



Så spelar vi Futsal 2019-2020



Uppdaterad: 190529

Varmt, ombonat och alltid spelbart...

Små ytor - Många bollkontakter och hög aktivitet...

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

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

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

På samma sätt som för barn- och ungdomsfotboll utomhus så behöver spelformerna för Futsal anpassas utifrån spelarnas ålder och utvecklingsnivå. I Futsal har vi delat upp det i 5 st. olika spelformer:

- 6-8 år (födda 2013-2012): Futsal för barn – 3 mot 3 med sarg
- 8-10 år (födda 2011-2010): Futsal för barn – 4 mot 4 med sarg
- 10-12 år (födda 2009-2008): Futsal för barn – 4 mot 4 utan sarg
- 12-15 år (födda 2007-2005): Ungdomsfutsal
- 15-20 år (födda 2004-2000): Futsal

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

Futsal för barn

I **Futsal för barn** så spelar vi på tvären i en inomhushall. Regelverket liknar det som gäller som vid fotboll i samma åldrar dvs utgår från barnens utvecklingsnivå.

4 mot 4 utan sarg 10-12 år (födda 2009-2008)

I 4 mot 4 utan sarg utgår vi från regelverket för **Ungdomsfutsal** med följande undantag och förtydliganden:

- 3 utespelare och en målvakt per lag
- Planstorlek och mål. I 4 mot 4 utan sarg används med fördel handbollsmål och minihandbollslinjer. För förankring av målen finns speciella sugproppar som kan fästas runt målets ram och i golvet. Det går också bra att använda portabla mål eller, om andra alternativ saknas, minihandbollsmål. Planstorleken är 20*15m. Det går att spela 2 st 4 mot 4 matcher utan sarg samtidigt i en vanlig sporthall.
- **Retreat Line** markering vid mittlinjen.

4 mot 4 med sarg 8-10 år (födda 2011-2010)

I 4 mot 4 med sarg utgår vi från regelverket för 4 mot 4 utan sarg med följande undantag och förtydliganden:

- I 4 mot 4 med sarg används med fördel minihandbollsmål. Saknas det förankring för målen finns speciella sugproppar som kan fästas runt målets ram och i golvet. Det går också bra att använda portabla mål av storleken 2*1,5m. Planstorleken 20*12m. Det går att spela 3 st 4 mot 4 matcher med sarg samtidigt i en vanlig sporthall.
- Vid passning till målvakt så får målvakten ta upp bollen med händerna.
- Använd en dämpad boll storlek 2 (t.ex. Select Futsal Talento 11).
- Då bollen åkt över sargen startas spelet genom att driva eller passa efter marken.

3 mot 3 6-8 år (födda 2013-2012)

I 3 mot 3 utgår vi från regelverket för 4 mot 4 med sarg-med följande undantag och förtydliganden:

- 3 utespelare per lag. Observera att målvakter inte används i 3 mot 3.
- I 3 mot 3 används speciella 3 mot 3 mål (1*1,5m) eller innebandymål som även de ofta ingår i idrottshallens grundbestyckning.
- Planstorleken är 15*10m. Det går att spela maximalt 4 st 3 mot 3 matcher utan sarg samtidigt i en vanlig sporthall.

I Futsal för barn (3 mot 3 och 4 mot 4) spelar vi i sammandragsform med 2-4 matcher under en för- eller eftermiddag. Sammandrag erbjuds under perioden januari-mars samt ett extra i november för spelare 10-12 år (födda 2009-2008).

Spel med sarg

Sarg skall användas från 6-10 år (födda 2013-2010). I de flesta inomhushallar finns det tillgång till innebandysarg vilket underlättar rent praktiskt. En innebandysarg räcker till 3 st. 3 mot 3-planer (15*10m) eller 2 st 4 mot 4-planer (20*12m).

Speciella situationer som kan uppstå vid spel med sarg är:

- ✓ Om bollen skulle hamna ur spel startas spelet med att driva eller passa efter marken där bollen lämnade planen. Går bollen ut över kortsidan tillämpas samma förfarande dock med bollens placering som vid hörna eller inspark. Bollen skall alltid läggas en bit ut från sargen så att det är möjligt att obehindrat komma åt den.
- ✓ Spelarna får inte hålla sig i sargen. Påföljden är frispark.
- ✓ Om bollen under en längre tid låses fast, mot sargen 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.

I bilden nedan ser ni ett upplägg med en plan av varje sort i en sporthall 40*20m. Längst till vänster är 4 mot 4 planen med sarg (20*12m), i mitten en 3 mot 3 plan med sarg (15*10m) och längst till höger en 4 mot 4 plan utan sarg (20*15m).



I denna bild återfinns ett annat upplägg med en 3 st 3 mot 3 planer med sarg.



Övrigt (som är viktigt att veta...)

Speltid

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 avbytare, bytessystemet, matchens speltid samt planens storlek och omgivning (sarg) avgör hur lång den reella speltiden för varje spelare blir. Speltidsgaranti, d.v.s. den minsta tid som en kallad spelare skall spela, tillämpas.

I all Futsal för barn och ungdomar (dvs 6-20 år) används löpande tid.

I Futsal för barn samt i Ungdomsfutsal så har vi minst 3 perioder. Det ger möjlighet att prata med sina spelare samt genomföra byten i pauserna. För de äldre så spelas Futsal i två halvlek. Men då finns det möjlighet till en timeout per halvlek.

Avbytare och byten

Byten sker antingen i paus eller löpande. I Futsal för barn dvs upp till 12 år så gäller byten i paus eller efter 5 min. Detta ger rättvis speltid samt att alla spelare ges möjlighet att spela även då man är trött.

Vid löpande byten så är man två spelare som delar på en position. Att spela med löpande byten gör att spelaren byter när denna är trött. Ju högre tempo desto snabbare byten. Löpande byten gör att det är svårare att säkerställa likvärdig speltid men ger chansen att spela i ett högre tempo. I tabellen nedan framgår rekommendationen avseende bytesmetod.

Domare

Föreningsdomare används för åldrarna 6-12 år (födda 2013-2007) och kan med fördel döma två och två. Alla

Föreningsdomare skall ha genomgått en Föreningsdomarutbildning i Futsal.

Distriktsdomare används från 13 år (födda 2006) och uppåt. I

Ungdomsfutsal 13-15 år skall endast en Distriktsdomare

användas. Från 15 år (födda 2004) och uppåt (Futsal)

rekommenderas tvådomarsystemet även om det fortfarande är ok att använda en.

Domarersättningen för 2019/2020 är enligt följande
(Resersättning tillkommer):

Domararvode				
Ålder	2019-2020	Spelform	Speltid (min)	Arvode
13-15 år	Födda 2006-2005	Ungdomsfutsal	3*15 löpande	290 kr
15-17 år	Födda 2004-2003	Futsal	2*20 löpande	320 kr
17-20 år	Födda 2002-2000	Futsal	2*20 löpande	460 kr

Underlag

Det vanligaste underlaget för Futsal är sport- eller parkettgolv inomhus. Dock är det tillåtet att även använda konstgräs.

För en komplett sammanställning av speltid, rekommenderat antal avbytare, bytesform, etc. se tabell nedan.

Spelformer Futsal														
Ålder	Född	Spelform// Planstorlek	Bollstorlek	Speltid (min)	Rek antal spelare	Reell speltid/ spelare (min)	Min speltid/ spelare (min)	Max speltid/ spelare (min)	Bokad halvtid (min)	Antal matcher/ samman-drag	Bytesform	Time-out	Antal domare	Sekretariat
6-8år	2013- 2012	3 mot 3 15*10m	2	4*3	6	24	24	48	80	4	Byt 3 spelare i paus	Nej	1F	Nej
8-10år	2011- 2010	4 mot 4 med sarg 20*12m	2	3*10	6	40	40	60	90	2	Byt 2 spelare i varje paus eller var 5 min	Nej	1F	Nej
			2	3*5	6	40	40	60	100	4	Byt 2 spelare i varje paus.	Nej	1F	Nej
10-12år	2009- 2008	4 mot 4 utan sarg 20*15m	3	3*10	6	40	40	60	90	2	Byt 2 spelare i varje paus eller var 5 min	Nej	1F	Nej
			3	3*5	6	40	40	60	100	4	Byt 2 spelare i varje paus.	Nej	1F	Nej
12-15år	2007- 2005	U-futsal 30-40* 15-20m	3	3*15	9	25	20	45	60	1	Byt i par - löpande	Nej	12-13år: 1-2F 13-15år: 1D	Nej
15-20år	2004- 2000	Futsal 38-42* 18-20m	4	2*20	9	20	20	40	60	1	Byt i par - löpande	Ja	1-2D	Nej
Futsalsäsongen definieras som 1/7-30/6. Ny spelform startar 1/7 (per Futsalsäsong). F=Föreningsdomare, D=Distriktsdomare														

Dispens överårig spelare

Med överårig spelare menas spelare som är max ett år äldre.

Det är tillåtet att använda två stycken överåriga spelare, varav en får vara på planen. Dispenserna är generella d.v.s. är inte personliga och man behöver inte ansöka om dessa.

Se även **Matchguide** nedan.

Underåriga spelare

För motverka åldersinflation i seriesystemet och ge unga spelare chansen att utvecklas i lugn och ro i rätt spelform med spelare på samma eller liknande fysiska nivå så finns en begränsning i antalet underåriga spelare som får användas per match. Antal medverkande underåriga utgår från rekommenderat antal spelare kallad till match och är satt till maximalt:

- 3 mot 3 - 6-8 år (födda 2013-2012): 3
- 4 mot 4 - 8-12 år (födda 2011-2008): 3
- 5 mot 5 - 12 år- (födda 2007-): 4

Cupsanktion

För att arrangera en Futsalcup skall man söka sanktion hos sitt distriktsförbund. Prövning sker då mot Futsalens spelformer och regler i detta häfte.

Obligatorisk kriterier för en Futsalcup är bl.a:

- Dämpad boll
- Rätt spelform
- Rätt målstorlek
- Rätt storlek på spelplanen
- Rätt antal spelare på planen

De tillståndsbestämmelser som finns för motsvarande åldrar utomhus, med avseende på reglerna för vinnare och slutspel

samt resultatrapportering och tabeller, priser etc. skall också vara uppfyllda.

Ang. speltider är rekommendationen att man strävar efter att den totala speltiden under en cupdag inte blir för kort. Vi rekommenderar därför att varje lag får minst 3 matcher eller 30 minuters speltid per cupdag.

Matchguide

För att göra matchen till den fotbollsfest som den bör vara, finns det en del saker man bör tänka:

Dagar innan match:

- Prata med andra lagets ledare om styrkan på era lag så att förutsättningar för en jämn och utvecklande match uppnås. Som ledare kan du påverka ditt lags slagstyrka på många olika sätt. Tänk speciellt på hur du använder:
 - Anmälningnivån på serien
 - Spelare från 1:a och 2:a lag
 - Dispenser: Över- och underåriga spelare
 - Positioner – vana och ovana
 - Avbytare och byten
 - Spelsystem, arbetssätt och principer
- Kontakta även domaren och gå igenom förutsättningarna för matchen.

Innan matchen:

- Hälsa på spelare, ledare och domare!
- Gå återigen igenom förutsättningarna för matchen.
- Ledare och spelare står på ena långsidan, föräldrar och publik på andra.
- Hemmalaget ansvarar för att planen följer angivna regler för den aktuella spelformen. Säkerställ speciellt att mål som inte används finns på behörigt avstånd från spelplanen så att ingen spelare kommer till skada.

- Ledarna och spelare är enhetligt klädd i föreningens färger.

Under matchen:

- Fair Play och Nolltolerans gäller!
- Respektera domarens och spelarnas prestationer.
- Vilka instruktionsmetoder ger en trevlig atmosfär på planen och är effektivast för utveckling och lärande?

Efter matchen

- Lagen och domaren tackar varandra för god match!
- Utvärdera och diskutera gärna matchen i efterhand utifrån att ta tillvara på erfarenheter och öka lärandet.
- Tänk på hur ni skriver eventuella matchreferat på era hemsidor. Det är fler än era egna spelare och föräldrar som läser dessa.
- Avvikelser från matchguiden rapporteras till GFF.

Allt detta och lite till hittar du i den **Matchguide** som Göteborgs Fotbollförbund tagit fram för att förbättra förutsättningarna runt vårt matchspel.

Del 3 – Allmänt om Barn- och ungdomsfotboll/futsal

Svensk barn- och ungdomsfotboll

Fotbollens Spela, Lek och Lär (FSL) är Svenska Fotbollförbundets tolkning av "Idrotten Vill". FSL 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



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 – så även för Futsal.

- I 3 mot 3 (matrisen - Nivå 1) finns inget spelsystem.
- I 4 mot 4 (matrisen - Nivå 2) rekommenderar vi "Spelsystem 1-2-1" både i anfall och försvar utifrån att det skall vara enkelt och att målvakten inkluderas.
- I matrisen - Nivå 3 rekommenderar vi "Spelsystem 1-3-1" med trianglar i anfall och zonmarkering i försvar.
- Slutligen i matrisens Nivå 4 rekommenderas "Spelsystem 4-0" med rotationssystem i anfall och man-man i försvar.

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



Nolltolerans i Göteborgsfutsal

Attityder och samspel

Sedan många år tillbaka driver Göteborgs Fotbollförbund ett arbete som vi kallar nolltolerans och som syftar till att skapa en bättre stämning på och vid sidan av fotbollsplanen och där vi internt i fotbollen visar respekt och aktning för varandra vare sig vi är supporters, spelare, ledare, domare eller föräldrar. Utöver de åtgärder i nolltoleransen som presenteras här så innehåller nolltoleransen även ett dolt budskap som omfattar vanligt vänligt bemötande och medmänsklighet.

Så här uppträder vi vid match

Före match

- Det är hemmalaget som ansvarar för att domaren känner sig välkommen till matchen. Domaren ska vara på plats i god tid innan match.
- I all distriktsfotboll ska lagen och ledarna hälsa på varandra och på domaren innan match.
- Vid match ska lagens ledare och avbytare befinna sig på ena långsidan och publiken på motsatt sida. Ni som ledare ansvarar för att er publik befinner sig på rätt sida.

Under match

- Du som ledare ansvarar för dina spelares uppförande på och utanför plan. Var är ditt fokus och hur påverkar det dina spelare? Koncentrera dig på ditt lag och slösa inte tid på vare sig domare eller motståndare. Tänk på vilket språkbruk du använder!
- Respektive lag ansvarar för sin publik och riskerar både straffavgift och poängavdrag om publiken missköter sig.

Efter match

- Lagen tackar varandra och domaren efter matchen.
- Man ser till att det är rent och snyggt i och kring spelarbåsen och att man gjort en grovstädning i omklädningsrummet. Använd papperskorgarna. En bra tumregel kan vara att det ska vara lite snyggare när man lämnar planen än det var när man kom dit. En bra ledare tar ansvar för detta.

Domartolkning

Erinran:

Vid svordomar uttalade i positiv bemärkelse, ("djävla bra passning Kalle", eller "fan va snyggt skott Olle") kan det räcka med en erinran.

Varning:

Svordomar (ex. "fan och djävlar") i negativ bemärkelse som ropas ut högt så att många hör det. Från och med 13 år och upp till 15 år används korttidsutvisningar.

Grov utvisning:

Vid alla typer av hot (ex. "jag skall döda dig") eller könsord såsom "hora", "bög" eller liknande under match

Visste Du att...

- Både ledare och spelare kan avvisas resp. få grova utvisningar i samband med match.
- En domare skall bryta en match om ledare, spelare eller publik hotar eller angriper domaren fysiskt eller psykiskt i samband med match.
- Om en förening har problem med dåligt uppträdande kring matcher av antingen ledare, spelare eller publik, kan Tävlingskommittén besluta om 3 domarsystem och matchobservatör både på hemma och bortamatcher. Denna merkostnad debiteras föreningen.
- Föreningens ordförande och lagets ledare/spelare kan av Göteborgs Fotbollförbund bli kallade till möte gällande sitt lags dåliga uppträdande.
- Om ett lag upprepat missköter sig är den yttersta åtgärden uteslutning från serien.