



GESTRIKLANDS  
FOTBOLLFÖRBUND

# Spelregler

Barn- och ungdomsserierna

2017

## Innehåll spelregler

Sid 3	3 mot 3
Sid 4	5 mot 5
Sid 5	7 mot 7
Sid 6	9 mot 9
Sid 7	Översikt åldrar/spelformer/speltid
Sid 8	Domartillsättning/Kontaktuppgifter

# 3 mot 3

*I 3 mot 3 lär våra barn sig att spela fotboll på ett lekfullt sätt med mycket bollkontakt och beslutsfattande. 3 mot 3 är fotboll på barnens villkor.*

*3 mot 3 spelas med eller utan nätsarg. Om det inte finns tillgång till nätsarg kan man spela med levande väggar (ex. föräldrar) eller bara med vanliga linjer. Här blandar vi gärna pojkar och flickor.*

## Regler för 3 mot 3 (7 år):

### Domare

- ✓ Domaren ska vara föreningsdomarutbildad och ha rätt domarklädsel på sig.
- ✓ Domaren ska ha kunskap om de regler som gäller i aktuell spelform.
- ✓ Domarens uppgift är att tillsammans med lagens ledare hjälpa spelarna att lära sig spela fotboll.
- ✓ Domaren skall vara utrustad med en extra boll så spelet inte stoppas upp när bollen hamnar utanför spelplanen. Den extra bollen bär domaren under armen.

### Om spelet

- ✓ Matcherna spelas i s.k. sammandrag där två eller flera föreningar träffas och spelar ett antal matcher (3-4) mot varandra.
- ✓ Matchtiden är 4 x 3 min.
- ✓ Ingen målvakt. Alla är utespelare.
- ✓ Planmått är 15 x 10 m
- ✓ Flygande byten gäller.
- ✓ Alla spelare måste använda benskydd.
- ✓ Bollstorlek 3.
- ✓ Målstorlek ca 1,0 \* 1,5 m.
- ✓ Alla insparkar och frisparkar är indirekta.
- ✓ Avspark måste spelas bakåt och får inte skjutas direkt på mål.
- ✓ Avstånd mellan boll och motståndare vid inspark, avspark, frispark och nedsläpp är 3 m.
- ✓ Straffområde används inte. Straffspark kan inte utdömas utan endast frispark.
- ✓ Om matchen blir ojämn, får det laget som ligger under med 4 mål, sätta in en extra spelare, som skall vara kvar på planen tills matchen eventuellt blir lika igen.
- ✓ Om bollen skulle hamna ur spel startas spelet med en inspark där bollen lämnade planen. Går bollen ut över kortsidan tillämpas dock hörna eller inspark. Om nätsarg används skall bollen läggas en bit ut från denna så att det är möjligt att få till ett riktigt tillslag.
- ✓ Spelarna får inte hålla sig i nätsargen. Påföljden är frispark.
- ✓ Om bollen under en längre tid låses fast, mot nätsargen eller motståndare, döms nedsläpp. Tänk på att bollen vid nedsläpp skall vidröra marken innan någon spelare får röra den. Nedsläpp sker på mitten av planen.

Gestriklands Fotbollförbund har tillgång till 5 kompletta 3 mot 3 planer med mål och "nätsarg", samt ytterligare 10 mål för 3 mot 3. Dessa kan föreningar låna och då få tillgång till totalt 10 3 mot 3 planer för sammandrag.

# 5 mot 5

*5 mot 5 spelas av 8- och 9-åringar och skall lära våra barn att spela fotboll på ett lekfullt och positivt sätt med många fotbollsaktioner. Lekfullheten och det positiva klimatet skall genomsyra spelare, ledare, domare och föräldrars sätt att agera vid matcher. Spelformen kräver ett antal pedagogiska regler som underlättar för spelare och ledare att utveckla de individuella färdigheterna såsom passa, driva, dribbla, skjuta.*

**Glöm inte att matchen är ett lärotillfälle!**

## Regler för 5 mot 5 (8 och 9 år):

### Domare

- ✓ Domaren ska vara föreningsdomarutbildad och ha rätt domarklädsel på sig.
- ✓ Domaren ska ha kunskap om de regler som gäller i aktuell spelform.
- ✓ Tillse att det alltid finns minst 3st bollar vid match. Det minimerar tiden då bollen är ur spel.
- ✓ Domarens främsta uppgift är att tillsammans med lagens ledare hjälpa spelarna att lära sig spela fotboll.

### Om spelet

- ✓ Alla spelare måste använda benskydd
- ✓ Speltiden vid seriesammandrag (barn 9 år) är 3 x 10 min/match vid 2 matcher och 2 x 12,5 min/match vid fler än 2 matcher/dag
- ✓ Speltiden vid övriga sammandrag (barn 8- och 9-åringar) är 2 x 12,5 min/match
- ✓ Bollstorlek 3
- ✓ Planmått är 35 m x 17 m
- ✓ Målstorlek 2 x 3 m
- ✓ Avstånd vid frispark 5 m
- ✓ Straffspark läggs 7 meter från mållinjen.
- ✓ Offsideregeln tillämpas inte
- ✓ Tekniskt felaktigt inkast ska göras om en (1) gång av samma spelare efter tillrättavisning av domaren.
- ✓ Målvakten ska sätta bollen i spel genom att rulla eller kasta ut den. In- eller utspark får **inte** göras. Om bollen sparkas ut ska målvakten göra om igångsättningen på korrekt sätt.
- ✓ Vid tillbakaspel från spelare i egna laget får målvakten ta bollen med händerna. 6 sekunders regel tillämpas inte.
- ✓ När målvakt skall sätta bollen i spelet efter död boll (över kortlinjen) ska motståndarna backa till mitten av planhalvan för att möjliggöra bra förutsättningar för målvakten/laget att sätta igång spelet. **Ansvaret** för att det anfallande laget backar ligger hos ledarna för det anfallande laget tillsammans med domaren.
  - Tips. Sätt gärna ut en (1) kona på respektive långsida (halva planhalvan) som riktlinje för hur långt barnen skall backa vid död boll.
- ✓ Lag som ligger under med 4 mål **ska** sätta in en (1) extra spelare. Detta gäller t.o.m. att resultatet är oavgjort. Därefter tas den extra spelaren bort.

# 7 mot 7

*Jämfört med 5 mot 5 så övergår spelarna i 7 mot 7 till att börja samarbeta mer och spela med de närmsta medspelarna. Glöm inte att matchen är ett lärotillfälle!*

**Glöm inte att matchen är ett lärotillfälle!**

## Regler för 7 mot 7 (10 och 11 år):

### Domare

- ✓ Domaren ska vara föreningsdomarutbildad och ha rätt domarklädsel på sig.
- ✓ Domaren ska ha kunskap om de regler som gäller i aktuell spelform.
- ✓ Tillse att det alltid finns minst 3st bollar vid match. Det minimerar tiden då bollen är ur spel.
- ✓ Domarens främsta uppgift är att tillsammans med lagens ledare hjälpa spelarna att lära sig spela fotboll.

### Om spelet

- ✓ Alla spelare måste använda benskydd
- ✓ Speltiden är 2 x 25 min
- ✓ Bollstorlek 4.
- ✓ Planmått är 60 x 35 m
- ✓ Straffområdsmåttet är 25 x 10 m
- ✓ Målstorlek är 2 x 5 m
- ✓ Avstånd vid frispark 7 m
- ✓ Straffspark läggs 9 meter från mållinjen.
- ✓ Offsideregeln tillämpas inte
- ✓ Tekniskt felaktigt inkast ska göras om en (1) gång av samma spelare efter tillrättavisning av domaren.
- ✓ Målvakten ska vid **död boll** (över kortlinjen) sätta bollen i spel genom att rulla eller kasta ut den.  
Vid upplockad boll **under spelet** får målvakten sparka eller kasta ut bollen.
- ✓ När målvakt skall sätta bollen i spelet efter **död boll** ska motståndarna backa till mitten av planhalvan för att möjliggöra bra förutsättningar för målvakten/laget att sätta igång spelet. Ansvaret för att det anfallande laget backar ligger hos ledarna för det anfallande laget tillsammans med domaren.
  - Tips. Sätt gärna ut en (1) kona på respektive långsida (halva planhalvan) som riktlinje för hur långt barnen skall backa vid död boll.
- ✓ Vid tillbakaspel från spelare i egna laget får målvakten ta bollen med händerna.
- ✓ Målvaktens 6 sekunders regel tillämpas inte i denna spelform.
- ✓ Lag som ligger under med 4 mål **ska** sätta in en (1) extra spelare. Detta gäller t.o.m. att resultatet är oavgjort. Därefter tas den extra spelaren bort.

# 9 mot 9

*Nu börjar spelarna närma sig en utveckling där de allt mer samverkar med fler medspelare och på längre avstånd. Spelet skall då bestå av så många realistiska fotbollssituationer som möjligt det vill säga många fotbollsaktioner. Den något mindre planen, i jämförelse med fullstor plan, skapar förutsättningar för fler fotbollsaktioner.*

**Glöm inte att matchen är ett lärotillfälle!**

## Regler för 9 mot 9 (12 år):

### Domare

- ✓ Domaren ska vara föreningsdomarutbildad och ha rätt domarklädsel på sig.
- ✓ Domaren ska ha kunskap om de regler som gäller i aktuell spelform.
- ✓ Tillse att det alltid finns minst 3st bollar vid match. Det minimerar tiden då bollen är ur spel.
- ✓ Domarens främsta uppgift är att tillsammans med lagens ledare hjälpa spelarna att lära sig spela fotboll.

### Om spelet

- ✓ Alla spelare måste använda benskydd
- ✓ Speltiden är 2 x 30 min
- ✓ Bollstorlek 4.
- ✓ Planmått är 70 x 50 meter
- ✓ Straffområdsmåttet är 35 x 14 meter
- ✓ Målstorlek är 2 x 5 meter (7 mot 7 mål)
- ✓ Offsideregeln **tillämpas** i denna spelform
- ✓ Målet placeras på 11-mannaplans straffområdeslinje och sidolinjerna flyttas in.
  - Konor ska användas för att markera spelplanen då linjer ej finns. Gärna då "platta konor".
- ✓ Straffspark läggs 9 meter från mållinjen.
- ✓ Vid frispark ska motståndaren befinna sig minst 9 meter från bollen.
- ✓ Tekniskt felaktigt inkast ska göras om en (1) gång av samma spelare efter tillrättavisning av domaren.
- ✓ Hörnor läggs från straffområdeslinjen. Andemeningen är att bollen ska kunna komma in framför mål med hörnsparken.
- ✓ Målvakten får sätta bollen i spel genom att sparka bollen från marken eller från sina händer eller genom att rulla eller kasta ut den.
- ✓ Målvakten får **inte** ta bollen med händerna vid tillbakaspel från spelare i egna laget
- ✓ Målvaktens 6 sekunders regel **tillämpas** i denna spelform.

## Åldersklasser i barn- och ungdomsfotbollen 2017

Födelseår	Serie/Spelform/Ålder	Spelform/Speltid	Bollstorlek
2000	<b>Div.1 (F/P17)</b> Serie med tabell 1999 utan dispens Dispens för 1998	11 mot 11 2*45 min	<b>5</b>
2001	<b>Div.2 (F/P16)</b> Serie med tabell 2000 utan dispens Dispens för 1999	11 mot 11 2*40 min	<b>5</b>
2002	<b>Div.3 (F/P15)</b> Serie med tabell 2001 utan dispens Dispens för 2000	11 mot 11 2*40 min	<b>5</b>
2003	<b>Div.4 (F/P14)</b> Serie med tabell Kan anmäla som 9-manna 2002 utan dispens Dispens för 2001	11 mot 11 2*35 min	<b>5</b>
2004	<b>Div.5 (F/P13)</b> Serie med tabell 2003 utan dispens Dispens för 2002	9 mot 9 2*30 min	<b>4</b>
2005	<b>Div.6 (F/P12)</b> Serie utan tabell Kan anmäla som 7-manna 2004 utan dispens Dispens för 2003	9 mot 9 2*30 min	<b>4</b>
2006	<b>Flickor/Pojkar 11</b> Serie utan tabell	7 mot 7 2*25 min	<b>4</b>
2007	<b>Flickor/Pojkar 10</b> Serie utan tabell	7 mot 7 2*25 min	<b>4</b>
2008	<b>Flickor/Pojkar 9</b> Seriesammandrag utan tabell	5 mot 5 3*10 min vid 2 matcher 2*12,5 min fler än 2	<b>3</b>
2009	<b>Flickor/Pojkar 8</b> Sammandrag	5 mot 5 2*12,5 min	<b>3</b>
2010	<b>Flickor/Pojkar 7 Tillsammans</b> Sammandrag	3 mot 3 4*3 min	<b>3</b>

## Domartillsättning 2017

	Tillsätter GFF DK	Tillsätter föreningen själv
<b>Ungdom</b>  13 år -	U19 Allsvenskan U19 Gävle-Dala Pojkar div.1 Pojkar div.2 (1 domare) U17 Allsvenskan U17 Div.1 S.Norrland U16 Nationell F16 Hälsingland/Gestrikland U15 Regional DM P19 DM F/P 17 DM F/P 16 Finaler DM F/P15, GFF-cupen F/P13-14	Flickor/Pojkar div.3 Flickor/Pojkar div.4 Flickor/Pojkar div.5 DM F/P 15 GFF-cupen F/P 14 GFF-cupen F/P 13
<b>Barn</b>  7-12 år		Flickor/Pojkar div.6 Flickor/Pojkar 11 Flickor/Pojkar 10 Flickor/Pojkar 9 5 mot 5 sammandrag 3 mot 3 sammandrag

### Ansvarig GFF kansli

Ungdomsfotboll – Jonas Liw

072-252 56 95

[jonas.liw@fotboll.gastidr.se](mailto:jonas.liw@fotboll.gastidr.se)

Barnfotboll – Urban Ivarsson

070-308 12 70

[urban.ivarsson@fotboll.gastidr.se](mailto:urban.ivarsson@fotboll.gastidr.se)

### Domaransvar GFF

Ordförande DK – Mikael Mossberg

070-584 72 53

[mikael.mossberg@sandvik.com](mailto:mikael.mossberg@sandvik.com)

Tillsättare GFF DK – Janne Forsgren

073-845 81 15

[forsgren2@hotmail.com](mailto:forsgren2@hotmail.com)

Föreningsdomarutb. – Hasse Hellgren

070-388 11 12

[hassehllgren@hotmail.com](mailto:hassehllgren@hotmail.com)