x65	16x40	15:2x40 16:2x45	14	Välj lagstyrka (ej Div 1 pojk): 3-4 nivåer	Distriktsdomare Div 1: 3-domarsystem
16 år-	7 mot 7 11 mot 11	5	5x2 7,32x2,44	60x40 105x65	9x24 16x40	2x30		Motionsfotboll	Distriktsdomare

Förändringar till 2020 i **fet stil**



TÄVLINGSMATRIS 2020

Alder	Spelform	Speltids-garanti (min)	Max Under-åriga	Överåriga*	Grönt Kort	U-Reg/ Registrering	FOGIS lagupp-ställning	Speltermi/ övergång
6-7 år	3 mot 3	2x3	-	-		-	-	Speltermi
8 år	5 mot 5 med sarg	2x10	-	2 (1 på plan)		-	-	Speltermi
9 år	5 mot 5 utan sarg	2x15	-	2 (1 på plan)	Ja	-	-	Speltermi
10-11 år	Liten 7 mot 7	2x20	5	2 (1 på plan)	Ja	-	-	Speltermi
12 år	Stor 7 mot 7	2x20	5	2 (1 på plan)	Ja	U-Reg	-	Speltermi
13 år	Liten 9 mot 9	2x25	7	2 (2 på plan)	Ja	U-Reg	Ja	Speltermi
14 år	Stor 9 mot 9	2x25	7	2 (2 på plan)	Ja	U-Reg	Ja	Speltermi
15 år +16 år Pojk	11 mot 11	15:2x40 16:2x45	8	2 (2 på plan)		Registrering	Ja	Övergång i FOGIS
Junior Flick	11 mot 11	1x45	8	3 (två år äldre) (2 på plan)		Registrering	Ja	Övergång i FOGIS
Junior Pojk	11 mot 11	1x45	8	Ansökan (max 4) (2 på plan)		Registrering	Ja	Övergång i FOGIS
16 år- Motionsfotboll	7 mot 7 11 mot 11	1x30	-	-		-	Nej	

*) Gäller ett år äldre och är en generell dispens. Utöver det måste man ansöka om dispens. Lagledare är alltid skyldig att informera motståndslaget innan match.
Överåriga används när antal spelare inte räcker till i match. Vi ser helst att lagen först och främst använder sig av underåriga vid behov.

