

SPELREGLER VID SPEL 5 MOT 5

Spelplanen – Plan ytan ska vara 30*15–20 meter. Mittlinjen fungerar även som retreatlinje. Straffområde markeras inte ut på planen. (Straffspark döms inte ut.) Tar målvakten bollen med händerna långt från sitt eget mål stoppar domaren spelet, visar målvakten var denna får ta med händerna och låter målvakten göra om.

Bollen – Bollstorlek 3 ska användas.

Spelarna – Fyra utespelare och en målvakt är på planen samtidigt från respektive lag. Vid underläge med fyra mål eller fler får det lag som ligger under spela med fem utespelare tills ställningen är lika.

Utrustning – Alla spelare ska bära benskyldd. Alla typer av smycken är förbjudna och måste tas bort.

Domaren – Varje match leds av en eller två domare som ser till att spelreglerna följs. Domarens beslut ska respekteras av spelare, ledare och publik. Domaren ska hjälpa spelarna och instruera. Tala om varför de blåst och eventuellt låta spelaren få ett nytt försök till att göra rätt.

Speltid – Speltiden är 3*10 minuter vid tre matcher eller fler per lag. Speltiden är 3*15 minuter vid två eller enskild match.

Under spelets gång – Mål kan **inte** göras direkt på avspark, frispark, sidlinjes spark eller hörnspark. Det andra lagets spelare ska ha ett avstånd på minst fem meter från bollen vid dessa olika sparkar. Spelet sätts i gång antingen genom att en spelare driver bollen eller passar bollen på marken. Man får dock inte driva bollen själv direkt i mål.

Målvaktens spel – Spelets sätts i gång genom att målvakten rullar ut bollen. Målvakten får även rulla eller lägga ner bollen till sig själv och slå en passning på marken. Målvakten får ta upp bollen med händerna när en medspelare passar bollen. Det gäller både vid sidlinjes spark och i spelet. Mål kan inte göras direkt på målvaktsutkast.

Retreatlinje – Vid målvaktsutkast eller när målvakten fångar bollen i spel ska det andra laget backa ner till sin egen planhalva (Mittlinje = Retreatlinje) och stanna där tills bollen lämnat målvaktens händer.

Otillåtet spel och olämpligt uppträdande – Domaren dömer frispark när en spelare gör något oaksamt mot en spelare i det andra laget. Man får tex inte, sparka eller försöka sparka en annan spelare, knuffa, slå eller försöka slå en annan spelare, fälla eller försöka fälla en spelare, hålla fast en spelare eller hindra en motståndares förflyttning, eller på annat sätt spela på ett farligt och vårdslöst sätt. Varning eller utvisning tillämpas inte. En spelare som inte följer reglerna bör dock bytas ut av egna lagets ledare och få förklarat för sig vad han/hon gjorde för fel.

Skadad spelare – Om en spelare skadas stoppar domaren spelet direkt. Det gäller oavsett om det är en frisparkssituation eller inte. Ledare får komma in efter att domaren gett klartecken. Domaren sätter sedan i gång spelet igen med nedsläpp på mittlinjen eller en frispark där företeelsen begicks.

Detta är enbart en liten sammanställning. Det finns fler regler som alla bör känna till. Läs även gärna igenom den bifogade länken Spelregler för Barn- och ungdomsfotboll.