

Sammendrag af regler fra U4 til U12 (Børnefodbold).

MBoe. DBU. ADM. Lolland-Falster. 01.11.2016.



Spilleformerne 3, 5 og 8 mands er vigtige for at sikre, at selve spilleformen er træning i sig selv.

- Flere boldberøringer til hver enkelte spiller.
- Flere skud på mål.
- Flere driblinger/Finter.
- Større boldglæde.
- Plads til eksperimenter.
- Mindre resultatfokusering.

Lokalt, opfordrer vi klubberne til at stille med "lige hold"

Hermed et lille udpluk, fuldstændigt regelsæt kan ses her:

http://www.dbulolland-falster.dk/boern_og_unge/boernefodbold/spilleformer - klik ind på 3, 5 eller 8 stævner.

I 3 mands er det væsentlige: (Boldstr. 3).

- Alle igangsætninger sparkes men må også tages som en dribling af spilleren selv. 3 mands = 3 meters afstand til modstander.
- Der er aldrig hjørnespark, alt over baglinie er = målspark.
- Man bruger ikke off-side og indkast tages som et indspark.
- Der er ingen fast målmand og ingen må tage med hænder.
- Hold der er bagud med 3 mål må sætte en ekstra spiller på banen. ved 6 mål er det 2 ekstra o.s.v. Tilsvarende tages ud igen ved holdets reducereing.
- 1 hold er max. 6 spillere.
- DBU anbefaler HAK = Alle spillere mindst 1/2 delen af kampen / kampene.

I 5 mands er det væsentlige: (Boldstr. 3 for U7 & U8 og Boldstr. 4 for U9 & U10).

- Alle igangsætninger sparkes og er retningsfrie, (det betyder at bolden ved opgivning ikke nødvendigvis skal over midterlinien). 5 mands = 5 meters afstand til modstander.
- Der spilles ikke med offside.
- Straffespark tages 5 meter fra mållinie.
- Hjørnespark tages fra linien mellem målfelt og sidelinie.
- Indkast tages med mindst 2 meters afstand til modstander. (op til U8 vejleder man til korrekt udført indkast, fra U9 dømmes omkast til modstanderholdet.)
- Målspark må kastes eller sparkes ud af målmanden og er gyldigt selvom den ikke når ud af feltet og må også gerne samles op igen. Man må gerne spille tilbage til målmanden.
- Målspark må dog ikke sparkes direkte op over midterlinien, bolden skal ramme jorden eller spiller inden. Ved overtrædelse af denne regel idømmes der frispark der tages fra midterlinien.
- Ved gult kort = 5 minutters udvisning men man må godt sætte en ny spiller på banen.
- Hold der er bagud med 3 mål må sætte en ekstra spiller på banen. ved 6 mål er det 2 ekstra o.s.v. Tilsvarende tages ud igen ved holdets reducereing.
- 1 hold er max. 8 spillere.
- DBU anbefaler HAK = Alle spillere mindst 1/2 delen af kampen / kampene.

I 8 mands er det væsentlige: (Boldstr. 4).

- Alle igangsætninger sparkes og er retningsfrie, (det betyder at bolden ved opgivning ikke nødvendigvis skal over midterlinien). 8 mands = 7 meters afstand til modstander.
- Der spilles ikke med offside.
- Straffespark tages 8 meter fra mållinie. Andre skal være 7 meter væk fra "pletten".
- Hjørnespark tages fra linien mellem målfelt og sidelinie.
- Indkast tages med mindst 2 meters afstand til modstander.
- Målspark må kastes eller sparkes ud af målmanden og er gyldigt selvom den ikke når ud af feltet og må også gerne samles op igen. Man må gerne spille tilbage til målmanden.
- Målspark må dog ikke sparkes direkte op over midterlinien, bolden skal ramme jorden eller spiller inden. Ved overtrædelse af denne regel idømmes der frispark der tages fra midterlinien.
- Ved gult kort = 5 minutters udvisning holdet må IKKE sætte en erstatnings-spiller ind i perioden.
- Hold der er bagud med 3 mål må sætte en ekstra spiller på banen. ved 6 mål er det 2 ekstra o.s.v. Tilsvarende tages ud igen ved holdets reducereing.
- 1 hold er max. 11 spillere.
- DBU anbefaler HAK = Alle spillere mindst 1/2 delen af kampen / kampene.

- For alle gælder det, at trænere/ledere & tilskuere SKAL opholde sig på sidelinie - IKKE mållinie.
- For alle gælder det, at holdet må bestå af både piger og drenge.
- For alle gælder det, fri udskiftning.
- For alle gælder det, at holdet skal spille i ens spilletrøjer samt have benskiner på.
- Fra 5:5 gælder det, at målmandtrøjen skal afvige i farve, fra markspillernes trøjer.
- 1 Træner/leder fra begge hold må være på banen, for råd og vejledning.

FOR ALLE SPILLERE, TRÆNERE, LEDERE & TILSKUERE GÆLDER: FAIR PLAY

GOD FORNØJELSE - DBU Lolland-Falster.

