



**Så spelar vi**

**FUTSAL**

**2018/2019**

# Varmt, ombonat och alltid spelbart...

## Små ytor – Många bollkontakter och hög aktivitet...

## Dämpad boll - Bollen efter marken – utvecklande spel...

All inomhusfotboll i Sverige går numera under namnet Futsal.

Syftet med detta häfte är beskriva hur vi i Gestrikland spelar Futsal i olika åldrar med inriktning på barn och ungdom.

Futsal för barn och ungdomar är ett mycket bra sätt att komplettera och variera sin fotbollsträning. De olika attributen som nämns ovan bidrar alla till en utbildande, utvecklande och stimulerande miljö att spela fotboll i.

På samma sätt som för barn- och ungdomsfotboll utomhus så behöver spelformerna för Futsal anpassas utifrån spelarnas ålder och utvecklingsnivå. I Gestrikland har vi därför delat upp Futsal i 3 st. olika spelformer:

- **Seniorfutsal.** Dam och herr
  - Här spelar vi 5 mot 5 (4+1)
- **Ungdomsfutsal.** Flickor och pojkar födda 2000-2005 (18-13 år)
  - Här spelar vi 5 mot 5 (4+1)
- **Barnfutsal.** Flickor och pojkar födda 2006-2009 (12-9 år)
  - Här spelar vi 4 mot 4 (3+1) från långsida till långsida

Futsalsäsongen definieras som 1/7-30/6. Ny spelform startar 1/7 (per Futsalsäsong).

## Futsal i världen

Futsal var det namn som FIFA valde för den enda versionen av inomhusfotboll som de stödjer. Namnet är helt enkelt en kombination av de spanska orden för hall ("sala") och fotboll ("futbol") - "Futsal". Futsalspelare sätts regelbundet i situationer där de måste ta emot eller spela bollen under press och på små ytor. Som spel ställer det höga krav på teknik, rörelse, speluppfattning och kondition. Futsal är idag en av Sveriges och världens snabbaste växande sporter. Idag finns 140.000 registrerade futsalspelare, vilket gör sporten till den största av alla hallidrotter.

Många av de största spelarna Ronaldo, Neymar, Messi och Xavi har alla spelat Futsal under sin uppväxt och det är därifrån de har utvecklat sina färdigheter och fina teknik.



**Real Madrid winger  
Cristiano Ronaldo:**

"In Portugal, all we played growing up was Futsal. The smaller court helped my footwork skills, the nature of the game made me feel so free when I played. If it wasn't for Futsal, I would definitely not be the player I am today."

## Futsal i Sverige

Sedan 2006 har Sverige spelat Futsal enligt FIFA:s (det internationella fotbollsförbundet) regelverk. Futsal klassificerades då som den enda varianten av inomhusfotboll av Svenska Fotbollförbundet (SvFF). 2012 startade SvFF ett herrlandslag i Futsal och första landskampen spelades samma år mot Frankrike i Göteborg. Ambitionen är att landslaget deltar i kommande kvalspel till EM och VM. Under 2017 spelades även den första damlandskampen i Futsal.

Säsongen 2014/2015 startade SvFF den första nationella futsalserien för herrar, Svenska Futsalligan (SFL). Säsongen 2017/18 spelar herrarna i två nationella nivåer; SFL och division 1. På distriktsnivå återfinns division 2. För att kvalificera sig till division 1 måste lagen spela distriktens division 2 serier. På damsidan är nyheten för säsongen 2017/18 en nationell nivå som heter RFL (Regional Futsalligan). På distriktsnivå återfinns division 2. För att kvalificera sig till RFL måste lagen spela distriktens division 2 serier.

På ungdomssidan arrangeras SM för P/F 15- och 17-åringar.

## Futsal i Gestrikland

Säsongen 2018/2019 blir den 5.e säsongen i rad som Gestriklands FF (GFF) erbjuder organiserad Futsal för barn-, ungdoms- och seniorlag. För varje år har antalet anmälda lag gått upp, intresset och kunskapen om Futsal växer för varje år. I Gestrikland spelas all Futsal i sammandragsform där resp. lag spelar 2 eller 3st matcher vardera under 1 eller max 2st helgdagar per månad.

Om SvFF har fokuserat på etablera Futsal "uppifrån och ner" (*dvs. från elit och senior*) så har GFFs fokuserat mer på "nerifrån och upp"-perspektivet.

Alla serier/klasser spelas i sammandragsform under november-februari.

Inför årets säsong är målsättningen att erbjuda alla lag som vill (*från 9 år och uppåt*) tävlingsmatcher i sammandragsform. Den största utmaningen ligger här i anläggningsfrågan – att helt enkelt få inomhushallarna och dess tider att räckta till för alla föreningar och lag skall kunna både träna och matchspela.

DM Futsal

I Gestrikland erbjuds följande klasser att spela DM i Futsal:

- Dam- och herrsenior
- Flickor och pojkar 15år (födda 2004) och 17år (födda 2002)

## Nyheter i GFFs futsal säsongen 2018/2019

Senior och ungdomsklasserna (1-3) spelar 5 mot 5 (4+1) på en fullstor Futsalplan (*handbollsmått*). I barnklasserna (4-5) övergår vi för första året till att från att alla spela 4 mot 4 (3+1) över långsida till långsida på en fullstor Futsalplan

I senior spelas matcherna över 2x20 min, i ungdom över 2x12 min och i barn över 2x10 min.

## Samsyn Gästrikland

Eftersom Fotboll och Futsal har var sin egen licenshantering (*gäller både ungdomsregistrering och spelarlicens*) är det teoretiskt möjligt att representera olika klubbar i Fotboll och Futsal. Med detta öppnas möjligheten att spelare som inte utövar andra vinteridrotter och/eller vill spela Futsal på vintern kan göra detta trots att den förening som spelaren spelar fotboll i inte har någon ambition att utöva Futsal.

## Futsalregler:

Regelverket för Futsal i Sverige finns beskrivet i "Spelregler för Futsal" som är en översättning från FIFA:s Laws of the Game. Nedan följer en sammanfattning av de viktigaste delarna i detta regelverk:

- Bollen: Bollen skall vara en Futsalboll.
  - Planen: Inomhus 40\*20 m med begränsningslinjer och handbollsmål (2\*3 m).
  - Matchtid: 2\*20 min effektiv tid d.v.s. klockan stoppas varje gång bollen är ur spel.
  - Ackumulerade frisparkar: Frisparkarna räknas och vid lagets 6:e frispark (och varje därpå följande) tilldöms straffspark från 10 m eller frispark från den plats där förseelsen begicks (valbart). I halvlek nollställs lagens frisparkar.
  - Timeout: 1 timeout/halvlek. Timeouten är 1 min.
  - Kort: Utvisning innebär att laget får spela med en spelare mindre i 2 min och ett personligt straff för resten av matchen.
  - Målvakten startar alltid spelet med händerna då bollen varit död (vid kortlinjen). Målkast får kastas över hela planen.
  - Målvakten får endast ha ett bollinnehav (max 4 sek) på egen planhalva. Detta gäller både med händer och fötter. Även igångsättning av spelet räknas som ett bollinnehav. Om motståndaren rör bollen så nollställs antal bollinnehav.
  - På anfallsplanhalvan får målvakten delta på samma sätt som en utespelare med fritt antal bollberöringar.
  - Bollen måste sättas i spel inom 4 sek. Domaren räknar sekunderna med ena handens fingrar.
  - Från sidolinjen spelas bollen igång med fötterna.
- Övriga regler se "spelregler för Futsal" på länken nedan:  
[https://d01.fogis.se/svenskfotboll.se/ImageVault/Images/id\\_159930/scope\\_0/ImageVaultHandler.aspx171023131019-uq](https://d01.fogis.se/svenskfotboll.se/ImageVault/Images/id_159930/scope_0/ImageVaultHandler.aspx171023131019-uq)

### **Lokala undantag i seriespel**

Nedan följer nu de undantag som gäller inom GFF.s senior- och ungdomsfutsal utifrån ovan nämnda regler. I barnfutsal utgår vi både ifrån ovan nämnda regler och fotbollens spelformsregler i 5 mot 5:

#### Senior:

- Matchtid. Här spelar vi matchen över 2x20 min rullande tid

#### Ungdom:

- Matchtid. Här spelar vi matchen över 2x12 min rullande tid

- Tacklingar: Det är **inte** tillåtet att tacklas eller glid tacklas. Det är dock tillåtet att glida och täcka.
- Målvakten tillåts att delta och spela fritt med fötterna. Det är dock inte tillåtet att ta upp bollen med händerna vid tillbakaspel.
  - Målvakten får endast använda fötterna (*ej händerna*) om bollen blivit avsiktligt sparkad till honom/henne av en egen spelare. Påföljden är indirekt frispark från den plats där målvakten tog bollen med händerna.

### Barn:

Vi utgår ifrån regelverket som finns beskrivet i fotbollens häfte "5 mot 5" med följande undantag och förtydliganden:

- Vi spelar på tvären i en inomhushall. Regelverket liknar det som gäller som vid fotboll i samma åldrar dvs. utgår vi ifrån barnens utvecklingsnivå.
- 4 mot 4 = Tre (3) utespelare och en (1) målvakt i per lag
- Planstorlek och mål.
  - Planstorleken 20\*15m. Det går att spela 2 st. 4 mot 4 matcher samtidigt i en vanlig sporthall.
  - Befintliga handbollsmål.
- Extra spelare: Vid underläge med 4 mål eller mer är det tillåtet att sätta in en extra spelare. Detta gäller tills ställningen i matchen är lika igen.
- Alla igångsättningar från sidlinjen är indirekta och spelas efter marken till en lagkompis.
- Målvakten tillåts att delta och spela fritt med fötterna (*som ungdomsfutsal*)
- Speltiden är 2x10 min rullande tid.

Förklarande text om några undantagsregler i ungdoms- och barnfutsal:

- Om målvakten deltar i spelet med fötter är det lättare att skapa övertalighetssituation och därmed lättare att få igång ett bra passningsspel. Dessutom så får målvakten öva sitt spel med fötterna vilket spelaren kommer att ha stor nytta av längre fram i sitt utövande.
- Om matchen blir ojämn, får det laget som ligger under med 4 mål, sätta in en extra spelare. Syftet med denna regel är att matcherna skall bli så jämna som möjligt.

Antalet spelare: GFF rekommenderar att alla spelare som blir uttagen att spela match delar "sin" plats med en lagkompis.

Speltid/byte: Rent generellt vill vi att speltiden skall vara riklig. Det är den reella speltiden (d.v.s. den tid varje spelare är aktiv i spelet) som är den väsentliga. Antalet matcher samma dag, antalet avbytare, bytessystemet, matchens speltid samt planens storlek avgör hur lång den reella speltiden för varje spelare blir. Därför vill vi att i Futsal för barn så vill vi att alla spelar 5 min var per halvlek innan dom byter. Detta ger en rättvis speltid samt att alla spelare ges möjlighet att spela även då man är trött.

Tänk på vad som är långsiktigt bra för era spelare och optimera inte endast matchens resultat.

### Bakgrund, resonemang och förtydligande till undantagen i Ungdoms- och Barnfutsal.

Yngre spelare har ännu inte hunnit utveckla full teknisk fulländning. Därför klarar man ännu inte av att spela den typ av futsal som äldre (*seniorer*) spelar och som är slutmålet för vår spelarutbildning. För att ändå kunna spela ett utvecklande och tekniskt spel så har vi infört en del regler och rekommendationer för att underlätta och skapa rätt förutsättningar. Mycket är hämtat från de nya nationella spelformerna för barn-ungdomar som är anpassade till barn och ungdomars utveckling och under införande i hela Sverige.

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

Spelsystemet beskriver lagets:

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

GFF rekommenderar följande spelsystem i Futsal:

- Barnfutsal rekommenderar vi "Spelsystem 1-2-1" både i anfall och försvar utifrån att det skall vara enkelt och att målvakten inkluderas.
- Ungdomsfutsal rekommenderar vi "Spelsystem 1-3-1" med trianglar i anfall och zonmarkering i försvar.
- Seniorfutsal rekommenderar vi "Spelsystem 4-0" med rotationssystem i anfall och man-man i försvar.

Gemensamt för alla spelsystem är strävan att vi skall hålla bollen efter marken och spela en offensiv, passningsinriktad, kreativ och teknisk fotboll.

## 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.

### Fair Play

I svensk barn- och ungdoms- fotboll och futsal ställer ledare, spelare och föräldrar upp bakom följande:

- ✓ Vi följer fotbollens och futsalens 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 (gemensamt vid mittlinjen)!
- ✓ Vi arbetar för att hålla fotbollen drogfri!
- ✓ Vi har god stil på och utanför planen!
- ✓ Nolltolerans gäller!

## Tipsruta!

Dela gärna ut detta häfte till samtliga ledare och föräldrar i berörd målgrupp för att öka kunskapen och därmed förståelsen för Futsalens betydelse och andemening