

Regler for fotball på små baner – VBIK 5`er fotball

REGEL 1 - Spillebanen

Størrelse. 40 x 20 m Oppmerking: På baner som er 40 x 20 m. eller mindre, eller baner som er fast oppmerket som håndballbane, benyttes håndballoppmerking. Straffesparkfeltet er innenfor 6-m. linjen (straffefelt-linjen) og utgjør samtidig målfeltet. Straffesparkmerket er på 6-m.-linjen, midt foran mål.

Målene: Det benyttes Håndballmål (3 x 2 m.)

REGEL 2 - Antall spillere

Det benyttes 5 spillere fra hvert lag inkludert målvakt på banen samtidig. Ubegrenset antall innbyttere kan byttes ut og inn. Hvert lag må ha minimum 3 spillere for å begynne en kamp. Innbytte kan skje når som helst (flygende innbytte), og skal skje i nærheten av midtstreken. Unntak: Målvakt kan kun byttes ved stopp i spillet.

REGEL 3 - Spillernes utstyr

Leggskinn skal benyttes og farlige/skarpe ting på spillerne må fjernes.

REGEL 4 - Dommeren

Alle kamper skal ledes av en "dommer" som har full myndighet til å håndheve spillereglene i forbindelse med den kamp han/hun er oppnevnt til.

REGEL 5 - Spilleets varighet

En kamp består av 2 omganger og kampen stoppes på tid. Ingen tillegg i tid for skader eller lignende. **Spilletid: 2 X 18 MINUTTER med 2 min. pause.**

REGEL 6 - Spilleets begynnelse

Før avspark velger kapteinene i samarbeid med dommer hvilken banehalvdel de skal spille på. Ballen startes fra midten ved begynnelsen av kampen, samt etter godkjenning av et mål. Mål kan gjøres direkte fra avspark.

1. Slå mynt laget som vinner myntkastet kan velge å bytte banehalvdel eller om de vil starte med avspark.
2. Signal fra dommeren.
3. Alle spillere må være på egen banehalvdel.
4. Motspillere må være 5 meter i diameter fra ballen.
5. Ballen er i spill når den er i bevegelse.
6. Spilleren som tar avspark kan ikke berøre ballen før en annen spiller har berørt den.

REGEL 7 - Ballen i og ute av spill

Ballen er ute av spill når hele ballen er passert sidelinje eller mållinje, enten den er på bakken eller i lufta. Likeså når spillet er stanset av dommeren. Ved dropping settes ballen i gang igjen der hvor ballen var når dommeren blåste. Skjer det innenfor straffeområdet skal ballen trekkes ut på 6-meter linjen. Ballen er fortsatt i spill når den treffer målstenger, hjørnestenger, og ikke går ut over sidelinjene. Treffer ballen dommeren og går i mål er det IKKE mål og ballen droppes nærmeste sted på 6m til det laget som sist hadde ballkontroll. Ballen er ute av spill når den treffer taket. Spillet gjenopptas med innspark til motstanderlaget til det lag som sist berørte ballen, innsparket tas fra et punkt nærmest der ballen traff taket.

REGEL 8 - Når mål gjøres

For at et mål skal godkjennes, må hele ballen ha passert mållinjen mellom målstengene og under tverrstangen. Når et lag har gjort mål, skal motparten ta avspark fra midten. Det kan ikke lages mål direkte fra: · Innspark · Indirekte frispark · Direkte frispark i eget mål

REGEL 9 - Offside

Praktiseres ikke.

REGEL 10 - Feil og overtredelser

Feil og overtredelser samt usportslig opptreden straffes på følgende måte:

Direkte frispark

Det er ti forseelser som straffes med direkte frispark, og forutsetningene er at:

- ballen må være i spill
- forseelsen må være gjort på spillebanen
- forseelsen må være gjort mot en motspiller
- dommeren må oppfatte forseelsen som uforsiktig, hensynsløs eller med unødig mye kraft (gjelder punktene a – f).

Dommeren skal dømme frispark dersom en spiller:

- a) sparker eller forsøker å sparke en motspiller
- b) feller eller forsøker å felle en motspiller
- c) hopper på en motspiller
- d) angriper en motspiller
- e) slår eller forsøker å slå en motspiller
- f) skyver en motspiller

Et direkte frispark skal også dømmes når en spiller gjør seg skyldig i én av de følgende 4 forseelser:

- g) under utførelse av en takling treffer motspiller før ballen
- h) spytt på en motspiller
- i) holder en motspiller
- j) med vilje tar i/spiller ballen med hånd eller arm, unntatt målvakt i eget straffefelt.

Vi følger NFFs regelverk for hands.

Straffespark

Et straffespark blir tildelt motparten hvis en spiller innenfor eget straffesparkfelt begår en av de forannevnte 10 forseelser (a – j), uansett hvor ballen befinner seg på spillebanen, forutsatt at den er i spill.

Indirekte frispark

Det er ni forseelser som skal straffes med indirekte frispark, og det er ikke et krav at forseelsen skal være "stygg" eller "alvorlig" eller gjort mot en motspiller. Indirekte frispark kan følgelig også dømmes ved forseelser mot en spiller fra eget lag.

Forutsetningene er:

- Ballen må være i spill
- Forseelsen må være gjort på spillebanen

Et indirekte frispark tildeles også motstander hvis målvakten innenfor eget straffesparkfelt begår en av de 5 forseelser:

- a) bruker mer enn fire sekunder når han kontrollerer ballen med hendene før han frigjør den for spill
- b) berører ballen med hendene igjen etter at han har frigjort den for spill og den ikke er berørt av annen spiller
- c) tar ballen med hendene etter at den med hensikt er sparket til ham fra en medspiller
- d) tar ballen med hendene etter å ha mottatt den direkte fra et innkast tatt av en medspiller
- e) haler ut tiden

Indirekte frispark tildeles motstanderne hvis en spiller, etter dommerens skjønn:

- f) spiller på en måte som anses som farlig
- g) stenger en motspiller fra å komme fram
- h) hindrer målvakten i å frigjøre ballen fra hendene
- i) begår enhver annen forseelse som ikke tidligere er nevnt i regel 12, hvor spillet stoppes for å advare eller vise ut en spiller

Advarsel – gult kort

Tildeles en spiller som:

- gjør seg skyldig i usportslig opptreden
- ved ord eller handling viser seg uenig i avgjørelser
- har gjentatte overtredelser av spillereglene
- hinder gjenopptagelse av spillet
- unnlater å respektere foreskrevet avstand når spillet gjenopptas ved frispark eller hjørnespark
- inntreder eller gjeninntreder på spillebanen uten dommerens samtykke
- med forsett forlater spillebanen uten dommerens samtykke

Utvisning – rødt kort

Spilleren som får rødt kort får ikke spille mer i den aktuelle kampen.

Spilleren får også minimum 1 kamps karantene.

Det praktiseres "korttids" utvisning for laget. Utvisningstiden er kun 2 minutter. Laget kan erstatte spilleren som fikk rødt kort med en ny spiller etter 2 minutter eller hvis motstanderen scorer.

Tildeles spiller som begår en av de 7 følgende forseelser:

- Er skyldig i alvorlig brudd på spillereglene
- Er skyldig i voldsom opptreden
- Spytt på en motspiller eller enhver annen person
- Fratar motparten et mål eller klar scoringssjanse ved forsettlig bruk av hånden (gjelder ikke målvakt i eget straffesparkfelt)
- Fratar motparten, som beveger seg mot spillerens mål, en klar scoringssjanse ved å begå en forseelse som skal straffes med frispark eller straffespark
- Bruker fornærmede, krenkende eller grovt språkbruk/gestikulering
- Blir tildelt sin andre advarsel i samme kamp

REGEL 11 - Frispark

Direkte frispark kan spilles direkte i motstandernes mål uten at noen har berørt den.

Indirekte frispark kan ikke settes i mål ute at en annen spiller har berørt ballen. Tildeles indirekte frispark innenfor motstanders straffefelt, trekkes ballen ut på 6-meters linjen.

Motspillerne må være minst 5 m. fra ballen ved alle frispark.

Når forsvarende lag tildeles frispark i eget straffesparkfelt, er ballen i spill med en gang frisparket er utført. Dette betyr at ingen spillere kan bevege seg inn i feltet før ballen er satt i spill.

REGEL 12 - Straffespark

Alle spillere unntatt den som skal ta sparket, må være utenfor straffesparkfeltet, bak ballen og minst 5 m. fra straffesparkmerket.

Tildeles straffespark gjelder følgende:

- Tas på 6- meters linjen rett foran mål
- Den som tar straffesparket gir seg tilkjenne
- Målvakten skal være på mållinjen, men kan bevege seg sidelengs
- Ballen er i spill når den beveger seg fremover
- Den som tar sparket kan ikke berøre ballen på nytt uten at en annen spiller har berørt den. Dermed kan ikke den som tar straffesparket berøre ballen etter retur fra målstenger

REGEL 13 – Innkast - innspark

Innkast erstattes med innspark.

Et innspark tildeles når hele ballen har passert sidelinjen, enten langs bakken eller i luften. Innsparket tas fra det stedet hvor ballen passerte sidelinjen. Et innspark tildeles motstanderne til spilleren som sist berørte ballen. NB ballen må ligge rolig på linjen før innsparket utføres ruller ballen eller ballen ikke ligger på linjen får motstanderen innsparket. Motspiller må være minst 5 meter unna. **Husk 4 sek. regelen!**

Mål kan ikke gjøres direkte fra innspark. Sparkes ballen direkte i eget mål, dømmes hjørnespark. Sparkes ballen direkte i motstandernes mål skal det dømmes målkast.

REGEL 14 - Målspark

Målspark tas hvis ballen går ut over mållinjen bak målet. Ved målspark MÅ ballen kastes. Det er lov å kaste ballen over midten ved målspark, men keeper kan ikke kaste ballen i mål gjør han det blir det målspark til motstanderen. NB! Keeper kan etter redning kaste eller sparke ballen så langt han vil, keeper har lov til å sparke ballen rett i motstanderens mål.

REGEL 15 – Hjørnespark

Hjørnespark dømmes når hele ballen har passert over mållinjen, enten i luften eller langs bakken og sist er berørt av en spiller fra det forsvarende lag og det ikke er scoret mål, jfr. regel 10.

- Hjørnespark tas fra det sted der mållinjen og sidelinjen møtes.
- Motstanderne må være minst 5 m. fra ballen.
- Mål kan gjøres direkte fra hjørnespark.
- Spilleren som tar hjørnesparket kan ikke berøre ballen en gang til før en annen spiller har berørt den.

MERKNADER SPESIelt FOR INNENDØRSFOTBALL

4 sekunds-regelen Hensikten med denne regel er at spillet skal settes hurtig i gang etter stans. Det er opp til dommeren å avgjøre når tidsrammen på 4 sekunder er overskredet.

Som en rettesnor gjelder:

Fra det tidspunktet spilleren/laget KAN sette ballen i spill og til den BLIR satt i spill, skal det ikke gå mer enn 4 sekunder dette gjelder også for keeper. Her må det bl.a. tas hensyn til alder og ferdighet i de yngste klassene.

Et indirekte frispark til det angripende lag skal tas fra det nærmeste sted på straffefeltlinjen dersom forseelsen finner sted innenfor straffesparkfeltet