

SPILLEREGLER FOR 5'ER OG 7'ER FOTBALL FOR BARN

Spillereglene gjelder for alle fotballkamper så vel utendørs som innendørs i klassene opp til og med 12 år i barnefotballen. I disse klassene er det overordnet for all dømming at dommeren skal betrakte fotball som en lek for spillerne. Dommeren skal ikke unødige avbryte spillet, men sørge for at alle spillerne behandles likt. Dommeren skal i stor grad veilede når spilleren gjør feil.

1. SPILLEBANEN

For sjuerfotball

Spillebanen bør være minimum **40 x 20 m.** – maks. **60 x 40 m.** Anbefalt baneformat er **30 x 50 m.** Lengden skal være større enn bredden.

Målenes størrelse bør være **5 x 2 m.** Målene skal være forsvarlig sikret mot å velte.

For femmerfotball

Spillebanen bør være minimum **30 x 15 m.** – maks. **40 x 20 m.** Anbefalt baneformat er **30 x 20 m.** Lengden skal være større enn bredden.

Målenes størrelse bør være **3 x 2 m** eller **5 x 2 m.** Målene skal være forsvarlig sikret mot å velte.

2. ANTALL SPILLERE

For sjuerfotball

På hvert lag skal det ikke være mer enn **7** spillere (inkl. målvakt). Anbefalt spillertropp er **10.** Spillere kan byttes inn når som helst (flyvende innbytte). Keeper kan kun byttes ved stopp i spillet. Innbytte skal skje i nærheten av midtlinjen.

Minimum **fem** spillere på laget.

For femmerfotball

På hvert lag skal det ikke være mer enn **5** spillere (inkl. målvakt). Anbefalt spillertropp er **7.** Spillere kan byttes inn når som helst (flyvende innbytte). Keeper kan kun byttes ved stopp i spillet. Innbytte skal skje i nærheten av midtlinjen.

Minimum **tre** spillere på laget.

Når differansen i en kamp blir **fire** mål (både femmer og sjuer), kan det andre 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 en ekstra spiller selv om differansen blir mer enn fire mål.

3. BALL

Ballstørrelse nr. **4**, 11 – 12 år.

Ballstørrelse nr. **4** anbefales til **10**-årsklassen.

Ballstørrelse nr. **3**, **9** år og yngre.

4. SPILLERNES UTSTYR

Spillerne må ha passende tøy, og det er påbudt med **leggbeskyttere.**

Farlige/skarpe gjenstander skal fjernes (for eksempel smykker, klokker etc.)

5. DOMMEREN

Alle kamper skal ledes av en dommer med full myndighet og godt kjennskap til reglene.

Dommerens viktigste oppgave er å være veileder, og rettlede spillerne med bruk av sunn fornuft.

6. LINJEVAKT

Hvert lag skal stille med en linjevakt.

Vedkommendes oppgave er å vinke ballen ute over sidelinjen.

7. SPILLETS VARIGHET

En kamp består av to like lange omganger, og det er dommeren som bestemmer hvor lang tid som skal legges til.

Spilletider:

Femmer: 8-9 år: 2 x 25 min.

Sjuer: 10-11 år: 2 x 30 min

8. SPILLETS BEGYNNELSE

Før kampen tar til velger lagene mellom banehalvdel og avspark. Det laget som vinner myntkastet skal velge banehalvdel.

Det andre laget tar avspark. **Det kan ikke gjøres mål direkte fra avspark.** Dersom dette skjer skal det tas nytt avspark.

Avstand ved avspark for motspillere er **5** meter. Ballen kan spilles både forover og bakover.

9. BALLEN I OG UTE AV SPILL

Ballen er ute av spill når hele ballen er utenfor mållinjen, sidelinjen eller når dommeren har stoppet spillet.

10. NÅR MÅL GJØRES

Når hele ballen har passert målstreken er det mål.

Etter godkjent scoring settes spillet i gang fra midten av det lag som ikke scoret målet.

11. OFFSIDE

Benyttes ikke.

12. FEIL OG OVERTREDELSER

Det dømmes frispark når en spiller:

- a) feller en motspiller
- b) holder eller dytter en motspiller
- c) tar ballen med hånden (med vilje)
- d) gjør noe som kan være farlig for de andre spillerne

NB! Nytt fra 2020: Låsing av ballen i mer enn **fem** sekunder: Dropp på midten av banen.

NB! Nytt fra 2020: Forseelse utenfor banen når ballen er i spill fører til direkte frispark fra det nærmeste punkt på sidelinjen eller mållinjen eller straffespark hvis forseelsen skjer bak mållinjen i området avgrenset av straffesparkfeltet.

Dommeren bør gi tilsnakk ved gjentatte overtredelser. Kort benyttes ikke. En spiller som er kvalifisert for advarsel vises vekk fra banen. Bortvisningen har ingen senere følger for spilleren. Bortvist spiller kan erstattes av en ny spiller.

Feil og overtredelser ved tilbakespillsregelen

Spilles ballen (med foten) med vilje til egen keeper, kan han/hun ikke ta ballen med hendene innenfor eget straffesparkfelt.

NB! Det skal påpekes at dette ikke er lovlig. Deretter skal keeper spille ballen ut på vanlig måte. Skjer dette gjentatte ganger skal motstander tildeles et frispark fra midtlinjen. Dette gjelder også når målvakt tar opp ballen etter innkast fra medspiller.

NB! Skjer dette gjentatte ganger skal motstander tildeles et frispark fra midtlinjen.

Femmerfotball: Dommer må veilede to ganger (1. opplyse + 2. påminnelse + 3. bestrafning)

Sjuerfotball: Dommer må veilede én gang (1. påminnelse + 2. bestrafning)

13. FRISPARK

Frispark kan skytes direkte i motstanderens mål. Frispark og innkast satt direkte i eget mål gir corner til motstanderen. Motstanderen må være minst **5** meter fra ballen. Direkte innkast i motstanders mål blir utspill fra keeper.

NB! Nytt fra 2020: Hvis et lag er tildelt frispark innenfor straffesparkfeltet må ballen **spilles** ut.

NB! Alle frispark er direkte.

14. STRAFFESPARK

Frispark innenfor straffesparkfeltet tildelt det angripende lag tas som straffespark fra straffesparklinjen (målfeltlinjen).

Straffespark tas **6** meter fra mållinjen i femmerfotball og **8** meter fra mållinjen i sjuerfotball. Alle andre spillere må være **5** m bak ballen. Det er ikke tillatt for spiller som utfører straffesparket å ta returen når den kommer direkte tilbake fra stang/tverrligger. Gjøres dette dømmes et direkte frispark til det forsvarende lag. Frisparket tas på 6-meterlinjen i femmerfotball og på 8-meterlinjen i sjuerfotball.

15. INNKAST

Skal tas fra det stedet ballen passerte sidelinjen. Kastet utføres med begge hender, og med ballen over hodet.

Ved feil utførelse bør dommeren veilede spilleren om hva som var feil og samme spiller tar innkastet på nytt. Hvis samme lag/spiller gjentatte ganger kaster feil, tildeles motstanderen innkastet. Avstand for motspillere er to meter.

Femmerfotball: Dommer må veilede to ganger (1. opplyse + 2. påminnelse + 3. bestrafning)

Sjuerfotball: Dommer må veilede én gang (1. påminnelse + 2. bestrafning).

16. MÅLSPARK

Målsparke/ målkast tas hvis hele ballen går ut over mållinjen utenfor målet. Ved målsparke kan ballen sparkes/kastes ut av straffesparkfeltet uten at den må ligge på bakken. Motstander må være utenfor straffesparkfeltet ved målsparke/ målkast. Det er **ikke** lov å kaste eller sparke ballen over midten ved målsparke. Hvis dette skjer skal det dømmes et frispark til motstanderen fra der ballen passerer midtstreken. Hvis keeper etter redning tar med seg ballen utenfor målfeltet, kan han spille så langt han vil. Ved målsparke/frispark kan keeper **ikke** ta med seg ballen utenfor målfeltet. Gjøres dette blir det to berøringer på en dødball fra samme spiller, noe som ikke er tillatt. Dette bør påpekes før kampstart og bør også praktiseres på samme måte som ved bevisst tilbakespill til keeper.

NB! I sjuerfotball kan keeper etter redning kaste/sparke ballen over midten men ikke direkte i motstanderens mål.

NB! Nytt fra 2020 i femmerfotball: Det er tillatt å kaste/sparke ballen direkte over midten når ballen er i spill men ikke direkte i motstanderens mål. Da dømmes det målsparke til motstanderlaget.

Pressfri sone

I **femmerfotball** regnes pressfri sone fram til midten av banen.

I **sjuerfotball** regnes pressfri sone fram til midten på egen banehalvdel.

Grense for pressfri sone skal markeres med kjegler.

Motstander må være bak pressfri sone ved målsparke/målkast.

Det forsvarende lag kan først bevege seg over presslinjen når en motspiller har mottatt ballen fra keeperen. Brudd på regelen fører til ny igangsetting.

17. HJØRNESPARK

Hjørnespark tas fra stedet hvor mållinjen og sidelinjen møtes. Motstander må være minst 5 meter fra ballen.

Skade: En skadet spiller kan ikke behandles på spillebanen og kan kun komme inn på spillebanen igjen etter at spillet er gjenopptatt. **Unntak:** Målvakt skadet, to spillere fra samme lag skadet, alvorlig skade, skaden forårsaket på en hensynsløs måte av en motspiller.

