

# MANUAL SAMMANDRAG POJKAR OCH FLICKOR 8-9 ÅR

ÖSTERGÖTLANDS FOTBOLLFÖRBUND



Östergötlands  
Fotbollförbund



# LAGENS ANSVAR

## ARRANGERANDE FÖRENING ANSVARAR FÖR:

- Att ca en vecka innan speldagen kalla gästande lag med följande information:
  - Kontakt person för sammandraget med mobilnummer och e-postadress
  - Datum och avsparkstider
  - Vägbeskrivning till spelplanen
- Att ha en ansvarig kontaktperson på plats som svarar på eventuella frågor angående arrangemanget
- Att lotta spelprogrammet enligt mall
- Att tillsätta och betala domare
- Att sätta upp spelschema på lämpliga platser

## BORTALAGET ANSVARAR FÖR:

- Att kontakta arrangören om de ej kallat till sammandraget fyra dagar innan planerat speldatum
- Att ta med egna bollar för uppvärmning
- Att vara på plats i god tid inför varje match

# FÖRÄLDRAR

Föräldrar har en stor del i hur den totala upplevelsen av sporten fotboll blir hos barn. Föräldrar kan ha både en positiv och en negativ effekt på barnen och i stor grad påverka uppfattning som skapas om den förening de representerar. För att få en så bra miljö som möjligt för barnen runt sammandragen rekommenderar vi följande:

- Föräldrarna på ena långsidan och lagen på den andra
- Använd er av en matchvärd
- Uppmuntra föräldrarna att:
  - Heja på det egna laget men inte kritisera motståndarna!
  - Inte instruera barnen under matchen. Detta sköter tränarna!
  - Fråga, *Hur har du haft det?* istället för *Vann du?* efter matcherna
  - Inte kritisera domaren!

Utbilda gärna era föräldrar-Grupper i Fotbollens Nya Spela, lek och lär!



# SPELPROGRAM

Tänk på att ha lite tid mellan matcherna så att spelarna hinner vila och ledarna hinner prata med barnen.

Alla matcher spelas 3 x 10 min

## FÖRSLAG TILL SPELPROGRAM:

### 1 plan och 4 lag

Tid	Plan	Hemmalag	Bortalag
10:00	Plan 1	Lag 1	Lag 2
10:45	Plan 1	Lag 3	Lag 4
11:30	Plan 1	Lag 2	Lag 3
12:15	Plan 1	Lag 4	Lag 1
13:00	Plan 1	Lag 1	Lag 3
13:45	Plan 1	Lag 4	Lag 2

### 2 planer och 5 lag

Tid	Plan	Hemmalag	Bortalag
10:00	Plan 1	Lag 1	Lag 2
10:00	Plan 2	Lag 3	Lag 4
11:00	Plan 1	Lag 5	Lag 1
11:00	Plan 2	Lag 3	Lag 2
12:00	Plan 1	Lag 2	Lag 4
12:00	Plan 2	Lag 3	Lag 5
13:00	Plan 1	Lag 1	Lag 4
13:00	Plan 2	Lag 2	Lag 5

### 2 planer och 6 lag

Tid	Plan	Hemmalag	Bortalag
10:00	Plan 1	Lag 1	Lag 2
10:00	Plan 2	Lag 3	Lag 4
10:45	Plan 1	Lag 5	Lag 6
11:30	Plan 1	Lag 3	Lag 2
11:30	Plan 2	Lag 4	Lag 5
12:15	Plan 1	Lag 6	Lag 1
13:00	Plan 1	Lag 6	Lag 3
13:00	Plan 2	Lag 5	Lag 2
13:45	Plan 1	Lag 1	Lag 4



# SPELA RÄTT

# SPEL PÅ RÄTT SÄTT

# SPEL PÅ FEL SÄTT

## VÄRDERING

Vi spelar med motståndarna. Vi utvecklar varandra.

Vi tävlar mot motståndarna. Matchen är ett krig.

## MOTIVATION

Vi älskar fotboll. Vi delar glädjen till fotbollen

Vi tävlar emot. Vi vill vara överlägsna

## MÅL MED MATCHEN

Vi vill lära fotboll. Vi vill i förstahand prestera inom laget, inte nå resultat.

Vi vill dominera. Vi vill vinna allt.

## SYN PÅ MOTSTÅNDARNA

De möjliggör matchen. Hoppas de spelare bra så vi får utvecklas.

De är ett hinder, en fiende.

## SYN PÅ REGLER

Reglerna guidar oss. Domaren är en medhjälpare.

Reglerna är delvis ett hinder. Domaren är en motståndare.

## SYN PÅ SPELET

Fokus på processen och spelet.

Fokus på resultatet, att vinna.

## IDEALMATCHEN

Jämnt motstånd. Lek och allvar blandas. Positiva känslor dominerar. Du känner dig framgångsrik när du utvecklas och lär dig nya saker.

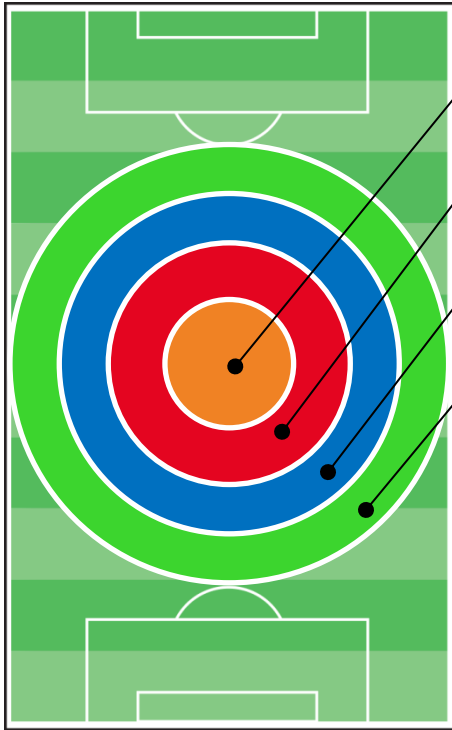
Dominerar matchen. Är säker på att vinna. Allvaret överskuggar leken. Du känner dig framgångsrik när du är överlägsen någon annan.

Alla har ett ansvar att just er förening spelar på rätt sätt!

Östergötlands FF vill understryka vikten av att alla föräldrar, ledare och övriga vuxna vid våra barn och ungdomsmatcher har ett sunt förhållande till spelet. Spela på rätt sätt handlar om att vi spelar med inte mot. Vi sporrar varandra till att göra en bra prestation och vi blir utmanade till att utvecklas.

# FOTBOLL FÖR BARN 8-9 ÅR

Fotboll för barn är annorlunda än fotboll för vuxna på grund av spelarnas fysiska och psykiska mognad. Tex har spelarna upp till ca 9 års ålder svårt att uppfatta vad som händer omkring dem. Fotboll i den här åldern blir därför till stor del ett individuellt spel. I anfallsspelet är passningsspelet begränsat och i försvarsspelet är det vanligt att alla spelare samtidigt springer efter bollen för att försöka ta den från motståndaren. Figuren nedan beskriver hur spelet utvecklas mellan de olika nivåerna i spelarutbildningsplanen:



## Nivå 1, 6-9 år: Spelaren

Individuellt spel

## Nivå 2, 9-12 år: Medspelare nära

Kollektivt spel med få spelare

## Nivå 3, 12-15 år: Medspelare långt ifrån

Kollektivt spel med flera spelare

## Nivå 4, 15-19 år: Medspelare längst ifrån

Kollektivt spel med hela laget

Som ledare är det viktigt att fokusera på det som barnens utveckling tillåter dem att lyckas med. Lägga därför mycket fokus på att dribbla och driva i anfallsspelet och på att ta bollen från motståndarna i försvarsspelet. Större samverkan i laget och taktik är spelarna mottagliga för först när de blir äldre. Som förälder är det viktigt att ha förståelse för det här när man tittar på matcherna.

## RESPEKT I FOTBOLL

I Östgötsk fotboll respekterar vi varandra. Spelare, ledare, domare och publik ska alla sträva efter att skapa en bra och trevlig matchmiljö för alla. Bli a innebär det följande:

- Före match genomförs "High five" eller handhälsning mellan lagen
- Vi uppmuntrar samtliga lag att utse matchvärdar till sina hemmamatcher
- Ledare eller spelare läser innan match upp följande:
  - Vi respekterar våra medspelare och motståndare
  - Vi respekterar domaren
  - Vi respekterar spelet



**RESPEKT i FOTBOLL**

# SPELREGLER

I 5 mot 5 görs följande undantag från spelreglerna för 11 mot 11:

- Fyra utespelare och en målvakt från varje lag är på planen
- Spelplanens och målens storlek anpassas enligt SvFFs Nya nationella spelformer (30x20 m)
- Speltiden är 3x10 min
- Bollstorlek 3
- Linjerna bör, vid spel på 11-mannaplan, målas med avvikande färg, streckas eller konas (sarg kan användas)
- Markering av mittcirkel, målområde, cirkelbåge utanför straffområdet, straffområde, straffpunkt och kvartscirkel vid hörnflaggorna behöver ej kritas på 5-mot 5-planer.
- Frispark får ej skjutas direkt i mål
- Frisparksavstånd är fem meter
- Straffspark tillämpas ej
- Inspark ersätter inkast när bollen passerat sidlinjen.
- Målchansutvisning tillämpas ej
- Offsideregeln tillämpas ej
- 4-målsregeln, lag som kommer i underläge med 4 mål får sätta in en extra utespelare. Det numerära överläget fortgår tills differensen återgått till mindre än fyra måls marginal
- När målvakten har bollen under kontroll ska motståndarlaget ta sig till egen planhalva sk retreat line.
- Målvakten får inte sparka ut bollen genom utspark
- Inspark sker från valfri plats inom straffområdet på valfritt sätt förutom utspark (kasta, rulla eller passa ut rullande eller liggande boll är ok)
- Målvakten får ta upp bollen med händerna efter passning från medspelare
- Målvaktens 6-sekundersregel tillämpas ej

Ni hittar kompletta bestämmelser på ÖFF:s hemsida under rubriken Barn och Ungdom

## Domarna

Tänk på att domarna ofta är unga och under utbildning. Bemöt domarna på ett schysst vis innan, under och efter match. Kritisera inte domarnas beslut utan stötta dom istället. Trygga domare dömer bättre och fortsätter längre. Bidra till detta!



# KONTAKTUPPGIFTER ÖFF

Mer information om Östgötsk fotboll hittar du på ÖFF:s hemsida  
[www.svenskfotboll.se/ostergotland](http://www.svenskfotboll.se/ostergotland)

Följ oss även på Facebook  
[www.facebook.com/ostergotlandsff](http://www.facebook.com/ostergotlandsff)

Vi som jobbar på ÖFF:s kansli är:

## **Thomas Kölnäs**

*Kanslichef*

**Telefon:** 010-476 50 60

**E-post:** [thomas.kolnas@osterg.rf.se](mailto:thomas.kolnas@osterg.rf.se)

**Ansvarsområden:** Övergripande ansvarig för verksamheten

## **Tjonne Andersson**

*Tävlingsansvarig seniorfotboll*

**Telefon:** 010-476 50 61

**E-post:** [tjonne.andersson@osterg.rf.se](mailto:tjonne.andersson@osterg.rf.se)

**Ansvarsområden:** Tävlingsfrågor seniorfotboll

## **Dan Elofsson**

*Utvecklingskonsulent*

**Telefon:** 010-476 50 62

**E-post:** [dan.elifsson@osterg.rf.se](mailto:dan.elifsson@osterg.rf.se)

**Ansvarsområden:** Föreningsutveckling, distriktslag, Landslagets Fotbollsskola

## **Hampus Haglund**

*Domarkonsulent*

**Telefon:** 010-476 50 66

**E-post:** [hampus.haglund@osterg.rf.se](mailto:hampus.haglund@osterg.rf.se)

**Ansvarsområden:** Domare, bestraffningsfrågor

## **Mia Lindell**

*Ekonomiansvarig*

**Telefon:** 010-476 50 63

**E-post:** [mia.lindell@osterg.rf.se](mailto:mia.lindell@osterg.rf.se)

**Ansvarsområden:** Ekonomi

## **Caroline Phalén**

*Utvecklingskonsulent*

**Telefon:** 010-476 50 64

**E-post:** [carro.phalen@osterg.rf.se](mailto:carro.phalen@osterg.rf.se)

**Ansvarsområden:** Serier och turneringar barn- och ungdomsfotboll

## **Stefan Strandberg**

*Utvecklingskonsulent*

**Telefon:** 010-476 50 65

**E-post:** [stefan.strandberg@osterg.rf.se](mailto:stefan.strandberg@osterg.rf.se)

**Ansvarsområden:** Läger, spelarutbildningsplan



**Östergötlands  
Fotbollförbund**

# LEDAR- OCH SPELARUTBILDNING I ÖSTERGÖTLAND

## TRÄNARUTBILDNING

Runt om i Östergötland arrangeras svenska fotbollförbundets ledarutbildningar för tränare och målvaktstränare. ÖFF rekommenderar att alla ledare i fotbollen har utbildning i de här kurserna. Läs mera om kurserna och när de arrangeras på:

[www.svenskfotboll.se/ostergotland/ledarutbildning](http://www.svenskfotboll.se/ostergotland/ledarutbildning)

## SPELARUTBILDNINGSPLANEN

I svenska fotbollförbundets spelarutbildningsplan finns tydliga riktlinjer för vad man bör träna på i olika åldrar, hur träningar och matcher bör bedrivas och hur ledarskapet ska vara. Mer information om detta och de utbildningar som finns för det finns på:

[www.svenskfotboll.se/ostergotland/spelarutbildningsplan](http://www.svenskfotboll.se/ostergotland/spelarutbildningsplan)

## LANDSLAGETS FOTBOLLSSKOLA

Över 1000 föreningar arrangerar varje år Landslagets Fotbollsskola för över 50 000 barn i Sverige. Anmäl din förening, ditt barn eller ta reda på mera via länken:

[www.landslagetsfotbollsskola.se](http://www.landslagetsfotbollsskola.se)



**LEDARUTBILDNING I ÖSTERGÖTLAND**

**SPELARUTBILDNING I ÖSTERGÖTLAND**