

Klubbdomarutbildning

Piteå domarklubb

3 mot 3 (6-7 år)

5 mot 5 (8-9 år)

7 mot 7 (10-12 år)

9 mot 9 (13-14 år)

11 mot 11 (från 15 år)



Innan match

- 30 minuter före
- Rätt utrustning (pipa, kort, klocka)
- Neutrala kläder
- Hälsa på ledarna från båda lagen, dubbelkolla speltiden
- Inspektera planen och värm upp
- Kontrollera bollen
- 3 minuter innan match, hälsa på lagkaptenerna och singla slant

Spelare och byten

Flygande byten gäller i samtliga ungdomsserier i Norrbotten. Det innebär att lagen får byta hur många gånger de vill under matchen utan att spelet behöver stoppas. Bytena ska ske i närheten av bänkarna, och spelaren som ska bytas ut ska kliva av planen innan den som ska bytas in får kliva på.

Båda lagens bänkar ska vara på samma sida.

Spelarnas utrustning

Tröja, byxor, strumpor, benskydd och skor är obligatorisk utrustning.

Kontrollera att lagen inte spelar i samma tröjfärg. Kontrollera även målvakternas tröjor. Blodiga kläder är inte tillåtet och man får heller inte spela om man blöder.

Smycken är inte tillåtet. Prata med ledarna och be dem att säga till sina spelare att ta bort sina eventuella smycken. Att tejpa över smycken är inte tillåtet. Så kallade "snodds" (buffar) är inte heller tillåtna.

Domarens uppgifter

- Tillämpa spelreglerna
- Bestraffa ojuste spel och olämpligt uppträdande
- Stoppa spelet vid skada
- Stoppa och starta spelet
- Avbryta matchen om speciella förhållande föreligger, tex åska eller hot.

Speltiden

- Kontrollera med ledarna vilken speltid som gäller
- Använd alltid ett digitalt tidtagarur
- Stoppa bara tiden vid allvarlig skada

Spelets start och återupptagande

Avspark – Spelare på egen planhalva, får spelas bakåt direkt, mål får göras direkt.

Nedsläpp – den plats där bollen befann sig. Släpp bollen från höfthöjd, ska ta i marken innan den får spelas. Används t.ex. vid avblåsning för skada.

Ojuste spel och olämpligt uppträdande

Direkt frispark (eller straff)

- Sparkar eller försöker sparka en motståndare (U)
- Fäller eller försöker fälla en motståndare
- Hoppar mot en motståndare
- Slår eller försöker slå en motspelare (U)
- Knuffar
- Glidacklar och träffar motspelaren före bollen
- Håller fast motståndaren (V)
- Spottar mot någon (U)
- Hands

Varning (gult kort) korttidsutvisning 5 eller 10 minuter

- Olämpligt uppträdande
- Filmar
- Protesterar med ord eller gester
- Upprepade regelbrott
- Fördröjer spelets återupptagande (maskar)
- Ställer sig framför bollen vid frispark eller inte intar korrekt avstånd
- Vårdslös glidackling
- Håller fast en motspelare

Utvisning (rött kort)

- Allvarligt otillåtet spel (slag, sparkar, våldsamma tacklingar)
- Våldsamt obehärskat uppträdande (ej i samband med spel)
- Spottar
- Målchansutvisning (gäller ej 3 mot 3, 5 mot 5 och 7 mot 7)
- Stötande, förolämpande språk och gester
- Två varningar

Inkast (ej 3 mot 3 och 5 mot 5)

- Båda händerna ska vara bakom huvudet och båda fötterna ska vara i marken.
- Inkastet ska utföras från den plats där bollen gick ut. Hjälpt spelarna med vart det är.
- Motståndarna ska vara 2 meter från spelaren som utför inkastet.
- Spelaren måste göra om kastet ifall det blev fel.

Offside

Det är inte ett regelbrott att vara i offsideposition.

En spelare är offside om:

- någon del av huvudet, kroppen eller fötterna (ej händer och armar) är på motståndarlagets planhalva och
- någon del av dessa ovanstående är närmare motståndarlagets mållinje än både bollen och den näst sista motspelaren.

Om en spelare är offside eller inte beror på var spelaren är i det ögonblick bollen spelas av en medspelare. Att vara offside är bara ett regelbrott om spelaren deltar aktivt i spelet genom att:

- Ingripa i spelet
- Störa en motspelare
- Vinna en fördel (t.ex. retur från mv eller ribba/stolpe)

Ej bestraffningsbar offside när spelaren får bollen från:

- Inkast
- Inspark
- Hörnspark

Vid bestraffningsbar offside tilldöms motståndarlaget en indirekt frispark.

Assisterande Domare (AD)

- Ska vara en hjälp till domaren.
- Ska följa näst sista försvarare.
- Alltid ha blicken in mot planen, fastna inte med blicken på spelet.
- Sidoförflyttningar längs sidlinjen kombinerat med snabb sprint.
- Vid ingripande (visande av tecken) stå stilla.
- Flaggan är en förlängning av armen och ska vara rak.
- Flaggan ska hållas i den hand som har riktning in mot planen.
- Ögonkontakt med domaren är väldigt viktigt.
-

Goda råd och tips

- Uppmuntra till att ha roligt på planen. Om du är glad smittar det av sig.
- **Rör på dig** – se till att vara nära spelet utan att vara i vägen.
- Var **bestämd** och **tydlig** när du blåser i pipan och visar tecken.
- Läs gärna på regler och det här häftet.
- Ta hjälp av varandra, dm två och två.
- Se på mycket fotboll och titta hur domarna gör.

3 mot 3

Förutsättningar



Storlek planyta

15 x 10 m med sarg/nät.
15 x 12 m utan sarg/nät.



Storlek mål

Max 1,6 x 1,15 m.



Storlek boll

3.



Utrustning spelare

Tröja, byxor och strumpor
Skor och benskydd.



Antal spelare

3 spelare per lag på planen
(ingen målvakt).



Byten

Fria byten.



Speltid

Speltid 4 x 3 minuter.

Rekommendationer

15 x 10 m med sarg/nät.
Finns inte sarg/nät kan föräldrar/åskådare agera "levande" nät runt planen.

1,5 x 1 m.

Boll av god kvalite pumpad med lämpligt lufttryck.

Enhetliga matchkläder.

Max 3 avbytare per lag.

Byten i paus.

Lika speltid för alla (speltidsgaranti)
Spelas i sammandrag (2-4 matcher).

Regler



Gula och röda kort tillämpas ej.
Vid olämpligt uppträdande får spelaren byta med en annan spelare

Straff eller straffområde tillämpas ej. Vid frispark startas spelet genom att driva eller passa bollen efter marken. Frispark får ej skjutas direkt i mål.

Inkast tillämpas ej. Spelet startas där bollen passerade sidlinjen på samma sätt som vid frispark.

Hörna startas från hörnet där lång- och kortlinje möts genom att driva eller passa bollen efter marken. Mål får ej göras direkt från hörnspark.

Vid underläge med fyra mål eller mer får laget som ligger under spela med 4 spelare tills ställningen är lika.

Rekommendationer

Beroende på vad som har skett kan det vara bra att spelaren får lugna ner sig innan denne byts in igen.

Spela med 4 spelare.

5 mot 5

Förutsättningar	Rekommendationer
 Storlek planyta 30 x 15 m med sarg/nät. 30 x 20 m utan sarg/nät.	30 x 15 m med sarg/nät
 Storlek mål Max 3 x 1,5 m.	3 x 1,5 m.
 Storlek boll 3.	Boll av god kvalitet pumpad med lämpligt lufttryck.
 Utrustning spelare Tröja, byxor och strumpor Skor och benskydd.	Enhetliga matchkläder.
 Antal spelare 4 utespelare och 1 målvakt per lag på planen.	Max 2 avbytare per lag.
 Byten Fria byten.	Byten i paus.
 Speltid 3 x 10 minuter, sammandrag. 3 x 15 minuter, enskild match.	Lika speltid för alla (speltidsgaranti) Spela i sammandrag (2-4 matcher).

Retreat line

Vid inspark/målvaktsutkast sätts spelet igång genom att målvakten rullar ut bollen. När målvakten har bollen under kontroll i sina händer backar motståndarna till sin egen planhalva. Mittlinjen fungerar då som en så kallad "retreat line". SvFF rekommenderar att man inte sparkar/kastar över mittlinjen som första passning.



Regler	Rekommendationer
 Gula och röda kort tillämpas ej. Vid olämpligt uppträdande får spelaren byta med en annan spelare.	Beroende på vad som har skett kan det vara bra att spelaren får lugna ner sig innan denne byts in igen.
Straff eller straffområde tillämpas ej. Vid frispark startas spelet genom att passa bollen efter marken. Frispark får ej skjutas direkt i mål.	
Inkast tillämpas ej. Spelet startas där bollen passerade sidlinjen på samma sätt som vid frispark.	
Hörna startas från hörnet där lång- och kortlinje möts genom att passa bollen efter marken. Mål får ej göras direkt från hörnspark.	
Vid underläge med fyra mål eller mer får laget som ligger under spela med 6 spelare tills ställningen är lika.	Spela med 6 spelare.

7 mot 7

Förutsättningar



Storlek planyta liten 7 mot 7

50 x 30 m, straffområde 20 x 10 m

*Retreat line, mitt emellan straffområdeslinjen och mittlinje.

Storlek planyta stor 7 mot 7

55 x 35 m, straffområde 20 x 10 m

*Retreat line, se liten 7 mot 7.



Storlek mål

Max 5 x 2 m.



Storlek boll

4.



Utrustning spelare

Tröja, byxor och strumpor

Skor och benskydd.



Antal spelare

6 utspelare och 1 målvakt per lag på planen.



Byten

Fria byten.



Speltid

3 x 20 minuter.

Rekommendationer

Utgå från 11-mannaplanens befintliga linjering. (Vilket kan ge något avvikande mått från beskrivna storlekar.)

5 x 2 m

Boll av god kvalite pumpad med lämpligt lufttryck.

Enhetliga matchkläder.

Max 2 avbytare per lag.

Byten i paus.

Lika speltid för alla (speltidsgaranti)

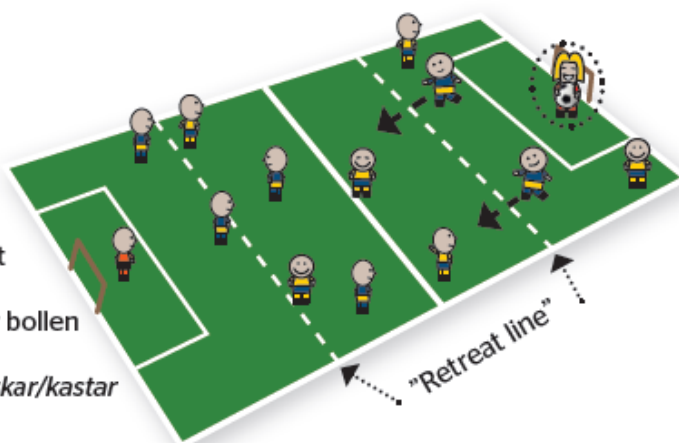
Retreat line

Vid inspark/målvaktsutkast startas spelet genom att bollen kastas/rullas från valfri plats inom straffområdet av målvakten. Bollen är i spel när den är utanför straffområdet.

Motspelarna måste vara bakom Retreat line tills bollen är i spel.

Detta gäller även när målvakten fångar bollen i spel.

SvFF rekommenderar att man inte sparkar/kastar över mittlinjen som första passning.



Regler



En utvisad spelare får i 7 mot 7 ersättas av en annan spelare.

Vid underläge med fyra mål eller mer får laget som ligger under spela med 8 spelare tills ställningen är lika.

Rekommendationer

Ersätt den utvisade spelaren med en annan spelare.

Spela med 8 spelare.

9 mot 9

Förutsättningar



Storlek planyta liten 9 mot 9

65 x 50 meter, straffområde 25 x 12 m

*Retreat line (mitt emellan straffområde och mittlinje)

Storlek planyta stor 9 mot 9

72 x 55 meter, straffområde 25 x 12 m

*Retreat line, se liten 9 mot 9.



Storlek mål liten 9 mot 9

7,32-5,0 x 2,2-2,0 m

Storlek mål stor 9 mot 9

7,32-6,0 x 2,44-2,2



Storlek boll liten 9 mot 9

4.

Storlek boll stor 9 mot 9

5.



Utrustning spelare

Tröja, byxor och strumpor

Skor och benskydd.



Antal spelare

8 utspelare och 1 målvakt per lag på planen.



Byten

Fria byten.



Speltid

3 x 25 minuter.

Rekommendationer

Utgå från 11-mannaplanens befintliga linjering. (Vilket kan ge något avvikande mått från beskrivna storlekar.)

Liten 9 mot 9

använd 5 x 2 m (7 mot 7).

Stor 9 mot 9

använd 7.32 x 2.44 m (11 mot 11).

Boll av god kvalite pumpad med lämpligt lufttryck.

Enhetliga matchkläder.

Max 3 avbytare per lag.

Byten i paus.

Minst 50 min speltid för alla spelare.

Retreat line

Vid inspark måste bollen ligga stilla och sparkas från någon plats inom målområdet av en spelare från det laget som ska starta spelet. Bollen är i spel när den är utanför straffområdet. Motspelarna måste stanna bakom Retreat line tills bollen är i spel.

Detta gäller inte när målvakten fångar bollen i spel.



Regler





Offside

Spelare som befinner sig närmare motståndarnas mållinje än både bollen och den näst sista motspelaren när bollen spelas befinner sig i offside position.

Detta gäller endast spelare som är aktiva i spelet och har passerat retreat line på motståndarlagets planhalva.

11mot 11

Förutsättningar	Rekommendationer
 <p>Storlek planyta 105 x 65 meter Straffområde 40 x 16 m</p>	105 x 65 m
 <p>Storlek mål 7,32 x 2,44 m</p>	7,32 x 2,44 m
 <p>Storlek boll 5.</p>	Boll av god kvalite pumpad med lämpligt lufttryck.
 <p>Urustning spelare Tröja, byxor och strumpor Skor och benskydd.</p>	Enhetliga matchkläder.
 <p>Antal spelare 10 utespelare och 1 målvakt per lag på planen.</p>	Max 3 avbytare per lag.
 <p>Byten Fria byten.</p>	Byten i paus.
 <p>Speltid 15 år 2 x 40 minuter. Speltid 16 år och uppåt 2 x 45 minuter.</p>	Speltid 15 år: Minst 40 min speltid för alla spelare. Speltid 16 och uppåt: Minst 45 min speltid för alla spelare.