



Välkommen till föreningsdomarutbildningen

Grundutbildning 7 mot 7

Agenda & kursmål

- ★ Deltagarpresentation
- ★ Domarrollen
- ★ Inför, under och efter match
- ★ Regelgenomgång
- ★ Vad händer nu?
- ★ Regelprov



Efter kursen (och genomfört regelprov)



- ★ har du kännedom om hur det är att vara domare
- ★ har du kännedom om hur du agerar som domare
- ★ har du insikt i vikten av stöttning av andra, t.ex. domaransvarig/coach
- ★ har du insikt i vikten av självstudier
- ★ har du kunskap om spelregler för 7 mot 7
- ★ får du döma barnfotboll upp t.o.m. 7 mot 7

Deltagarpresentation

- ★ Vem är du?
- ★ Tidigare fotbollserfarenheter?
- ★ Tidigare domarerfarenheter?
- ★ Förväntningar på dagens kurs?





Domarrollen



Fotbollsdomare i Sverige



Domare

Barnfotboll (3-3,5-5,7-7)
Ungdomsfotboll (9-9, 11-11)
Distriktsdomare (Steg 1,2)
Förbundsdomare

Domarklubbar/ regionala domarförbund

Driver verksamhet för alla domare
Lokal domarklubb

Svenska

Fotbolldomarförbundet (SFDF)
"Domarnas fackförbund"



Domarkommitté
Distriktsförbund



Domarkommitté
Svenska fotbollförbundet

Spelformer



Spelformer

Med utgångspunkt i:

- Barnrättsperspektivet
- Fotbollens spela, lek och lär
- Spelarutbildningsplanen

Senior-fotboll

11 mot 11
15-19 år

Kollektivt spel med
hela laget
Medspelare längst
ifrån

Nivå 4, 16-19 år
Träna för att prestera

9 mot 9
13-14 år

Kollektivt spel med
flera spelare
Medspelare långt ifrån

Nivå 3, 12-16 år
Träna för att lära

7 mot 7
10-12 år

Kollektivt spel med få
spelare.
Medspelare nära

Nivå 2, 9-12 år
Lära för att träna

5 mot 5
8-9 år

Individuellt spel
Jag och bollen

3 mot 3
6-7 år

Individuellt spel
Jag och bollen

Nivå 1, 6-9 år
Fotbollsglädje

Domarutbildning
barnfotboll

Domarutbildning
ungdomsfotboll

Steg 1

Kunskaper och egenskaper som domare



God regelkunskap

Rättvis

Stil & Profil

Engagemang

En i fotbollsfamiljen

Glädje

Kroppsspråk

God fysik

Ordningsam

Mod

Beslutsamhet

Lugn

Trevlig

Förebild

Tydlig



Inför, under och efter match

Förberedelser inför match

- ★ Skriv upp när du har match i almanackan
- ★ Se till att du har:
 - Domarkläder
 - Visselpipa
 - Klocka/tidtagarur
 - Gult/rött kort
 - Anteckningsmaterial
 - Mynt för slantsingling



På matchdagen (innan matchstart)



- ★ Kom i tid! (minst 30 minuter innan matchstart)
- ★ Du bör ha med dig någon första gången du dömer en match
- ★ Presentera dig för ledarna i de olika lagen
- ★ Fråga om regler, speltid m.m. om du är osäker
- ★ Klubblinjemän är en förutsättning för att matchen ska få starta, ta detta med hemmalagets ledare när du presenterar dig
- ★ Kontrollera spelplan/bollar/mål
- ★ Kontrollera spelarnas utrustning (ex. benskydd, smycken)
- ★ Slantsingling
- ★ Blås igång!

Under matchen



- ★ Våga ta beslut
- ★ Blås högt och tydligt i pipan
- ★ Försök att vara så nära situationerna som möjligt, utan att vara i vägen
- ★ Var konsekvent (försök att ha samma nivå åt båda håll, under hela matchen)
- ★ Var rättvis
- ★ Förklara för spelarna varför du har blåst, om de inte förstår
- ★ Visa tydligt åt "vilket håll"
- ★ Visa var bollen ska ligga/kastas ifrån
- ★ Håll koll på matchtiden under hela matchen

Efter matchen

- ★ Ställ upp för “tackceremoni”
- ★ Kvittera ut pengar/lämna in kvittens, fråga hemmalagets ledare om du är osäker på hur du ska göra
- ★ Skriv eventuell anmälan (måste göras vid grov utvisning)
- ★ Reflektera över vad du gjorde bra respektive vad du gjorde mindre bra, och ta med dig det till nästa match



Filmklipp

- ★ Våra bästa tips till framtidens domare!
- ★ Möt elitdomarna Laura och Glenn
- ★ Intervju med domaren Moa



Sammanfattning av domarrollen



- ★ Visa att du tycker att det är roligt.
- ★ Gör ditt bästa och visa engagemang, det är okej att göra fel!
- ★ Blås hellre en gång för mycket, än en gång för lite.





Regelgenomgång 7 mot 7

Regel 1 Spelplanen

★ Storlek spelplanen:

Längd 50-55 meter Bredd 30-35 meter

Straffområde 19 x 7 meter

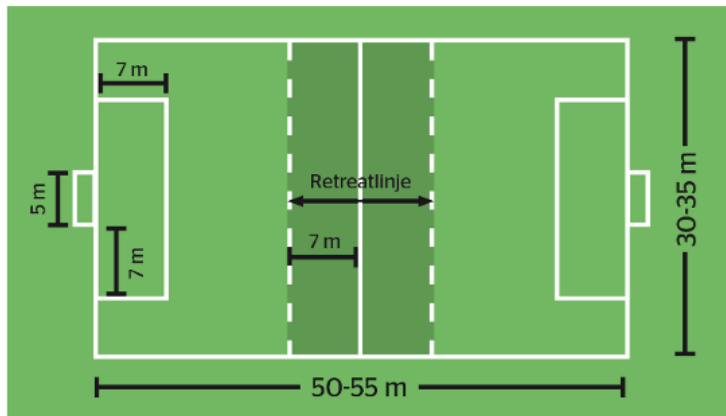
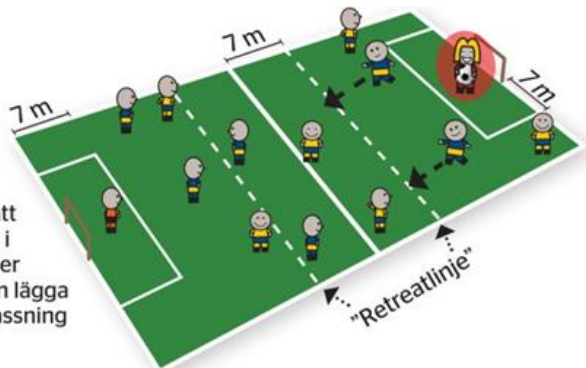
★ Retreatlinje 7 meter från mittlinjen

Skall märkas ut med tex hög kon!

Retreatlinje

Vid målvaktsutkast eller när målvakten fångar bollen i spel ska andra laget backa till retreatlinjen och stanna där tills bollen har lämnat målvaktens händer eller fötter (se nedan).

När målvaktsutkast dömts efter att bollen passerat kortlinjen är bollen i spel genom att målvakten rullar eller kastar ut bollen. Målvakten får även lägga ner bollen till sig själv och slå en passning med fötterna.



Regel 2 Bollen

- ★ Bollen skall vara av storlek 4



Lathund för 7 mot 7 Bohusläns FF 2025

Flickor



Division	Rek ålder	Speltid min	Bollstorlek	Planstorlek	Mål storlek	Domarnivå
Flickor 12 Födda -13	12 år	3 x 20	4	50 -55 x 30 - 35 m	5 x 2 m	Barn/ Föreningsdomare
Flickor 11 Födda -14	11 år	3 x 20	4	50 -55 x 30 - 35 m	5 x 2 m	Barn/ Föreningsdomare
Flickor 10 Födda -15	10 år	3 x 20	4	50 -55 x 30 - 35 m	5 x 2 m	Barn/ Föreningsdomare

Lathund för 7 mot 7 Bohusläns FF 2025

Pojkar



Division	Rek ålder	Speltid min	Bollstorlek	Planstorlek	Mål storlek	Domarnivå
Pojkar 12 Födda -13	12 år	3 x 20	4	50 -55 x 30 - 35 m	5 x 2 m	Barn/ Föreningsdomare
Pojkar 11 Födda -14	11 år	3 x 20	4	50 -55 x 30 - 35 m	5 x 2 m	Barn/ Föreningsdomare
Pojkar 10 Födda -15	10 år	3 x 20	4	50 -55 x 30 - 35 m	5 x 2 m	Barn/ Föreningsdomare

Regel 3 Spelarna



- ★ 6 utespelare 1 målvakt.
- ★ Matchen får inte starta eller fortsätta om ett lag har färre än 5 spelare.
- ★ Vid underläge med fyra mål eller fler får laget som ligger under spela med sju utespelare tills ställningen är lika.
- ★ Vilken spelare som helst får byta plats med målvakten om:
 - Domaren får reda på bytet innan det görs och bytet görs under ett spelavbrott.

Regel 4 Spelarnas utrustning



- ★ Alla typer av smycken är förbjudna och måste tas bort. Att använda tejp för att täcka smycken är inte tillåtet, det är dock tillåtet att tejpa piercingar/hål i öronen om de är nytagna.
- ★ Den obligatoriska utrustningen består av:
 - Benskydd
 - Strumpor
 - Byxor
 - Tröja
 - Skor
- ★ Benskydden måste vara av lämpligt material som ger tillräckligt skydd. De ska täckas av strumporna.
- ★ Lagens färger skall skilja sig åt, likaså målvakternas.

Regel 5 Domaren



- ★ Varje match leds av en eller två domare som har till uppgift att se till att spelreglerna följs.
- ★ Domarens beslut är alltid slutgiltigt och ska respekteras av spelare, ledare och publik.
- ★ Domaren får ändra ett fattat beslut fram till dess att spelet återupptas.
- ★ Spelare och ledare får inte påverka domaren att ändra ett fattat beslut.

Regel 6 Övriga matchfunktionärer

Denna regel tillämpas ej i 7 mot 7.



Regel 7 Speltiden



- ★ En match består av tre lika långa perioder
- ★ Speltiden är 3 x 20 minuter.
- ★ Pauserna är maximalt sju minuter mellan perioderna.
- ★ Vid sammandrag är matcherna 3 x 15 minuter
- ★ Domaren avgör om det ska läggas till tid i någon period och i så fall hur många minuter.

Regel 8 Spelets start och återupptagande



- ★ Varje period startar med avspark.
- ★ Det lag som vinner slantsinglingen väljer boll eller sida.
- ★ Det lag som väljer boll gör avspark i första och tredje perioden.
- ★ Det lag som väljer sida gör avspark i andra perioden.
- ★ Inför andra och tredje perioderna kan lagen byta sida (inget måste)
- ★ När det ena laget har gjort mål gör det andra laget avspark

Regel 8 Spelets start och återupptagande



★ Regler vid avspark

- Alla spelare förutom den som lägger avsparken ska vara på egen planhalva
- Bollen ska ligga still på mittpunkten
- Motståndarlaget skall befinna sig 7 meter ifrån bollen
- Domaren ger signal
- Bollen är i spel när spelaren har sparkat bollen och bollen tydligt rör sig
- Mål kan göras direkt från avsparken

★ Om något bli fel vid avsparken så tas den om

Regel 8 Spelets start och återupptagande



★ Nedsläpp

- Domaren släpper bollen till en spelare i det lag som senast rörde bollen på den plats där den var när spelet stoppades.
- Om spelet stoppades innanför straffområdet släpps bollen till målvakten på straffområdeslinjen.
- Alla andra spelare i båda lagen måste befinna sig minst 7 m från bollen till dess den är i spel.
- Bollen är i spel när den vidrör marken.
- Om domaren stoppar spelet av någon annan anledning än de skäl som står i reglerna startar spelet igen med nedsläpp till det lag som senast spelade bollen.

Regel 8 Spelets start och återupptagande



★ Skadad spelare

- Om en spelare skadas stoppar domaren spelet direkt.
- Det gäller oavsett om det är en frispark situation eller inte.
- Ledare får komma in på planen när domaren ger tecken.
- Domaren sätter igång spelet igen med nedsläpp där bollen var när domaren blåste av eller med en frispark där förseelsen begicks.

Regel 9 Bollen i och ur spel



- ★ Bollen är ur spel när
 - Hela bollen har passerat mållinjen eller sidlinjen.
 - Domaren har stoppat spelet.

- ★ Bollen är i spel vid alla andra tillfällen inkl. när den vidrör domaren och när den studsar från en målstolpe, ribba, hörnflaggstång och blir kvar på spelplanen.

Regel 10 Mål



- ★ Det blir mål om HELA bollen passerat över mållinjen mellan stolparna.
- ★ Detta gäller under förutsättning att det lag som gör mål inte har gjort något regelbrott i samband med målet.
- ★ Domaren visar mål genom att peka mot mittpunkten, om det behövs förtydliga med signal.
- ★ Om målvakten kastar bollen direkt i det andra lagets mål döms målvaktsutkast.
- ★ Om domaren ger signal för mål innan hela bollen har passerat mållinjen ska spelet starta igen med nedsläpp.

Regel 11 Offside

Denna regel tillämpas ej i 7 mot 7.



Regel 12 Otillåtet spel och olämpligt uppträdande



Domaren kan bara döma direkt och indirekt frispark samt straffspark för regelbrott som sker när bollen är i spel.

Domaren dömer direkt frispark om en spelare bryter mot en regel och gör något mot en spelare i motståndarlaget på ett sätt som domaren anser är **oaktsamt**, **vårdslöst** eller utfört med **överdriven kraft**.

Se exempel på detta i regelboken

Oaktsamhet är när en spelare inte är uppmärksam, inte är försiktig eller inte tar hänsyn till andra när spelaren försöker erövra bollen. Vid oaktsamhet dömer domaren frispark.

Vårdslöshet är när en spelare gör något och struntar i riskerna för en motspelare. Domaren ska då varna spelaren.

Utfört med överdriven kraft är när en spelare använder mer kraft än vad som behövs och på så vis kan skada en motspelare. Domaren ska då visa ut spelaren.

Regel 12 Otillåtet spel och olämpligt uppträdande



Indirekt frispark

Domaren dömer indirekt frispark om

- ★ En spelare med gester eller ord visar att domarens beslut inte respekteras.
- ★ En målvakt tar upp bollen med händerna när den sparkats från en medspelare i spelet eller direkt från inkast.
- ★ Ett lag gör ett felaktigt byte.
- ★ En spelare rör bollen två gånger innan den vidrörts av en annan spelare vid avspark, inkast, hörna, frispark eller straffspark.
- ★ En spelare står närmare motståndarnas målvakt än två meter vid frisparkar och hörnor.
- ★ För att visa att det är en indirekt frispark höjer domaren armen rakt upp ovanför huvudet och tar ner den först när domaren ser att bollen inte kan gå direkt in i mål
- ★ Skulle du som domare glömma att visa tecken för indirekt frispark skall den tas om.

Regel 12 Otillåtet spel och olämpligt uppträdande



Varning och utvisning

- ★ Grundregeln är att varning och utvisning inte bör tillämpas.
- ★ Ledaren byter ut spelare som bryter mot reglerna flera gånger.
- ★ Domaren ska alltid i första hand prata med en spelare som har gjort ett regelbrott vilket kan ge en varning eller utvisning.
- ★ Ledaren har ansvar att byta ut spelaren för att kunna prata med spelaren i lugn och ro. Spelaren får då möjlighet att förklara sitt beteende och en stund att hämta sig från situationen.
- ★ Om varken spelaren eller ledaren tar vara på denna möjlighet har domaren rätt att dela ut en varning eller visa ut spelaren. En utvisad spelare får ersättas med en annan spelare.



Attityd och Samspel

"För att bidra till en bättre miljö på och runt fotbollsplanen, framhäva glädjen för sporten samt att motverka fysiskt och verbalt våld"

Direktiv och anvisningar – SPELARE

Yttrande i form av skällsord eller könsord är INTE tillåtet, oavsett vem det riktas mot. *Åtgärd: Grov utvisning*

Yttrande i form av svordomar vid t.ex. ett misslyckat skott är INTE tillåtet. *Åtgärd: Muntlig erinran*

Domaren ska **varna** en spelare som:

- Fördröjer igångsättandet av spelet
- Med ord eller handling inte respekterar domarens beslut
- Upprepar ett regelbrott flera gånger
- Spelar på ett sätt som domaren anser är vårdslöst

Domaren ska **visa ut** en spelare som:

- Spelar på ett otillåtet sätt som kan leda till skada
- Använder överdriven kraft eller spelar brutalt
- Spottar på en motspelare eller någon annan person
- Uppträder våldsamt eller obehärskat
- Använder förolämpande eller nedsättande ord eller gester

Varning och utvisning **tillämpas ej för spelare** i 3 mot 3 & 5 mot 5.

För spelformen 7 mot 7 är grundregeln att varning och utvisning **inte bör tillämpas för spelare**.



Attityd och Samspel

"För att bidra till en bättre miljö på och runt fotbollsplanen, framhäva glädjen för sporten samt att motverka fysiskt och verbalt våld"

Direktiv och anvisningar – LEDARE & FÖRÄLDRAR

Domaren ska **varna** en ledare som:

- Med ord eller handling tydligt visar att domarens beslut inte respekteras. T.ex. kastar/sparkar vattenflaskor eller andra föremål
- Genom gester visar bristande respekt för domaren, som t.ex. sarkastiska applåder

Domaren ska **visa ut** en ledare som:

- Med ord eller handling på ett våldsamt eller obehärskat sätt visar att domarens beslut inte respekteras
- Beträder spelplanen för att:
 - Protestera mot domaren
 - Påverka spelet, motspelare eller domaren

Det är LEDARNA som ansvarar för att spelare och föräldrar uppträder med respekt, samt att matcherna genomförs under sportsliga förhållanden.

Domaren har i alla spelformer full rätt att varna/visa ut ledare samt avvisa föräldrar/åskådare.

Anmälan

- ★ Domaren måste ALLTID skriva en anmälan vid en grov utvisning
- ★ Mallen är ett bra verktyg!
- ★ Våga be om hjälp att skriva anmälan

Vill du hellre skriva fritt utan mallen, tänk då på detta:

- ★ Beskriv kort händelsen och dess bakgrund.
 - ★ Beskriv själva situationen sakligt.
 - ★ Beskriv spelarens uppträdande vid utvisningen.
 - ★ Beskriv om någon blev skadad i samband med utvisningen och reaktionen bland övriga spelare och ledare.
- ★ **VIKTIGT! Anmälan skall skickas in till BFF/DFE**



 Bohuslän Fotbollförbund | Ärende nr:

Insändes senast dagen efter match till, Bohuslän Fotbollförbund, Norra Strandvägen 7, 473 34 Henån
eller via mail: bff@orust.mail.leila.com

ANMÄLAN GROV UTVISNING Ungdomsfotboll

Anmälare: Mobilnummer:
Gatuadress: Postadress:
Email:

I matchen Serie: Matchnummer:
Datum: har jag utvisat följande spelare för grov förseelse:
.....
Personnummer Fullständigt namn Förening

Svara på frågorna genom att markera med kryss i de rutorna som beskriver händelsen bäst.

Utvisnings orsak

Olämpligt uppträdande, genom att skriva något stötande, förolämpande? ☐ Ja ☐ Nej
Till exempel: stötande, förolämpande eller onödiga spår och/eller gestar. Skriker man något konterat eller skällsord högt röst ut i luften, eller att i en match en målsman, så skall det vara grov utvisning. Samma gäller om man riktar sig mot domare, målsman, ledare eller publik.
Typ av ordval: Svordomar? ☐ Könsord? ☐ Rasism? ☐
Riktat mot: Sig själv? ☐ Motspelare? ☐ Domare? ☐

Allvarligt otillåtet spel? ☐ Ja ☐ Nej
En spelare gör sig skyldig till allvarligt otillåtet spel om han använder överdriven kraft eller brutalt mot en motspelare när han ströddar, springer, eller på annat sätt använder sig av sin kropp som vapen. Detta gäller även om spelaren inte har någon avsikt att skada.

Våldsam eller obehärskat uppträdande? ☐ Ja ☐ Nej
En spelare gör sig skyldig till våldsam eller obehärskat uppträdande om han använder överdriven kraft eller brutalt mot en motspelare när han ströddar, springer, eller på annat sätt använder sig av sin kropp som vapen. Detta gäller även om spelaren inte har någon avsikt att skada.

Vilken handling utfördes vid regelbrottet?
Tackling ☐ Spark/stämpling? ☐ Skallade? ☐ Slag/armbåge? ☐ Knuff? ☐

Spottade mot/på någon? ☐ Kastade/sparkade föremål mot/på någon? ☐ Drog/brottade omkull någon? ☐

Annan handling? ☐ (Beskriv vad):

Övrigt
Var träffade angreppet? Kroppen? ☐ Huvudet? ☐ Träffade sig? ☐

Utbattes den utvisade för provokation? ☐ Ja ☐ Nej ☐ Fick den angripne utgå på grund av skada? ☐ Ja ☐ Nej ☐

Lämnade spelaren planen utan protest? ☐ Ja ☐ Nej ☐ Var domaren utbätt för regelbrottet? ☐ Ja ☐ Nej ☐

- Vill du lägga till någon ytterligare information, skriv på baksidan av denna blankett
- **OBS! Vid mycket grovt våld eller mycket grovt olämpligt uppträdande, skall en mer detaljerad beskrivning av händelsen göras på baksidan av denna blankett**

Regel 13 Frispark



- ★ Domaren dömer direkt eller indirekt frispark för det ena laget om en spelare i det andra laget bryter mot en regel när bollen är i spel.
- ★ Domaren dömer indirekt frispark om målvakten tar upp bollen med händerna när den senast, avsiktligt, sparkats av en medspelare.
- ★ När bollen går i mål gäller följande:
- ★ Domaren dömer mål om bollen vid direkt frispark slås direkt in i motståndarlagets mål.
- ★ Domaren dömer inspark om bollen vid indirekt frispark slås direkt in i det andra lagets mål.
- ★ Domaren dömer hörnspark om bollen vid direkt eller indirekt frispark slås direkt in i det egna lagets mål.

Regel 13 Frispark



En frispark ska slås från den plats där regelbrottet inträffade. Undantag är:

- ★ direkt frispark i det andra lagets straffområde. Då döms straffspark.
- ★ Indirekt frispark i eget straffområde. Bollen läggs då på valfri plats i straffområdet.
- ★ Indirekt frispark i det andra lagets straffområde. Bollen läggs då på straffområdeslinjen.

Bollen

- ★ ska ligga stilla
- ★ Den som slår frisparken får inte röra bollen igen förrän den har vidrört en annan spelare. Om spelaren rör bollen två gånger dömer domaren indirekt frispark.
- ★ Är i spel när en spelare har sparkat den och bollen tydligt rör sig. Det andra lagets spelare ska stå minst sju meter från bollen.
- ★ Står en spelare närmare än sju meter uppmanar domaren spelaren att backa
- ★ När tre eller fler spelare i det försvarande laget bildar en "mur" måste spelare i det anfallande laget befinna sig minst 1 m från muren till dess bollen är i spel.

Regel 14 Straffspark



Domaren dömer straffspark om en spelare inom eget straffområde gör ett regelbrott som bestraffas med direkt frispark.

Bollen måste ligga still på straffpunkten, och det ska tydligt framgå vem som ska lägga straffsparken. Målvakten ska ha minst en fot på mållinjen mellan målstolparna och vara vänd mot straffsparks läggaren till dess bollen har sparkats. Övriga spelare ska vara

- ★ Bakom straffpunkten
 - ★ På spelplanen
 - ★ Utanför straffområdet
 - ★ Minst sju meter från bollen
-
- ★ Om målvakten rör sig framåt för tidigt och räddar straffen ska straffen slås om. Går bollen i mål dömer domaren mål.
 - ★ Om det behövs ska domaren lägga till tid i slutet av en period eller en förlängningsperiod så att straffsparken hinner läggas.

Regel 15 Inkast



Domaren dömer inkast till det ena laget när det andra laget slår bollen över sidlinjen på marken eller i luften.

Vid inkast ska kastaren

- Stå och vara vänd mot spelplanen
- Ha båda fötterna på sidlinjen eller utanför sidlinjen
- Kasta bollen med båda händerna bakom och över huvudet från den plats där bollen lämnade spelplanen.
- Avståndet ska vara minst två meter.

Bollen är i spel när den kommer in på spelplanen. Om bollen rör marken innan den kommer in på spelplanen ska inkastet göras om av samma lag och från samma plats. Om spelaren inte gör inkastet enligt reglerna ovan ska spelaren göra om det. Kastaren får inte röra bollen igen förrän den har vidrört en annan spelare. Om kastaren rör bollen två gånger dömer domaren indirekt frispark.

Regel 16 Målvaktsutkast/retreatlinje



Domaren dömer målvaktsutkast när hela bollen har passerat mållinjen på marken eller i luften efter det att den har rört vid en spelare i det anfallande laget på utsidan av målstolparna.

Spelet sätts igång genom att målvakten rullar eller kastar ut bollen. Målvakten får även lägga ner bollen till sig själv och slå en passning med fötterna.

Mål kan inte göras direkt på målvaktsutkast.

Om ett målvaktsutkast inte utförts korrekt ska det göras om.

Regel 16 Målvaktsutkast/Retreatlinje



Retreatlinje

- ★ När målvakten har bollen i händerna ska det andra laget backa till retreatlinjen och stanna där tills bollen återigen är i spel.
- ★ Bollen är i spel när den lämnar målvaktens händer. Detta gäller både när bollen har gått utanför mållinjen och när målvakten har fångat bollen i spelet.
- ★ Står en spelare från motståndarlaget närmare än retreatlinjen uppmanar domaren spelaren att backa, men spelet får sättas igång ändå. Om motspelaren rör sig mot bollen och stör spelet stoppar domaren spelet och låter målvakten sätta igång spelet igen. Detta gäller både när bollen har gått utanför linjen och när målvakten har fångat bollen i spelet.

Regel 17 Hörnspark



- ★ Domaren dömer hörnspark när hela bollen har passerat mållinjen på marken eller i luften efter det att den har rört vid en spelare i det försvarande laget.
- ★ Hörnsparken slås från hörnet på den sida om målet som bollen gick över linjen.
- ★ Mål kan göras direkt från hörnspark.
- ★ Bollen ska ligga still, och en spelare från det anfallande laget ska sparka bollen.
- ★ Bollen är i spel när spelaren har sparkat den och bollen tydligt rör sig. Spelaren får inte flytta hörnmarkeringarna (flagga, kon eller motsvarande).
- ★ Det andra lagets spelare ska stå minst sju meter från bollen. Står en spelare närmare än sju meter uppmanar domaren spelaren att backa, men spelet får sättas igång ändå.
- ★ Om hörnsparken inte utförs korrekt ska den tas om.

Domarens tecken



Direkt frispark



Fördel



Hörnspark



Indirekt frispark



Inkast



Målvaktsutkast



Straffspark



Vad händer nu?

- ★ Övriga frågor?
- ★ Regelprov
- ★ Genomgång av regelprov
- ★ Massa roliga domaruppdrag
- ★ Nya erfarenheter
- ★ Personlig utveckling i ledarskap
- ★ Avslutning

