



BARNEFOTBALL- BESTEMMELSER

REGLER OG VEILEDNINGER
FOR KAMPER I ALDERSGRUPPEN 6–12 ÅR



Gjelder fra 1.1.2020

Forord til barnefotballbestemmelsene

I tråd med spillereglene som er fastsatt av International Football Association board (IFAb), har Norges Fotballforbund (NFF) fastsatt nye bestemmelser til bruk i alle fotballkamper som

- omfatter aldersgruppen 12 år eller yngre
- faller inn under spillformene treer-, femmer-, sjuer- eller ni'erfotball
- spilles på grus, gress, kunstgress eller en hybridløsning mellom gress og kunstgress

Ved kamper som spilles innendørs på annet underlag enn det som er nevnt ovenfor, skal reglene for futsal anvendes.

Utfyllende bestemmelser eller behov for tolkning

bestemmelsene for barnefotball utledes fra de vanlige spillereglene. bestemmelsene er et forenklet regelsett som skal legge til rette for en gradvis progresjon i spill og ferdigheter, og de skal fremme fotballglede. Ved motstrid eller der det er behov for utfyllende bestemmelser eller tolkninger, henvises det til de overordnede spillereglene.

Endringer

De viktigste endringene i regelverket er **markert med gult.**

Alle bilder: Sjur Stølen / NFF

Innhold

Oversikt over spillformer i barnefotball	4
Regel 1: SPILLEBANEN.....	5
Regel 2: bALLEN	8
Regel 3: SPILLERNE.....	9
Regel 4: SPILLERNES UTSTYR	13
Regel 5: DOMMEREN.....	15
Regel 6: DE ANDRE I DOMMERTEAMET OG LINJEVAKTENE	22
Regel 7: KAMPENS VARIGHET	23
Regel 8: SPILLET'S BEGYNNELSE OG GJENOPPTAKELSE AV SPILLET.....	25
Regel 9: bALLEN I OG UTE AV SPILL	27
Regel 10: RESULTATET AV EN KAMP.....	28
Regel 11: OFFSIDE	29
Regel 12: FEIL OG OVERTREDELSER	33
Regel 13: FRISPARK.....	36
Regel 14: STRAFFESPARK	38
Regel 15: INNKAST.....	40
Regel 16: MÅLSPARK	42
Regel 17: HJØRNESPARK	44
banestørrelser.....	46
Om 3 mot 3-fotball	49
Om 5 mot 5-fotball	51
Om 7 mot 7-fotball	52
Om 9 mot 9-fotball.....	53
Om Fair play-møte i barnefotball (6–12 år)	54
trenerrett	55
Om dommerens rolle i barnefotball.....	56
Notater.....	57

Oversikt overspillformer i barnefotball

Alder	6–7 år	8–9 år	10–11 år	12 år
Spillform (obligatorisk)	3 mot 3	5 mot 5	7 mot 7	9 mot 9
Spillform (tilbud)			5 mot 5	5 mot 5 7 mot 7
banestørrelse (bredde x lengde)	10 x 15 m	20 x 30 m	30 x 50 m	40–50 x 58–64 m
ballstørrelse	«3» eller lettvektball (290 g) «4»	«3» eller lettvektball (290 g) «4»	4	4
Straffesparkfelt	–	15 x 6 m	21 x 8 m	21 x 8 m
Mål (bredde x høyde)	1,2–1,5 x 0,75–1 (minimål)	3 x 2 m	5 x 2 m	5 x 2 m
Offside	Nei	Nei	Nei	Ja
Spilletid	2 x 20 min	2 x 25 min	2 x 30 min	2 x 35 min
Straffespark	Nei	Ja – 6 m	Ja – 8 m	Ja – 8 m
Anbefalt minimum spillertropp	5	7	9	11
Seriespill	Nei	Ja	Ja	Ja
Umiddelbar soning (gult kort)	Nei	Nei	Nei	Nei
Pressfri sone	Nei	Ja	Ja	Nei
Ekstra spiller	Ja	Ja	Ja	Nei
Kamprapport	Nei	Nei	Nei	Frivillig
Minimumskompetanse dommer	Klubbdommer/ frivillig	Klubbdommer/ frivillig	Klubbdommer/ frivillig	Klubbdommer/ frivillig

REGEL 1: SPILLEBANEN

1. Overflaten på spillebanen

Overflaten på en spillebane skal bestå av enten, grus, naturgress, kunstgress eller en hybridløsning mellom naturgress og kunstgress. Fargen på kunstgresset skal være grønn.

2. Merking av spillebanen

En spillebane skal være rektangulær, og den skal være merket med heltrukne linjer. En linje tilhører alltid det området den avgreanser.

De to lange grenselinjene kalles *sidelinjer*. De to korte grenselinjene kalles *mållinjer*.

Sidelinjene skal alltid være lengre enn mållinjen. banen skal deles i to like halvdeler av en *midtlinje*. Midt på denne linjen markeres spillebanens *midtpunkt*.

Alle linjer skal ha samme bredde og ikke være bredere enn 12 cm.

På kunstgress er det tillatt med flere oppmerkinger så lenge det benyttes en annen farge, som skiller seg klart ut. Ingen andre linjer enn de som er fastsatt i regel 1, skal benyttes til å merke en fotballbane.

3. Størrelsen på spillebanen

TREERFOTBALL

- 10 m (bredde) x 15 m (lengde)
- kamper kan spilles med vant (inngjerding)

FEMMERFOTBALL

- 20 m (bredde) x 30 m (lengde)
- pressfri sone til midtstreken

SJUERFOTBALL

- 30 m (bredde) x 50 m (lengde)
- pressfri sone til midt på egen banehalvdel

NIERFOTBALL

50–40 m (bredde) x 64–58 m (lengde) (tilsvarende på tvers av en elleverbane)

4. Straffesparkfeltet

I **treerfotball** spilles det uten straffesparkfelt.

I **femmer-**, **sjuer-** og **nierfotball** for barn er målfeltet og straffesparkfeltet slått sammen til ett felt. Dette feltet kalles *straffesparkfeltet*. Straffesparkfeltet markeres ved at to linjermåles og merkes vinkelrett ut fra mållinjen, fra innsiden av hver målstolpe. Disse linjene forbindes med en linje parallelt med mållinjen. Avstanden mellom denne linjen og mållinjen avhenger av spillformen.

Straffesparkfeltene skal ha denne størrelsen:

- **Femmerfotball:** 15 m (bredde) x 6 m (lengde)
- **Sjuerfotball:** 21 m (bredde) x 8 m (lengde)
- **Nierfotball:** 21 m (bredde) x 8 m (lengde)

Straffesparkmerket er midt foran målet.

5. Hjørneflagg og midtlinjeflagg

I hvert hjørne kan det plasseres en *hjørnestolpe* med et *hjørneflagg*, til sammen minst 1,5 m høyt. toppen av hjørnestolpen med flagg må ikke være spiss eller på annen utgjøre en fare.

6. Teknisk område

Området rundt innbytterboksene eller-benkene for trenere, ledere og reserver på en kamparena defineres som «det tekniske området». Det tekniske området strekker seg én meter ut tilsiden fra innbytterboksene/-benkene og ikke nærmere enn én meter fra sidelinjen.

De personene som kan oppholde seg i dette området, skal

- opptre på en aktsom og ansvarlig måte
- forbli i dette området så lenge kampen varer, unntatt når dommeren gir lagledelsen tillatelse til å komme inn på spillebanen

Kun én person om gangen kan gi taktiske instruksjoner fra det tekniske området. Tilskuere og andre personer skal ikke oppholde seg i dette området.

7. Mål

Et mål plasseres på midten av hver mållinje. Avstanden mellom innsiden av målstolpene og avstanden fra underkanten av tverrliggeren til bakken er avhengig av spillformen.

- **Treerfotball:** 1,5–1,2 m (bredde) x 1–0,75 m (høyde) (minimål)
- **Femmerfotball:** 3 m (bredde) x 2 m (høyde)
- **Sjuer- og nierfotball:** 5 m (bredde) x 2 m (høyde)

Alle stenger skal ha samme bredde og dybde, som ikke overstiger 12 cm. Femmermål og større (også transportable mål) skal være forsvarlig forankret til bakken.

REGEL 2: bALLEN

1. Grunnleggende egenskaper og mål

Alle baller skal være runde og laget av godkjent materiale.

Det benyttes følgende størrelser på ballene:

- **Treerfotball:**
 - ballstørrelse nr.3 eller lettvekt (290g) ballstørrelse nr. 4
- **Femmerfotball:**
 - 9 år og yngre – ballstørrelse nr.3 eller lettvekt (290g) ballstørrelse nr. 4
 - 10 åringer – ballstørrelse nr. 4
- **Sjuer- og nierfotball:** – ballstørrelse nr. 4

2. Bytte av defekt ball

Hvis ballen punkterer eller på annen måte blir defekt under kampen

- stanses spillet
- dropper dommeren den nye ballen der den ødelagte ballen var da spillet ble stanset

Hvis ballen punkterer eller på annen måte blir defekt før den ersatt i spill ved et avspark, målspark, hjørnespark, frispark, straffespark eller innkast, skal ballen byttes og spillet gjenopptas på samme måte.

Hvis ballen går i stykker eller blir ubrukelig ved straffespark når ballen beveger seg framover, men før den er berørt av en annen spiller eller av tverrligger/målstolper, skal straffesparket tas på nytt.

Under kampen kan ballen kun skiftes etter at dommeren har gitt tillatelse.

3. Hvem stiller med ball, og ekstra antall baller

Hjemmelaget stiller med ball som kan brukes under kampen, og ekstra reserveballer skal være tilgjengelige.

REGEL 3: SPILLERNE

1. Antall spillere

Enkampspilles mellom to lag, og hvert lag kan ikke ha mer enn et bestemt antall spillere.

- **Treerfotball:** tre spillere på hvert lag (ingen målvakt i treerfotball)
- **Femmerfotball:** fem spillere på hvert lag (inkludert målvakt)
- **Sjuerfotball:** sju spillere på hvert lag (inkludert målvakt)
- **Nierfotball:** ni spillere på hvert lag (inkludert målvakt)

Alle kamper i barnefotball skal begynne med likt antall spillere på hvert lag. Mangler ett eller begge lag spillere, brukes spillformen på nivået under.

En kamp kan ikke starte eller fortsette hvis et lag består av færre spillere enn dette:

- **Treerfotball:** to spillere på laget
- **Femmerfotball:** tre spillere på laget (inkludert målvakt)
- **Sjuerfotball:** fem spillere på laget (inkludert målvakt)
- **Nierfotball:** sju spillere på laget (inkludert målvakt)

Hvis et lag består av færre enn det fastsatte minimumsantallet, fordi én eller flere spillere bevisst eller etter laglederens instruksjon har forlatt spillebanen, skal spillet ikke avbrytes, og fordelingen på grunn av overtallet skal tillates. Når spillet er stoppet, kan kampen ikke settes i gang igjen dersom det ene laget har færre enn det fastsatte minimumsantallet spillere.

2. Antall reserver, innbytter og innbytteprosedyre

NFF anbefaler i alle spillformene at *minimumsantallet* reserver ikke er mindre enn to, og fastsetter at *maksimumsantallet* på reserver ikke kan overstige sju personer.

I barnefotballen benyttes flygende innbytte, med unntak for målvakten, som kun kan byttes ved stans i spillet. Spillerbytte skal skje ved midtlinjen.

Laglederens skal påse at en innbytter kun kommer inn på banen etter at spilleren som skal byttes ut, har forlatt banen. En innbytter som har kommet lovlig inn på spillebanen, kan gjenoppta spillet.

Alle spillere og reserver er underlagt dommerens myndighet, enten de blir benyttet eller ikke.

3. Bytte av målvakt

Enhver annen spiller kan bytte plass med målvakten dersom dommeren er underrettet før skiftet finner sted, og skiftet skjer under stans i spillet.

4. Ekstra spiller i treer-, femmer- eller sjuerfotball

Når differansen i en kamp blir fire mål, kan det laget som ligger under, sette inn en ekstra utespiller. Dersom differansen reduseres til tre mål, går man tilbake til like mange spillere. Det kan ikke settes inn mer enn én ekstra spiller, selv om differansen blir mer enn fire mål.

5. Sanksjoner ved brudd på regelen

- Spillet fortsetter.
- Ved første stans i spillet skal dommeren forklare regelbruddet for de to involverte spillerne.
- Ved gjentakelse tildeles motstanderlaget frispark fra midtlinjen.

6. Ulovlig inntreden av andre som forstyrrer spillet

Alle andre, som ikke er identifisert før kamp å være spillere, innbyttere eller tilhører lagledelsen, er å regne som uvedkommende.

Hvis en spiller, reserve, lagleder eller uvedkommende ulovlig kommer inn på spillebanen, skal dommeren

- stanse kampen dersom vedkommende forstyrrer spillet
- få personen fjernet fra spillebanen ved første stans i spillet

Hvis spillet ble stanset og forstyrrelsen ble forårsaket av

- en person som tilhører lagledelsen, er reserve eller er en utbyttet spiller, skal spillet gjenopptas med et direkte frispark eller straffespark
- en uvedkommende, skal spillet gjenopptas med dropp

Hvis ballen er på vei inn i eget mål, og forstyrrelsen ikke forhindrer en forsvarer i å nå ballen, skal målet godkjennes. Dette gjelder også om det er kontakt mellom den som ulovlig har kommet inn på spillebanen, og ballen. Dette gjelder ikke hvis ballen er på vei inn i motstanderlagets mål.

7. Når mål scores med en ekstra person på spillebanen

a) Dersom et mål er scoret, men dommeren oppdager før spillet gjenopptas, at det var flere personer på spillebanen i det øyeblikket målet ble laget, skal dommeren *annullere* scoringen dersom personen

- er en spiller, reserve, utbyttet spiller eller en fra lagledelsen på det laget som scoret
- er en uvedkommende som forstyrrer spillet

Dommeren skal godkjenne scoringen dersom personen

- er en spiller, reserve, utbyttet spiller eller en fra lagledelsen på motstanderlaget
- er en uvedkommende som ikke forstyrrer spillet

I begge tilfeller skal dommeren få personene fjernet fra spillebanen før spillet kan settes i gang igjen.

b) Dersom et mål er scoret, men dommeren oppdager etter spillet er gjenopptatt, at det var flere personer på spillebanen i det øyeblikket målet ble scoret, kan målet ikke annulleres.

Hvis det fortsatt er for mange på spillebanen, skal dommeren

- stanse spillet
- få personen fjernet fra spillebanen
- gjenoppta spillet enten med dropp eller med frispark, ut fra situasjonen

Dommeren skal rapportere hendelsen til kampens arrangør/myndighet.

8. Lagkaptein

Lagkapteinen har ingen særskilt status eller spesielle rettigheter, men har et ansvarforsitt eget lags opptreden. Denne regelen må ses ut fra alderen til spillerne.

REGEL 4: SPILLERNES UTSTYR

1. Spillernes sikkerhet ¹

En spiller kan ikke bære eller benytte utstyr som er til fare for spilleren selv eller andre. Alle former for smykker eller annet dekorativt utstyr (for eksempel halsbånd, ringer, armbånd, øreringer, lærreimer, gummistrikker osv.) er forbudt. Det er ikke tillatt å tildekke dette utstyret med tape.

Konkurrans- eller turneringsreglementer i barne- og ungdomsfotballen (alle klasser under 19 år) kan tillate at spillere i turneringer bærer deltakerarmbånd under kampene.

2. Obligatorisk utstyr

En spillers obligatoriske utstyr består av

- passende tøy (hvis mulig: spillertrøye, shorts og strømper)
- leggbeskyttere laget av et materiale som gir en rimelig grad av beskyttelse, og som er festet på innsiden av strømpene
- fottøy

En spiller som ved et uhell mister fottøyet eller leggbeskyttere under spillets gang, skal rette på utstyret så fort som mulig og ikke senere enn ved første stans i spillet.

Mål som scores før spilleren har hatt mulighet til å rette på utstyret, skal godkjennes.

3. Draktfarger

- Lagene skal ha draktfarger som skiller dem fra hverandre.
- Målvakten skal benytte en draktfarge som skiller seg ut fra andre spillere og dommeren.
- Dersom begge målvaktene har like draktfarger, og det ikke er mulig å skaffe en reservedrakt, skal målvaktene tillates å spille kampen.

1) Engelske tittel på avsnittet: «Safety»

4. Annet utstyr

beskyttelsesutstyr som ikke utgjør en fare for andre, for eksempel hjelm, ansiktsmaske, kne- og albuebeskyttelse laget i mykt, lett og foret materiale, er tillatt. bruk av briller eller skjermlue er tillatt for målvakten.

Dersom hodet er tildekket med et hodeplagg eller lignende, skal dette utstyret

- ikke svekke helhetsinntrykket av god stil og profil for spillerens antrekk
- ikke være festet til spillerdrakten
- ikke være til fare for spilleren selv eller andre
- ikke ha elementer som stikker ut fra overflaten

Utstyret skal ikke bære noe politisk, religiøst eller personlig slagord, beskrivelse eller bilder. brudd på denne regelen rapporteres til den myndigheten som har organisert kampen.

5. Sanksjoner ved brudd på regelen

Forovertredelse av denne regelen er det ingen grunn til å stanse spillet øyeblikkelig.

En spiller som ikke har korrekt utstyr, skal etter pålegg fra dommeren

- forlate spillebanen for å bringe utstyret i orden
- ikke senere enn ved første stans i spillet, rette på utstyret dersom dette ikke allerede er rettet på

En lagleder skal ikke tillate at en spiller som ikke har rettet på feil og mangler ved utstyret, kommer inn på spillebanen igjen. Dersom dette skjer, sendes spilleren av banen igjen for å rette på utstyret.

REGEL5: DOMMEREN

1. Dommerens myndighet

Alle kamper skal ledes av en dommer. Dommeren har full myndighet til å håndheve regler i den kampen han eller hun er oppnevnt til.

2. Dommerens beslutninger

En dommer skal fatte sine beslutninger etter beste evne, i tråd med regler og spillets ånd og idealer, og ut fra sitt skjønn og sunne fornuft gjøre de tiltakene eller gi de påleggene til andre som er nødvendige og er innenfor rammene av bestemmelsene.

Dommerens avgjørelser når det gjelder fakta i forbindelse med kampen, inkludert opplysninger om et mål er scoret eller ikke, og sluttresultatet, er endelige.

En dommer kan omgjøre sine beslutninger dersom denne selv innser å ha gjort en feil. Dette kan kun skje før spillet er gjenopptatt, eller før dommeren har forlatt spillebanen etter å ha gitt signal for at omgangen er ferdigspilt, eller at kampen er avbrutt.

Hvis en dommer ved skade eller på annen måte blir hindret i å utøve dommerfunksjonen, stanses spillet.

3. Dommerens oppgaver, plikter og rettigheter

En dommer skal

- veilede og rettlede spillerne
- håndheve reglene og lede kampen
- holde rede på tiden og holde regnskap med kampen, og der det er pålagt, avgi rapport
- kontrollere og/eller gi signal om gjenopptakelse av spillet etter at det har vært stanset

Fordel

En dommer kan tillate at spillet fortsetter hvis det laget som en forseelse er begått mot, har fordel av å få spille videre, for deretter å straffe den opprinnelige overtredelsen hvis den forventede fordelene ikke oppstår umiddelbart eller etter noen få sekunder.

Fordelsregelen bør ikke anvendes ved hendelser som kan medføre en disiplinærreaksjon, med mindre det i samme øyeblikk er en åpenbar mulighet for scoring.

Fair play-møte før kampen

Før kampen anbefales dommere og lagledere å møtes for å avklare forhold slik som:

- Spillerens utstyr (leggbeskyttere og ikke smykker)
- Innbyttere
- Pressfrie soner (trener/leders ansvar)
- Opptreden ved skader
- Linjevaktens oppgaver
- At spillere hilser på hverandre før kampen og takke for kampen etterpå

Disiplinærmyndighet

- Hvis to eller flere forseelser skjers samtidig på spillebanen, straffes den mest alvorlige forseelsen. Alvorlighetsgraden vurderes ut fra hvilke disiplinærmidler som kan benyttes, metoden for gjenopptakelse av spillet, alvorlighetsgraden og hvilke taktiske fordelene som oppstår.
- En dommer kan ilegge visse former for disiplinærreaksjoner for spillere og reserver som begår handlinger som skal straffes disiplinært i de høyere/eldre klassene.
- En dommer kan ilegge disiplinærreaksjoner til hele eller deler av lagledelsen som viser manglende evne til å opptre på en ansvarlig og aktsom måte, og kan vise dem bort fra spillebanen og tilstøtende områder.



Skader

Dersom én eller flere skader oppstår samtidig på spillebanen, kan dommeren

- tillate at spillet fortsetter til ballen er ute av spill, dersom spillerne etter dommerens skjønn bare er lettere skadet
- stanse kampen, hvis en spiller etter dommerens skjønn er alvorlig skadet, og sørge for at spilleren forlater spillebanen

En skadet spiller kan ikke behandles på spillebanen og kan kun komme inn på spillebanen igjen etter at spillet er gjenopptatt. En spiller kan normalt bare komme inn på spillebanen fra der innbytte foretas, med mindre dommeren gir tillatelse til annet.

UNNTAK

Dersom én av følgende situasjoner oppstår, kan behandling gjøres på spillebanen:

- Hvis målvakten er skadet
- Hvis en målvakt og en annen spiller har kollidert, og det er nødvendig å undersøke spillerne
- Hvis spillere fra samme lag har kollidert og trenger hjelp
- Hvis det er en alvorlig skade
- Hvis en spiller er skadet som følge av en handling begått av motstanderlaget på en hensynsløs måte

Det forutsettes at slik kortvarig undersøkelse/behandling kan gjøres øyeblikkelig.

Dommeren skal påse at en spiller som blør, forlater spillebanen. Spilleren kan bare komme inn på spillebanen igjen etter godkjenning fra dommeren, dersom blødningen etter dommerens skjønn er stanset, og det ikke er noen rester av blod på spillerens utstyr.

Hvis dommeren har godkjent at medisinsk personell kan komme inn på spillebanen, skal den skadede spilleren øyeblikkelig forlate spillebanen

enten på bære eller til fots.^{2,3} Laglederens skal påse at spilleren forlater banen.

Hvis spillet stanses av en annen grunn, eller skaden ikke skyldes en forseelse, skal spillet gjenopptas med dropp.

Andre forstyrrelser i avviklingen av kampen

En dommer har myndighet til å stoppe spillet, utsette igangsettelse eller avlyse kampen på grunn av forstyrrelser forårsaket av andre, hvis

- lysforholdene er uforsvarlige
- publikum kaster én eller flere gjenstander mot spillebanen, som etter dommerens skjønn kan utgjøre en fare for dommere, spillere, reserver eller lagledelsen

Ut fra alvorlighetsgraden av hendelsen kan dommeren etter eget skjønn tillate at kampen fortsetter, stanse den, utsette igangsettelse eller avlyse den.

Dersom publikum benytter fløyter som forstyrrer spillet, skal dommeren stanse spillet og gjenoppta spillet med dropp fra der ballen var da spillet ble stanset.

Dersom en ekstra ball, et annet objekt eller et dyr kommer inn på spillebanen under spillets gang, skal dommeren

- hvis det forstyrrer spillet, stanse spillet og gjenoppta det med dropp der ballen var da spillet ble stanset
- hvis ballen er på vei inn i mål og en forsvarsspiller ikke blir hindret av hendelsen nevnt ovenfor i å spille ballen, skal scoringen godkjennes, selv om det er kontakt mellom ballen og det som kommer inn på spillebanen
- tillate at spillet fortsetter fram til første naturlige stans i spillet og deretter påse at objektet fjernes fra spillebanen

2) Medisinsk personell omfatter lege og førstehjelpsmannskaper, men også personer i lagledelsen.

3) begrepet «til fots» gjelder alle andre former for transportmetoder for å få den skadde spilleren av spillebanen.

Ingen andre enn de dommeren tillater, kan komme inn på spillebanen mens kampen er i gang.

4. Dommerens utstyr

Obligatorisk utstyr for en dommer:

- fløyte(r)
- klokke(r)
- skrivesaker og notatbok/notatkort for å holde regnskap med kampen

Dommeren skal ikke bære smykker eller annen form for elektronisk utstyr.

5. Handling ved gjentakelse av feil

I barnefotballen er dommerens primære oppgave å veilede spillerne, men ved gjentakelse av forseelser er det nødvendig å markere at en handling får konsekvenser.

NFF har fastsatt følgende norm for handling ved gjentakelse:

- **Femmerfotball**
Dommeren skal veilede to ganger før det dømmes frispark (første gang opplyse, andre gang påminne og tredje gang straffe)
- **Sjuer- og nierfotball**
Dommeren skal veilede én gang før det dømmes frispark (første gang påminne og andre gang straffe)

6. Dommerens tegn og signaler

Som i de vanlige spillereglene.

7. Ansvar

Som i de vanlige spillereglene.



Indirekte frispark



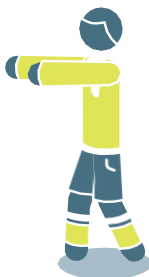
Direkte frispark



Straffespark (pekes mot straffesparkmerket)



Fordelstegn



Fordelstegn



Hjørnespark



Målspark

REGEL 6: DE ANDRE I DOMMERTEAMET OG LINJEVAKTENE

Kamp-/turneringsreglementet fastsetter om det skal oppnevnes flere enn én dommer til kampen, og hvilke oppgaver og ansvarsforhold dommerne har. Med unntak av linjevaktene inngår dommerne i «dommerteamet».

1. Linjevakter

Hvert lag skal stille med én linjevakt. Vedkommende har som oppgave å markere når hele ballen er utenfor spillebanen. Dommeren angir retningen på innkastet.

2. Linjevaktens tegn

En linjevakt skal markere for at hele ballen er utenfor spillebanen, ved å løfte flagget over hodet.



REGEL 7: KAMPENS VARIGHET

1. Omgangers varighet

En kamp spilles i to like lange omganger, med mindre annet er avtalt mellom dommeren og de to lagene.

NFF har bestemt at den maksimale spilletiden i barnefotball (uavhengig av kjønn) er slik:

Årsklasse	Spilletid	Hvilken alder ved årets begynnelse må en spiller ha for å delta i denne årsklassen?
12-årsklasse	2 x 35 min	Under 12 år, men ha fylt 9 år
11-årsklasse	2 x 30 min	Under 11 år, men ha fylt 8 år
10-årsklasse	2 x 30 min	Under 10 år
9-årsklasse	2 x 25 min	Under 9 år
8-årsklasse	2 x 25 min	Under 8 år
7-årsklasse	2 x 20 min	Under 7 år
6-årsklasse	2 x 20 min	Under 6 år

Enhver avtale om å begrense omgangenes varighet (for eksempel på grunn av lysforhold) må være avtalt før kampstart og være i overensstemmelse med turneringsreglementet. Konkurrans- eller turneringsreglementet kan fastsette kortere spilletider.

2. Pausens varighet

Spillerne har rett til en pause mellom omgangene. Turneringsreglementet skal tydelig angi hvor lenge pausen skal vare. Varigheten kan kun endres med dommerens tillatelse.

3. Tillegg i spilletid

I hver av omgangene skal dommeren etter eget skjønn legge til tid for spilletid som er gått tapt ved

- innbytter
- vurdering av skader og fjerning av skadede spillere fra spillebanen
- uthaling av tid
- tildeling av disiplinærreaksjoner
- drikkepauser eller andre medisinske årsaker (som fastsatt i kamp-/turneringsreglementet)
- enhver annen årsak, inklusive forsinkelser i spillet (for eksempel ved feiring av mål)

Dommeren har myndighet til å øke tilleggstiden, men har ikke myndighet til å redusere den opprinnelige fastsatte tilleggstiden. En dommer kan ikke kompensere for feil i tidtaking i første omgang ved å endre på lengden av andre omgang.

4. Straffespark på overtid

Ved straffespark tildelt eller tatt om igjen på overtid, kan omgangen ikke avsluttes før straffesparket er korrekt utført, og resultatet av sparket er avgjort.

5. Avbrutt kamp

En kamp som blir avbrutt, skal spilles på nytt, med mindre kamp-/turneringsreglementet eller overordnet myndighet fastsetter noe annet.

REGEL 8: SPILLETs BEGYNNELSE OG GJENOPPTAKELSE AV SPILLET

Avspark er en igangsettingsmetode som benyttes ved kampens begynnelse, ved start på andre omgang og ved starten på hver ekstraomgang. Spillet gjenopptas også med avspark etter at et mål er scoret. Frispark (direkte og indirekte), straffespark, innkast, målspark og hjørnespark er metoder for gjenopptakelse av spillet fra en dødballsituasjon (se reglene 13–17).

Dropp er en metode for gjenopptakelse av spillet når dommeren har stanset spillet av andre årsaker.

En forseelse som skjer når ballen er ute av spill, kan ikke endre måten spillet skal gjenopptas på.

1. Avspark

Prosedyre før kampens start:

- Det laget som vinner myntkastet, velger banehalvdel.
- Det laget som taper myntkastet, tar avsparket.
- Det laget som vinner myntkastet, tar avspark ved begynnelsen av andre omgang.
- Etter at mål er scoret, skal motstanderlaget ta avspark.

Utførelsen av et avspark:

- Alle spillere skal være på egen banehalvdel.
- Motspillerne til det laget som tar avspark, skal være minst
 - i **treerfotball**: 3 m fra ballen til den er i spill
 - i **femmer- og sjuerfotball**: 5 m fra ballen til den er i spillo
 - i **nierfotball**: 9,15 m fra ballen til den er i spill
- ballen skal ligge stille på midtpunktet.
- Dommeren skal gi signal til at spillet kan startes/gjenopptas.
- ballen er i spill når den er blitt sparket og klart er satt i bevegelse.

Mål kan scores direkte i motstanderlagets mål i **nierfotball**.

I alle andre spillformer: Hvis ballen skytes rett i mål fra avspark, skal avsparket tas på nytt.

Sanksjoner ved brudd på regelen

- Hvis spilleren som tok avsparket, berører ballen igjen før den er berørt av en annen spiller, skal avsparket tas på nytt.
- Hvis et lag skyter ballen direkte i eget mål fra avspark:
 - I **treerfotball**: nytt avspark
 - I **femmer-, sjuer- og nierfotball**: hjørnespark til motstanderlaget
- For enhver annen overtredelse av avsparksprosedyren tas avsparket på nytt.

2. Dropp

Treer-, femmer- og sjuerfotball:

En dommer utfører et dropp ved å holde ballen og la den falle til bakken på det stedet der ballen var da spillet ble avbrutt. Men hvis ballen var innenfor straffesparkfeltet da spillet ble stanset, skal droppet tas på den parallelle linjen som avgrenser straffesparkfeltet, og på det punktet som er nærmest det stedet ballen var da spillet ble stanset.

ballen er i spill når den berører spillebanen.

Det er ingen øvre grense for hvor mange eller hvilke spillere (inkludert målvakten) som kan delta og forsøke å vinne ballen ved et dropp. Dommeren har ikke myndighet å avgjøre hvilke spillere som skal delta ved dropp, eller angipå forhånd hva resultatet av et dropp skal være.

Sanksjoner ved brudd på regelen

Dommeren foretar et nytt dropp dersom

- en spiller berører ballen før den treffer spillebanen
- ballen går i mål eller ut av spillebanen etter å ha berørt bakken uten å ha vært berørt av noen spiller

Hvis ballen går i mål fra dropp uten å ha vært berørt av minst to spillere, skal spillet gjenopptas på denne måten:

- Hvis ballen går inn i motstanderlaget sitt mål, skal det dømmes målspark.
- Hvis ballen går inn i eget mål, skal det dømmes
 - i **treer-, femmer- og sjuerfotball**: nytt dropp

Nierfotball:

Som i de vanlige spillereglene.

REGEL 9: bALLEN I OG UTE AV SPILL

1. Ballen ute av spill

ballen er ute av spill når

- hele ballen har passert sidelinjen eller mållinjen, enten langs bakken eller i luften
- dommeren har stanset spillet

2. Ballen i spill

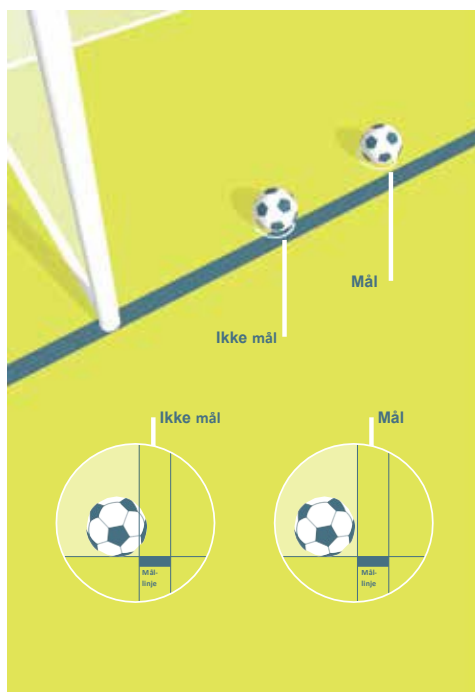
Så lenge ikke hele ballen har passert en linje som nevnt ovenfor, er ballen i spill. Dette gjelder også når den returnerer fra målstolpe, tverrligger, hjørnestang/-flagg eller den har truffet dommeren, en annen person i dommerteamet eller en linjevakt som befinner seg på spillebanen.

REGEL 10: RESULTATET AV EN KAMP

1. Godkjenning av scoring

Et målerscoret når hele ballen har passert mållinjen mellom målstolpene og under tverrliggeren, forutsatt at laget som scoret målet, ikke har begått et regelbrudd.

Dersom dommeren feilaktig gir signal for godkjenning av mål før hele ballen har passert mållinjen, skal målet ikke godkjennes, og spillet skal gjenopptas med dropp.



2. Resultatet

Konkurrans- eller turneringsreglement fastsetter om og når det kan erklæres en vinner av en kamp. Hvis begge lag har scoret like mange mål, eller det ikke scores mål, er resultatet alltid uavgjort.

REGEL 11: OFFSIDE

Offsideregelen anvendes kun i **nierfotball** og etter følgende regler:

1. Offsideposisjon

Det er i seg selv ikke straffbart å være i offsideposisjon. En spiller er i offsideposisjon dersom

- en del av hodet, kroppen eller beina har krysset hele midtlinjen og er på motstanderlagets banehalvdel, og
- er nærmere motpartens mållinje enn både ballen og nest siste motspiller

Posisjonen på armer og hender på alle spillere, inkludert målvaktene, skal ikke tas med i vurderingen av offsideposisjon.



En spiller er ikke i offsideposisjon dersom han eller hun er på linje med

- nest siste motspiller
- eller
- de to siste motspillerne

2. Vurdering av offside

En spiller som er i offsideposisjon i det øyeblikket ballen er spilt eller berørt av en medspiller, skal kun straffes når spilleren

- deltar aktivt i spillet ved å spille eller berøre ballen
- eller

- forstyrrer en motspiller ved å
 - hindre motspilleren i å spille eller være i stand til å spille ballen ved klart å hindre motspillerens synslinje
 - utfordre en motspiller om ballen
 - åpenbart forsøke å spille ballen som er i spillerens nærhet, og dette påvirker motspiller(e)
 - gjøre en åpenbar handling som klart påvirker en motspillers mulighet til å spille ballen

eller

- oppnå en fordel ved å spille ballen eller forstyrre en motspiller ved å være eller ha vært i offsideposisjon når ballen
 - returnerer fra eller stusser av målstolpe, tverrligger, en i dommerteamet eller motspiller(e)
 - er blitt bevisst reddet av motspiller(e)

En spiller i offsideposisjon som mottar ballen fra en motspiller som bevisst spiller ballen (bortsett fra en bevisst redning), skal ikke anses å ha oppnådd en fordel.

En redning er det når en spiller stopper eller forsøker å stoppe en ball som er i ferd med å gå i mål eller veldig nær målet med hvilken som helst del av kroppen, unntatt hendene/armene (unntak for målvakten innenfor eget straffesparkfelt).

Regelanvendelse ved enkelte situasjoner

- Dersom en spiller som var i offsideposisjon da ballen ble spilt, hindrer eller forstyrrer en motspillers mulighet til å bevege seg mot ballen, skal det dømmes offside.
- Dersom det begås en forseelse mot en spiller som var i offsideposisjon da ballen ble spilt, men deringen av de tre kriteriene for å straffe for offside er til stede, skal forseelsen mot spilleren straffes etter regel 12.
- Dersom det begås en forseelse mot en spiller som var i offsideposisjon da ballen ble spilt, og spilleren samtidig oppfyller ett av de tre kriteriene for å straffe for offside, skal det dømmes offside.

3. Unntak fra offsideregelen

Ingen spiller kan straffes for offside hvis han eller hun mottar ballen direkte fra

- målspark
- innkast
- hjørnespark

4. Sanksjoner ved brudd på regelen

For ethvert brudd på offsideregelen skal dommeren tildele motparten et indirekte frispark fra det stedet den offsideplasserte spilleren straffes, også dersom det skjer på spillerens egen banehalvdel.

En forsvarer som forlater spillebanen uten dommerens tillatelse, skal anses som fortsatt å stå på mållinjen eller på sidelinjen når dommerteamet skal vurdere offside. Dette gjelder fram til neste stans i spillet eller når det forsvarende laget har spilt ballen mot midtlinjen, og ballen er på utsiden av straffesparkfeltet. Hvis spilleren forlot spillebanen med vilje, kan vedkommende tildeles en disiplinærreaksjon ved neste stans i spillet.

En angriper kan forlate spillebanen for å unngå å bli involvert i spillet.

Dersom en angriper kommer inn igjen fra mållinjen og involverer seg i spillet før første stans i spillet, eller før det forsvarende laget har spilt ballen mot midtlinjen, og ballen er på utsiden av straffesparkfeltet, skal angreppsspilleren anses å ha stått hele tiden på mållinjen ved dommerteamets vurdering av offside.

En spiller som etter dommerens skjønn bevisst forlater spillebanen for ikke å bli straffet for offside og så kommer ulovlig inn på spillebanen igjen, kan tildeles en disiplinærreaksjon.

Hvis en angriper forblir i en statisk posisjon mellom målstolpene og på innsiden av målet i det ballen går i mål, skal målet godkjennes, med mindre spilleren begår en handling som skal straffes som offside eller er et brudd på regel 12. Hvis så skjer, skal spillet gjenopptas med et indirekte eller direkte frispark.



REGEL 12: FEIL OG OVERTREDELSER

I barnefotballen skal det tildeles frispark (og straffespark) for følgende forseelser:

1. Frispark for handlinger under spillet

Frispark skal tildeles dersom en spiller begår en av følgende forseelser/handlinger eller etter dommerens skjønn er uforsiktig, hensynsløs og/eller benytter unødig mye kraft:

I treer-, femmer- og sjuerfotball

- Feller en motspiller
- Holder eller dytter en motspiller
- tar ballen med hånden (med forsett)
- Gjør noe som kan være farlig for de andre spillerne
- En spiller holder seg fast i vantet (gjelder bare **treerfotball**)

I nierfotball

Reglene om hvilke handlinger/forseelser som skal straffes med frispark er som i spillereglene.

Definisjon av vurderingsord

- **Uforsiktig:** viser manglende aktsomhet, er uoppmerksom eller viser mangelfull vurderingsevne og begår en handling som innebærer en liten/ubetydelig fare for motspiller(e)
- **Hensynsløs:** gjennomfører en handling som spilleren burde ha forstått var farlig, eller ser bort fra risikoen for at handlingen vil eller kan utgjøre en fare for motspiller(e)
- **Unødig mye kraft:** gjennomfører en handling med unødvendig mye kraft, slik at motspilleres sikkerhet settes i fare

Tar ballen med hendene (hands)

Treer-, femmer- og sjuerfotball

Hands innebærer at en spiller med forsett bruker hender/armene og kommer i kontakt med ballen. Følgende kriterier må benyttes for å vurdere om en spiller skal straffes for hands:

- Håndens bevegelse mot ballen (ikke ballen mot hånden)
- Avstanden mellom spilleren og ballen (en uventet ball) – håndens posisjon er ikke eneste indikasjon på om det er en forseelse

Målvakten: Innenfor eget straffesparkfelt kan målvakten aldri straffes for hands.

Nierfotball

Som i de vanlige spillereglene.

Fortsettelse av en forseelse

Hvis en forsvarer starter å holde en angriper på utsiden av straffesparkfeltet og fortsetter å holde angriperen når de kommer inn i straffesparkfeltet, skal dommeren tildele straffespark til det angripende laget.

Tilbakespill i femmer- og sjuerfotball

Spilles ballen (med foten) eller kastes fra innkast med vilje til egen målvakt i femmer- og sjuerfotball, kan målvakten ikke ta ballen med hendene innenfor eget straffesparkfelt. Skjer dette gjentatte ganger, skal motstanderlaget tildeles frispark fra midtlinjen.

Låsing av ballen i mer enn fem sekunder i treer-, femmer- og sjuerfotball

Hvis ballen låses mot vantet eller en motspiller i treer-, femmer- og sjuerfotball og ikke umiddelbart frigjøres innen fem sekunder, skal det dømmes dropp. Dropp skjer på midten av banen.

2. Disiplinære reaksjoner

I barnefotballen skal en dommer tilstrebe, så langt det lar seg gjøre, å veilede spillerne. Ved behov utover veiledning er det mulighet for ytterligere disiplinærreaksjoner. Disiplinærreaksjonen er personlig, og det skal tas hensyn til den enkelte spillerens alder og utviklingsnivå.

En dommer kan gi tilsnakk til en spiller som begår gjentatte forseelser, som et korrigerende tiltak. Dersom en spiller gjentatte ganger begår handlinger som normalt ville ha ført til advarsel eller utvisning, og laglederen selv ikke tar spilleren av banen, kan dommeren pålegge laglederen at spilleren ikke får delta videre i kampen. Dette medfører ingen konsekvenser for neste kamp.

I sjuer- og nierfotball: En spiller/innbytter som etter dommerens skjønn begår en forsettlig voldshandling ved å slå, sparke eller forsøke på dette, eller bite, spytte på eller stemple en annen person, skal bortvises.⁴ En bortvist spiller/innbytter er utelukket fra å delta videre i kampen, og hendelsen skal rapporteres til den myndigheten kampens orterer under. Når en dommer har besluttet å pålegge en spiller fjernet eller å bortvise en spiller, kan spillet ikke gjenopptas før spilleren har forlatt banen.

3. Gjenoptakelse av spillet

En forseelse som skjer når ballen er ute av spill, kan ikke endre hvordan spillet skal gjenopptas.

- Hvis ballen er i spill og det begås en forseelse på spillebanen
 - mot en motspiller, medspiller, reserve, utbyttet spiller, bortvist spiller, lagleder eller dommer, skal *spillet gjenopptas med et frispark (eller straffespark)*
 - mot andre personer, skal spillet gjenopptas med dropp
- Enten handlingen startet på eller utenfor banen: Hvis ballen berøres med en gjenstand, eller en gjenstand kastes på ballen i spill av en spiller, reserve/innbytter eller lagleder, skal *dette straffes med et direkte frispark fra der berøringen/kontakten skjedde.*
- Hvis ballen er i spill og det begås en forseelse utenfor spillebanen
 - mot en motspiller, reserve, utbyttet spiller, bortvist spiller eller lagleder på motstanderlaget, eller mot dommerteamet, skal *spillet gjenopptas med et direkte frispark fra nærmeste punkt på sidelinjen eller mållinjen, eller med straffespark hvis forseelsen skjer bak mållinjen i områdene avgrenset av straffesparkfeltet*
 - mot en medspiller, reserve, utbyttet spiller, bortvist spiller eller lagleder på eget lag, skal *spillet gjenopptas med et indirekte frispark fra nærmeste punkt på sidelinjen*

4) «Forsettlig voldshandling» omfatter kun handlinger som åpenbart er bevisste.

REGEL 13: FRISPARK

Nårens spiller, reserve/innbytter, utbyttet spiller eller lagleder gjør seg skyldig i en forseelse, tildeles motstanderlaget frispark.

I treerfotball er alle frispark indirekte. I **femmer-** og **sjuerfotball** er alle frispark direkte. I **nierfotball** er reglene for frispark som i de vanlige spillereglene.

1. Frisparkstedet og utførelse

Alle frispark skal tas fra det stedet der forseelsen skjedde, med mindre annet er bestemt. Ved frispark skal

- ballen ligge i ro
- ikke berøres av samme spiller som tok sparket, før den er berørt av en annen spiller

ballen er i spill når den er sparket og klart er bevegelse.

I femmer- og sjuerfotball

Hvis et lag er tildelt frispark innenfor eget straffesparkfelt, må ballen **kastes** direkte ut av straffesparkfeltet for å være i spill.

Det er tillatt å score mål fra et direkte frispark uten at en annen spiller berører ballen.

2. Avstand til ballen

Fram til ballen er satt i spill ved et frispark, skal ingen motspillere være nærmere ballen enn

- i **treerfotball**: 3 meter (i radius)
- i **femmer-** og **sjuerfotball**: 5 meter (i radius), med mindre de står på egen mållinje mellom målstolpene
- i **nierfotball**: 9,15 meter (i radius), med mindre de står på egen mållinje mellom målstolpene

En angrepsspiller kan ikke oppholde seg innenfor det forsvarende lags straffesparkfelt hvis dette laget er tildelt et frispark innenfor straffesparkfeltet. Spillet skal ikke stanses når det tas hurtig frispark der motspillerne

- ikke rekker å trekke seg tilbake 5 m / 9,15 m i radius
- ikke rakk å forlate straffesparkfeltet før frisparket ble tatt

3. Andre bestemmelser om igangsettelse av frispark

Et frispark kan tas ved å løfte ballen med én fot eller begge føttene samtidig. Å finte/narre en motspiller når et frispark tas, er tillatt og en del av spillet.

Hvis en spiller tar et korrekt frispark, men sparker ballen på en motspiller for å kunne spille ballen på nytt, er dette tillatt så lenge det ikke er uforsiktig eller hensynsløst, eller det brukes unødig mye kraft.

4. Sanksjoner ved brudd på regelen

Hvis et indirekte frispark skytes direkte i motstanderlagets mål uten å ha berørt en annen spiller, skal frisparket tas på nytt.

Hvis et direkte frispark skytes i eget mål uten å ha berørt en annen spiller, tildeles motstanderlaget hjørnespark.

Et frispark tas på nytt hvis

- en spiller med vilje hindrer eller forstyrrer igangsettelsen ved et frispark
- spilleren som tar frisparket, berører ballen på nytt før den er berørt av en annen spiller
- ballen ikke sparkes direkte ut av straffesparkfeltet ved frispark til det forsvarende laget

Skjer dette gjentatte ganger, skal motstanderlaget tildeles frispark fra midtlinjen.

REGEL 14: STRAFFESPARK

I **treerfotball** dømmes det ikke straffespark.

I **femmer-**, **sjuer-** og **nierfotball** dømmes det straffespark mot et lag som innenfor eget straffesparkfelt begår en forseelse som fører til at motstanderlaget blir tildelt frispark.

Mål kan scores direkte fra straffespark.

1. Hvordan et straffespark skal utførers

Ved straffespark skal

- ballen skal ligge i ro på straffesparkmerket
- den som skal ta sparket, klart ha gitt seg til kjenne
- målvakten stå på mållinjen mellom målstolpene og vendt mot den som skal ta straffesparket, fram til ballen er sparket

Andre spillere enn densom skal ta straffesparket, skal

- ikke være nærmere straffesparkmerket enn fem meter
- ikke være nærmere mållinjen enn straffesparkmerket
- være på spillebanen og ikke befinne seg på innsiden av straffesparkfeltet

Først når alle spillere er korrekt plassert, kan dommeren gi signal om at straffesparket kan tas.

Spilleren som tar straffesparket, må sparke ballen framover – å hælspark ballen er tillatt så lenge ballen beveger seg framover.

ballen er i spill når den er sparket og klart er i bevegelse.

Den som tar straffesparket, må ikke berøre ballen igjen før ballen er berørt av en annen spiller.

Et straffespark er utført når ballen har stoppet å bevege seg, har gått ut av spill eller dommeren har stanset spillet på grunn av en forseelse eller et regelbrudd.

Selv om spilletiden og tilleggstiden er utløpt, skal dommeren la straffesparket bli utført.

2. Sanksjoner ved brudd på regelen

Når dommeren har gitt tegn om at et straffespark kan tas, og det begås et regelbrudd, sanksjoneres dette etter denne tabellen:

Beskrivelse av regelbruddet	Utfallet av straffesparket	
	Mål	Ikke mål
Feil av angrepsspillere	Nytt straffespark	Frispark til det forsvarende laget
Feil av forsvarsspillere	Mål	Nytt straffespark
Feil av forsvarende målvakt	Mål	Nytt straffespark
ballen sparkes bakover	Frispark til det forsvarende laget	Frispark til det forsvarende laget
Ulovlig finte	Frispark til det forsvarende laget	Frispark til det forsvarende laget
Feil av begge lag samtidig	Nytt straffespark	Nytt straffespark
Annen enn tilkjennegitt straffesparksskytter tar straffesparket	Frispark til det forsvarende laget	Frispark til det forsvarende laget
Dobbeltberøring av den som tar straffesparket	Frispark til det forsvarende laget	Frispark til det forsvarende laget
Uvedkommende berører ballen når den er sparket framover	Nytt straffespark	Nytt straffespark
Uvedkommende berører ballen på retur	Dropp	Dropp

REGEL 15: INNKAST

Et innkast tildeles motstanderlaget til den spilleren som sist berørte ballen, før den har passert over hele sidelinjen, enten det skjedde på bakken eller i luften. Det kan ikke scores mål direkte fra et innkast.

Treerfotball

Innkast erstattes med innspark. Ved innspark skal

- ballen ligge i ro og ikke mer enn én meter fra vantet
- spilleren som skal ta innsparket, stå på spillebanen
- alle motspillere holde en avstand til den som tar innsparket, på to meter.

Femmer-, sjuer- og nierfotball

1. Hvordan et innkast skal utføres i femmer-, sjuer- og nierfotball

Ved innkast skal spilleren som tar innkastet

- være stående og vendt mot spillebanen
- ha en del av hver fot på sidelinjen eller på bakken utenfor sidelinjen
- kaste ballen med begge hender bakfra og over hodet fra det punktet der hele ballen krysset sidelinjen

Alle motspillere skal holde en avstand fra det punktet på sidelinjen der innkastet skal tas fra, på to meter. ballen er i spill når innkastet er korrekt utført og ballen har krysset hele sidelinjen inn på spillebanen.

2. Sanksjoner ved brudd på regelen

- blir ballen kastet i bakken før den kommer inn på spillebanen, tas innkastet på nytt av samme lag.
- Ved feil teknisk utførelse av innkastet skal dommeren veilede spillerne om hva som var feil, og tillate at innkastet/innsparket tas på nytt. Ved gjentatte feil blir innkastet tildelt motstanderlaget.

- Hvis den som tar innkastet/innsparket, berører ballen på nytt før den er berørt av en annen spiller, får motstanderlaget tildelt frispark fra midtlinjen.
- Hvis spillere står for nær, distraherer eller hindrer et innkast eller forsøker på dette, får motstanderlaget tildelt frispark fra midtlinjen.
- Hvis ballen kastes/sparkes direkte, uten å ha vært berørt av en annen spiller
 - i motstanderlagets mål, skal spillet gjenopptas med et målspark
 - i eget mål, skal spillet gjenopptas med et hjørnespark av motstanderlaget
- Hvis en spiller tar et korrekt innkast, men med vilje kaster ballen på en motspiller for å kunne spille ballen på nytt, er dette tillatt så lenge det ikke er uforsiktig eller hensynsløst, eller det brukes unødig mye kraft.

REGEL 16: MÅLSPARK

Et målspark tildeles det forsvarende laget når en spiller fra det angripende laget var den siste som berørte ballen før den passerte over hele mållinjen, enten det skjedde på bakken eller i luften.

Treerfotball

- Uansett hvem som sparker ballen over mållinjen eller ballnettet, er det målspark.
- ballen legges i ro på bakken inntil én meter ut fra mållinjen.
- ballen er i spill når den klart er i bevegelse.
- Det kan ikke scores mål direkte fra målspark.

Femmer-, sjuer- og nierfotball

1. Hvordan et målspark skal utføres

Femmer- og sjuerfotball

- Ved målspark skal ballen spilles direkte ut av straffesparkfeltet.
- ballen er i spill når hele ballen har krysset en av linjene som avgrenser straffesparkfeltet.



- Målvakten kan velge om han eller hun vil kaste eller sparke ballen ut av straffesparkfeltet.
- Mål kan ikke scores direkte fra målspark.

Nierfotball

- ballen skal legges på bakken innenfor straffesparkfeltet, ligge i ro og sparkes. **ballen er i spill når den er klart i bevegelse.**
- Det kan scores mål direkte fra målspark.

2. Sanksjoner ved brudd på regelen

- Hvis målvakten kaster ballen direkte inn i motstanderlagets mål, gjenopptas spillet med målspark/målkast til motstanderlaget.
- Hvis den som tar målsparket, berører ballen på nytt før den er berørt av en annen spiller, skal dommeren veilede spillerne om hva som var feil, og målsparket skal tas på nytt. Ved gjentatte feil får motstanderlaget tildelt direkte frispark fra midtlinjen.
- Hvis en ball, etter å ha blitt sparket ut av straffesparkfeltet ved målspark, returnerer og går direkte i mål uten å ha berørt en annen spiller, skal motstanderlaget tildeles hjørnespark.
- For alle andre brudd på spilleregelen skal målsparket tas på nytt.

Særskilt for femmer- og sjuerfotball

- Hvis ballen kastes/spilles direkte over midtlinjen fra målspark, skal det dømmes frispark til motstanderlaget fra der ballen passerer midtlinjen.
- I **femmer-** og **sjuerfotball** skal alle motstandere være utenfor den pressfrie sonen.

Motstanderlaget kan først bevege seg over presslinjen når en medspiller på det laget som tar målsparket, har berørt ballen.

- Hvis motstanderlaget oppholder seg i den pressfrie sonen, tas målsparket på nytt.

- Hvis et lag tar et hurtig målspark og motspiller(e) ikke rakk å forlate dette området før sparket ble tatt, skal spillet ikke stanses.

REGEL 17: HJØRNESPARK

Treerfotball

Det er ikke hjørnespark i treerfotball. Uansett hvem som sparker ballen over mållinjen eller ballnettet/vantet, er det målspark.

Femmer-, sjuer- og nierfotball

Et hjørnespark tildeles det angripende laget når en spiller hos det forsvarende laget var den siste som berørte ballen før den passerte over hele mållinjen, enten det skjedde på bakken eller i luften og det ikke ble scoret mål.

Et mål kan scores direkte fra et hjørnespark, men bare i motstanderlagets mål.

Hvis laget som tar hjørnespark, skyter ballen i eget mål uten at den er berørt av en annen spiller, skal motstanderlaget tildeles hjørnespark.

1. Hvordan et hjørnespark skal utføres

- ballen må plasseres der mållinjen og sidelinjen møtes.
- ballen må ligge i ro, og hjørnesparket må tas av en spiller på det angripende laget.
- ballen er i spill når den er sparket og klart er i bevegelse.
- Hjørneflagget og stangen må ikke fjernes.

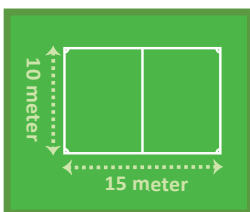
Spillere på motstanderlaget skal være på en avstand av

- i **femmer-** og **sjuerfotball**: minst 5 meter
- i **nierfotball**: minst 9,15 meter i radius fra der mållinjen møter sidelinjen til ballen er i spill

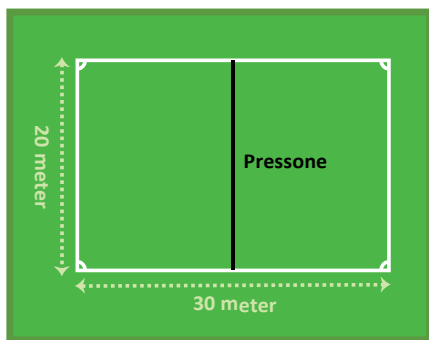
2. Sanksjoner ved brudd på regelen

- Hvis spilleren som tok hjørnesparket, berører ballen på nytt før den er berørt av en annen spiller, skal dommeren veilede spilleren om hva som var feil, og hjørnesparket skal tas på nytt. Hvis samme lag/spiller gjentatte ganger begår samme feil, og ballen settes i spill, får motstanderlaget tildelt direkte frispark fra midtlinjen.
- Hvis en spiller tar et korrekt hjørnespark, men med vilje sparker ballen på en motspiller for å kunne spille ballen på nytt, er dette tillatt så lenge det ikke er uforsiktig eller hensynsløst, eller det brukes unødig mye kraft.
- For alle andre brudd på denne regelen skal hjørnesparket tas på nytt.

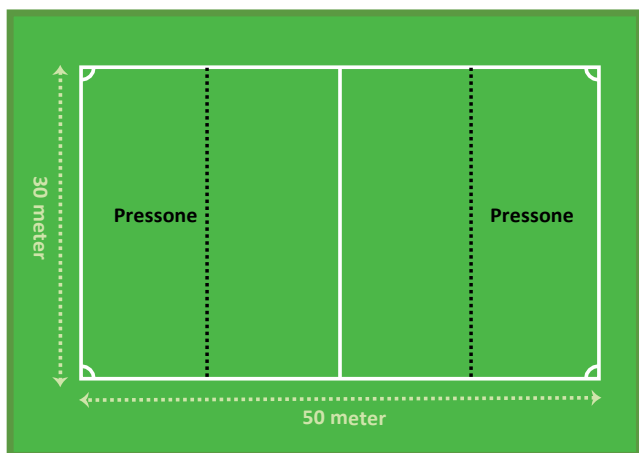
BANESTØRRELSER



Treerfotball,
6–7 år,
10 x 15 meter

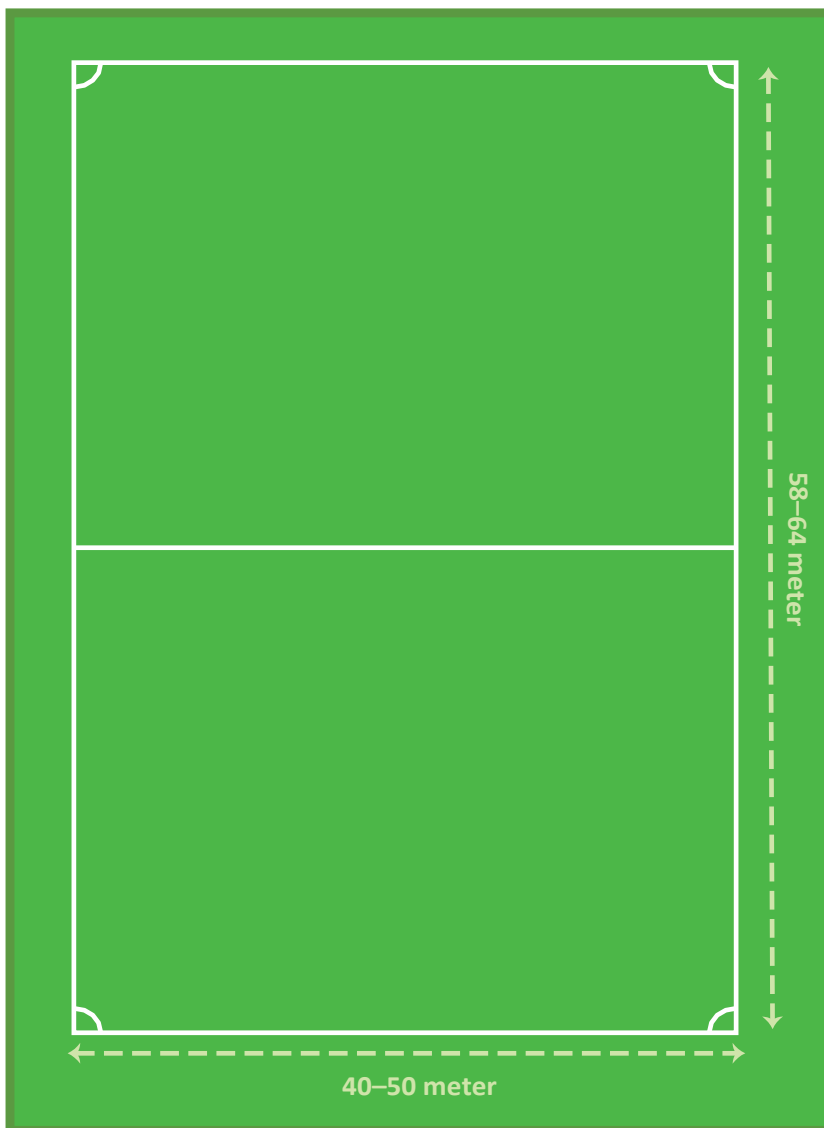


Femmerfotball,
8–9 år,
20 x 30 meter
(pressfri sonetil
midtstrecken)

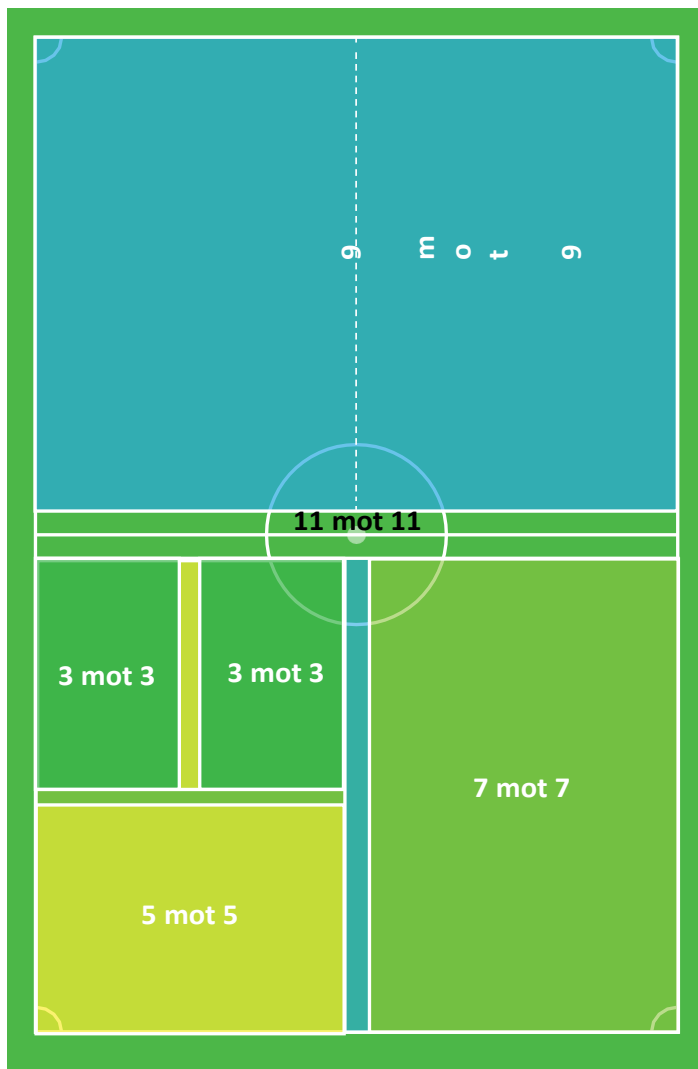


**Sjuerfotball, 10–
11 år,
30 x 50 meter
(pressfri sone
til midt på egen
banehalvdel)**

Nierfotball: 12 år, 40–50 x 58–64 meter



I 2011 vedtok Forbundsstyret og Kulturdepartementet nyereglene for sikkerhetssoner rundt spilleflatene på fotballbaner. For små spilleflater (mindre enn 45x90m) skal det være minimum 3 meters sikkerhetssone rundt hele den benyttede spilleflaten. For større spilleflater (45 x 90 m eller over) er reglene uendret – sikkerhetssonen skal være minst 5 meter bak mållinjene og 4 meter utenfor sidelinjene.



OM 3 MOT 3-FOTBALL

Hvorfor

For spillere under 8 år kan femmerfotball bli litt for kompleks. Vi spiller **treerfotball** i denne aldersgruppen fordi denne spillformen er bedre tilpasset spillernes modenhet – både i hodet og i beina. I **treerfotballen** er man alltid involvert, fordi ballen aldri er så langt unna at man mister kontakten med spillet. Spillerne i denne aldersgruppen vil føle seg mer delaktig og oftere oppleve mestring i **treerfotball** sammenlignet med **femmerfotball**. Gjennom mer ballkontakt og hyppigere mestringsopplevelse blir aktiviteten morsommere og mer utviklende for barna.

Kretsene kan i samarbeid med klubbene sette opp turneringspuljer der klubbene selv arrangerer kampene.

Hvordan

Treerfotball spilles med tre utespillere på små mål og uten målvakt. For å optimalisere spillformen bør treerfotball helst spilles med vant eller nett rundt banen, slik at ballen holdes i spill kontinuerlig.

Under 6 år

Fotball for personer under 6 år er bare et treningstilbud internt i klubbene og skal ikke være en konkurranseform der man spiller mot andre klubber.

Sammendrag om spillformen 3 mot 3 – aldersklasse 6–7 år

baneformat	10 x 15 m
ball	«3» eller lettvektball (290 g) «4»
Mål	1,2–1,5 x 0,75–1,0 m
Offside	Nei
Spilletid	2 x 20 min
Straffespark	Nei
Anbefalt spillertropp	5
Seriespill	Nei
Pressfri sone	Nei
Ekstra spiller	Ja

OM 5 MOT 5-FOTBALL

Hvorfor

For aldersklassene 8–9 år spiller vi **femmerfotball**. Igjen er spillformen tilpasset spillernes modenhet. I **femmerfotballen** vil vi utvikle fotballferdighetene videre fra **treerfotballen**. Vi kan nå begynne en tilnærmet rolletrening, med målvakter, backer, midtbane og spisser/kanter. Her bør alle spillerne få lov til å prøve seg i ulike roller.

Hvordan

Femmerfotball spilles med fire utespillere og én målvakt. NFF har fastsatt en banestørrelse på 20 x 30 m.

Sammendrag om spillformen 5 mot 5 – aldersklasse 8–9 år	
baneformat	20 x 30 m
ball	«3» eller lettvektball (290 g) «4»
Straffefelt	15 x 6 m
Mål	3 x 2 m
Offside	Nei
Spilletid	2 x 25 min
Straffespark	6 m
Anbefalt spillertropp	7
Seriespill	Ja
Umiddelbar soning (gult kort)	Nei
Pressfri sone	Ja
Ekstra spiller	Ja

OM 7 MOT 7-FOTBALL

Hvorfor

For aldersklassene 10–11 år spiller vi **sjuerfotball**. Her ønsker vi å videreutvikle spilleprinsippene fra **femmerfotballen** – tilpasset alder og modning. Relasjonene mellom de ulike rollene på laget ligger nært opp til spillformene i ungdoms- og voksenfotballen (**nier-** og **elleverfotballen**). **Sjuerfotball** er en flott læringsarena inn mot ungdomsfotballen.

Hvordan

Sjuerfotball spilles med seks utespillere og én målvakt. NFF har fastsatt en banestørrelse på 30 x 50 m.

Sammendrag om spillformen 7 mot 7 – aldersklasse 10–11 år	
baneformat	30 x 50 m
ball	4
Straffefelt	21 x 8 m
Mål	5 x 2 m
Offside	Nei
Spilletid	2 x 30 min
Straffespark	8 m
Anbefalt spillertropp	9
Seriespill	Ja
Umiddelbar soning (gult kort)	Nei
Pressfri sone	Ja
Ekstra spiller	Ja

OM 9 MOT 9-FOTBALL

Hvorfor

For aldersklassen 12 år spiller vi **nierfotball**. Her ønsker vi å videreutvikle spilleprinsippene fra **sjuerfotballen**. Spillformen skal sørge for et jevnere utviklingsforløp over til spillformer for aldersklassene 13 år og eldre. I **nierfotball** belønnes fotballferdigheter i større grad enn i **elleverfotball**, der fysiske forutsetninger er mer avgjørende. Spillerne blir oftere involvert i avgjørende situasjoner i angrep og forsvar, som tross alt er det morsomste ved spillet. Færre spillere og mindre flater fører til mer ballkontakt per spiller, noe som gir bedre forutsetninger for mestring, trivsel og ferdighetsutvikling. **Nierfotball** gir en mer naturlig progresjon fra barnefotball til «voksenfotball».

Hvordan

Nierfotball spilles med åtte utespillere og én målvakt. NFF har fastsatt en banestørrelse på 40–50 x 58–64 m.

Sammendrag om spillformen 9 mot 9 – aldersklasse 12 år	
baneformat	40–50 x 58–64 m
ball	4
Straffefelt	21 x 8 m
Mål	5 x 2 m
Offside	Ja
Spilletid	2 x 35 min
Straffespark	8 m
Anbefalt spillertropp	11
Seriespill	Ja
Umiddelbar soning (gult kort)	Nei
Pressfri sone	Nei
Ekstra spiller	Nei

OM FAIR PLAY-MØTE I BARNEFOTBALL (6–12 ÅR)

«Fotballglede, muligheter og utfordringer for alle»

Normalt avholdes et fair play-møte mellom trenerne og dommeren før kampen. Hjemmelagets trener tar initiativet til fair play-møtet. Som et minimum bør dialogen i denne samtalen omfatte disse temaene:

Spillet

- Det skal ikke være høyt press ved igangsetting fra målvakt ved dødball (regel 16).
- Målsparkregelen skal benyttes (regel 16).
- tilbakespillsregelen skal benyttes (regel 12).
- Når kampen er ujevn – hvilke virkemidler skal vi benytte for å få den jevnere?
- Hva og hvordan gjør vi ved skader?
- Hva kan vi gjøre for å fremme positivitet og fotballglede på banen?

Rammene

- Husk å ønske motstanderlaget og dommeren lykke til før kampen, og takk for kampen etterpå.
- Foreldre, foresatte og publikum finner sin plass på motsatt side av lagleder- og spillersiden.
- Det må være enighet om å gjøre dommeren god.
- Husk at god oppførsel også gjelder i tøffe og vanskelige situasjoner.

Fair play-møtet avsluttes med at trenere og dommere ta hverandre i hånden. Dette symboliserer at man skal holde avtaler inngått under fair play-møtet, at man skal være en positiv rollemodell for barna, og at det viktigste ikke er å vinne, men å delta.

En god dramme og et godt fair play-møte gir oss en skikkelig fotballfest!

5) Oppsummering av svar fra hundre landslagsspillere

TRENERVETT

Som trener er jeg et forbilde for spillerne mine. Da er det viktig at jeg utviser trenervett.

- 1 Jeg er her for spillerne, ikke for meg selv.
- 2 Jeg ser og hører meg selv «utenfra» og spillerne «innenfra».
- 3 Jeg velger å være positiv fordi jeg vet at min oppførsel – både positiv og negativ – smitter over på andre.
- 4 Jeg påvirker både spillerne mine, «benken» min, dommeren, motstanderlaget og publikum gjennom positiv språkbruk og positivt kroppsspråk.
- 5 Jeg ønsker å være et godt forbilde for spillerne mine og en god ambassadør for fotballen og klubben min.

Trenervett gir kampvett

- 1 Gjennom fair play-møtet er jeg med på å skape en god fotballopplevelse for alle.
 - 2 Jeg samarbeider med motstanderlagets trener om å skape jevnbyrdighet i kampen.
 - 3 Alle er like mye verdt. Jeg sprer både spilletid og oppmerksomhet.
 - 4 Jeg er utviklingsorientert og veileder spillerne mot neste spillsituasjon. Jeg gjør dommeren god og henger meg ikke opp i dommeravgjørelser.
 - 5 Jeg er forberedt på at temperaturen kan bli høy, men jeg og spillerne mine skal håndtere det positivt og konstruktivt.
- Klarer jeg å etterleve dette, er jeg godt rustet til å være barnefotballtrener.

«De viktigste ferdighetene til treneren i barnefotballårene var rettferdighetssans, humør og evnen til å skape artige treninger.»⁵

OM DOMMERENS ROLLE I BARNEFOTBALL

Dommerens myndighet

Alle kamper skal ledes av en dommer som har full myndighet og god kjennskap til spillereglene.

Normalt bør dette være en person som har gjennomgått godkjent utdanning som klubbdommer, men også en annen person som har god kjennskap til spillereglene, kan være dommer.

Dommerens nøytralitet

Hvordan barn opplever en dommer, og hvordan en trener opptrer overfor en dommer, påvirker hvordan barna senere opptrer overfor dommere. Fra tidlig alder må de få en forståelse av at dommeren er nøytral.

Respekten for dommerrollen må utvikle seg gjennom opplevelsen av at en dommer opptrer

- upartisk, og konsekvent behandler alle spillere likt
- rettferdig, og er tilbakeholden med å avbryte spillet unødige
- voksent, og er en positiv rollemodell
- forståelsesfullt, fordi spillerne er barn, og kamper er lek for dem

Rollensom dommer går i stor grad ut på å veilede når spillere gjør feil.

Rettigheter og plikter

Det forventes at en dommer går foran som et godt eksempel og kan oppfylle disse oppgavene:

- Delta på fair play-møte før kamper, der hjemmelagets trener tar initiativet til møtet
- Håndheve spillereglene
- Holde rede på tiden og holde regnskap med kampen

NOTATER

A series of horizontal dotted lines for taking notes.

NOTATER



A series of horizontal dotted lines providing a template for taking notes. The lines are evenly spaced and extend across the width of the page.

NOTATER

A series of horizontal dotted lines for taking notes.