

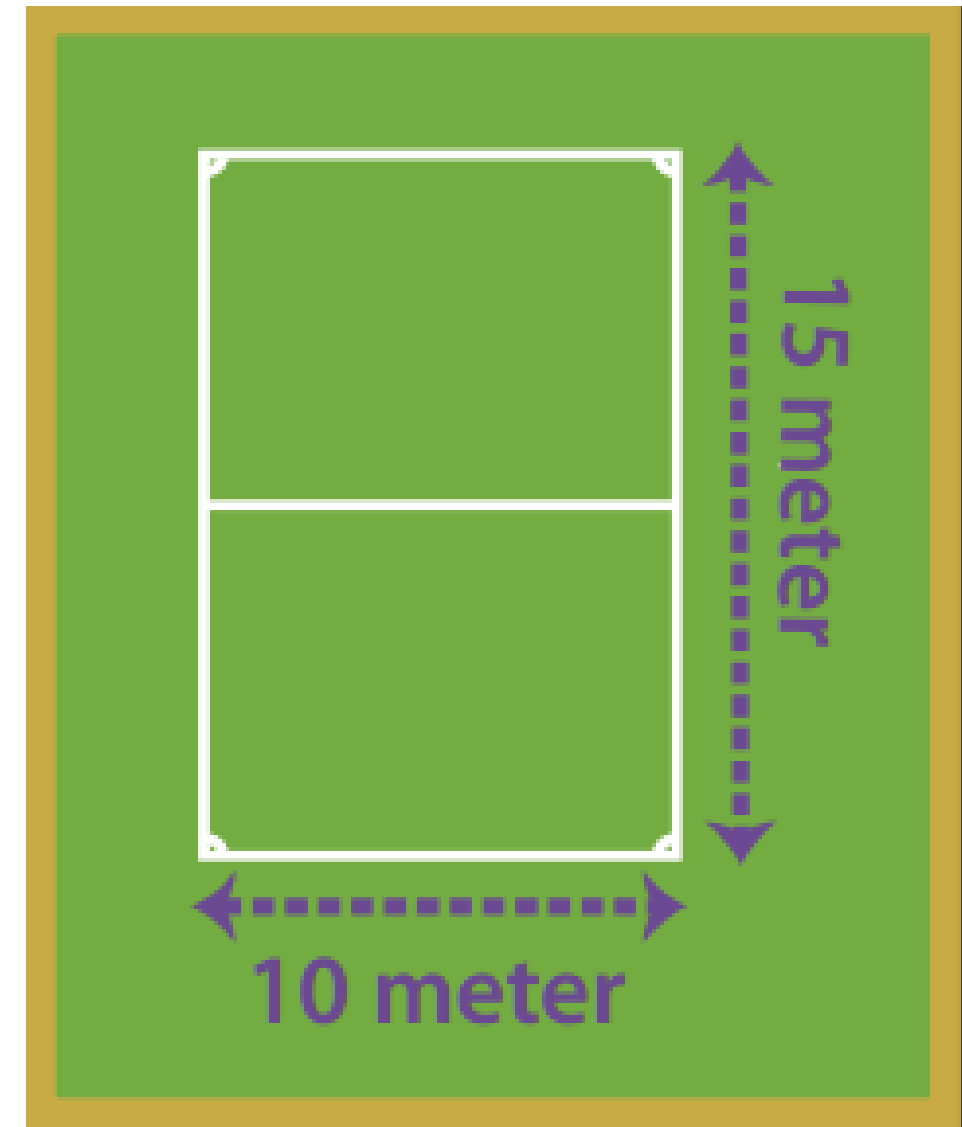
Klubbdommerkurs



Regel 1 - Spillebanen

Treerfotball

- Det kan spilles med vant (inngjerding)



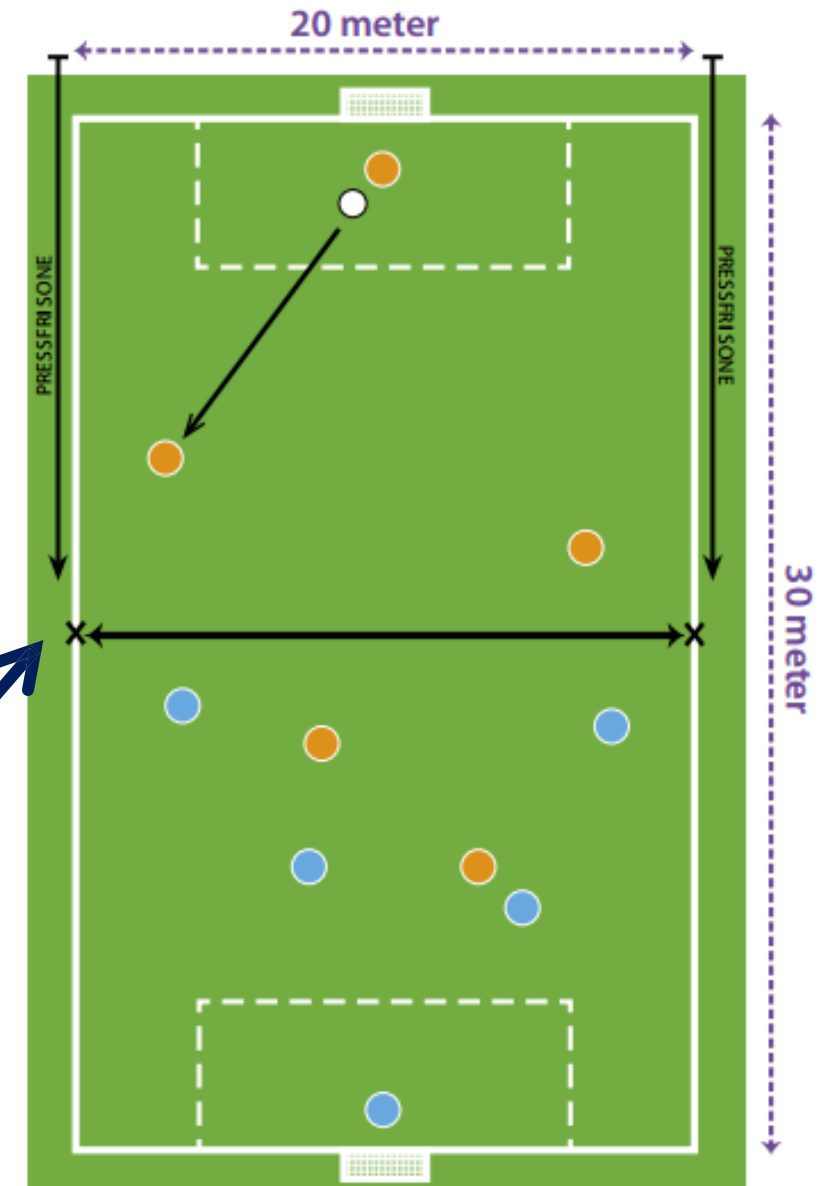
Regel 1 - Spillebanen

Femmerfotball

- Spillebanen størrelse: 30 m (lengde) x 20 m (bredde)
- Femmermål



Pressone ½ av banen



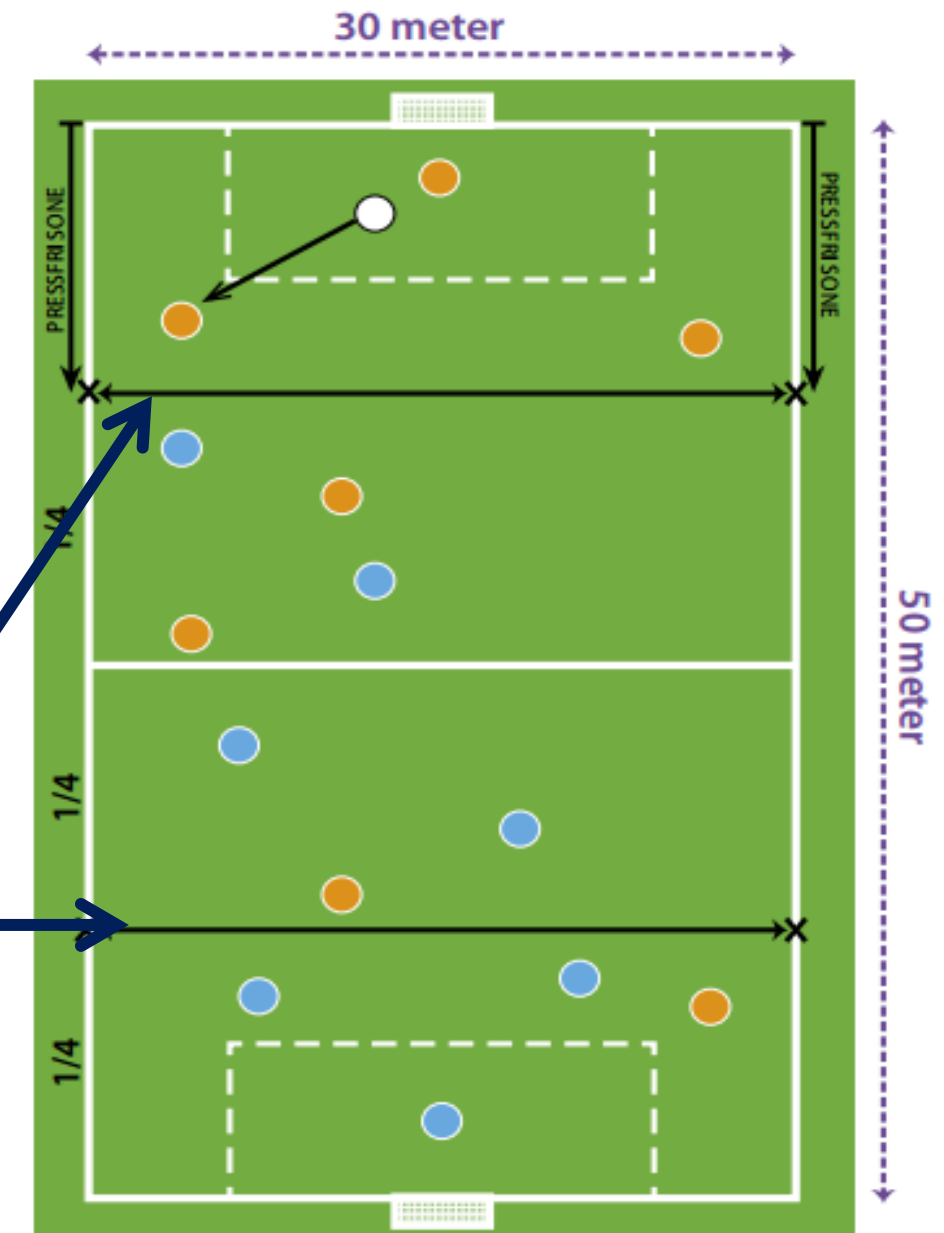
Regel 1 - Spillebanen

Sjuerfotball

- Spillebanen størrelse: 50 m (i lengde) x 30 m (i bredde)
- Syvermål



Pressone $\frac{1}{4}$ av banen



Regel 2 – Ballen

6-9 år:

- Lettball størrelse nr. 4 eller
- Ballstørrelse nr. 3

10-14 år:

- Ballstørrelse nr. 4



Regel 3 - Antall spillere

Treerfotball

- 3 spillere på hvert lag samtidig.
- Kampene spilles uten målvakt
- Flyvende innbytte

Femmerfotball

- 5 spillere på hvert lag samtidig, inkludert målvakt.
- Det er flyvende innbytte.
- Målvakt kan kun byttes ved stopp i spillet

Sjuerfotball

- 7 spillere på hvert lag samtidig, inkludert målvakt.
- Det er flyvende innbytte.
- Målvakt kan kun byttes ved stopp i spillet



Regel 3 - Antall spillere

Ekstra spiller i spillformen **treer-**, **femmer-** og **sjuerfotball** for barn 12 år og yngre

- Når målforskjellen er fire mål eller mer i en kamp, kan det laget som ligger under sette inn en ekstra utespiller.
- Dersom målforskjellen reduseres til under fire mål (tre eller mindre), går man tilbake til like mange spillere på hvert lag.
- Det kan ikke settes inn mer enn en ekstra spiller selv om differansen blir mer enn fire mål.



Regel 4 – Spillernes utstyr

- Spillerne må ha passende tøy, og det er påbudt med leggbeskyttere
- Farlige/skarpe gjenstander skal fjernes (f.eks. smykker, klokker etc.)
- Det er lov til å spille med briller
- Det er ikke påbudt med fotballsko, men det er ikke lov til å spille barbeint.



Regel 5 – Dommeren

Dommerens myndighet

- Dommeren skal ha kjennskap til spillereglene i barnefotball.
- Dommerens viktigste oppgave er å være **veileder**, og veilede spillerne med **bruk av sunn fornuft**.

Håndheve spillereglene

- Bestemme når noe er feil etter spillereglene og noe ikke er det, samt når en skal stanse spillet
- Holde regnskap med lengden på omgangene og hvem som starter omgangene
- Sjekk at ball og spilledrakter/farger er korrekt
- Stanse spillet ved "alvorlig" skade



Foto: Sjur Stølen / NFF



Foto: Sjur Stølen / NFF

Regel 5 Dommeren - tegn og signaler



Indirekte frispark



Direkte frispark



Straffespark (pekes mot straffesparkmerket)



Fordelstegn (1)



Fordelstegn (2)



Hjørnespark



Målspark

Regel 6 – Linjevakt

- Dommeren kan be hvert lag om å stille med en linjevakt.
- Linjevaktens oppgave er kun å **si ifra** når hele ballen har passert over sidelinjen.



Illustrasjon: Linjevakt som gir tegn for at ballen er ute av spill

Regel 7 – Spilletts varighet

En kamp består av to like lange omganger.

Det er dommeren som bestemmer hvor lang tid som skal legges til i hver omgang.

Det kan legges til tid for:

- Skader
- Bytte av målvakt
- Henting av ball
- Drikkepause
- Nedkjølingspauser



Regel 7 – Spilletets varighet

Spilletider (maks):

Årsklasse	Spilletid
12-årsklasse	2 x 35 min
11-årsklasse	2 x 30 min
10-årsklasse	2 x 30 min
9-årsklasse	2 x 25 min
8-årsklasse	2 x 25 min
7-årsklasse	2 x 20 min
6-årsklasse	2 x 20 min



I turneringer kan det være andre spilletider.

[Gjør deg kjent med hva som står i NFF sitt Breddereglementet §2-2](#)

Regel.8 Spilletets begynnelsen og gjenopptakelse



Stein Saks Papir

Det lag som vinner bestemmer enten:

- *valg av banehalvdel eller*
- *om de vil ta avspark.*
- Om vinner velger avspark, skal motstanderlaget få velge banehalvdel
- Motstanderlaget tar avspark i andre omgang.



Bilde: stabæk.no

Regel 8 - Spilletts begynnelse

- I **treer-**, **femmer-** eller **sjuerfotball** kan det ikke gjøres mål direkte fra avspark.
 - *Dersom dette skjer skal det tas nytt avspark.*
- **Ballen er i spill når den er sparket og satt i bevegelse.**

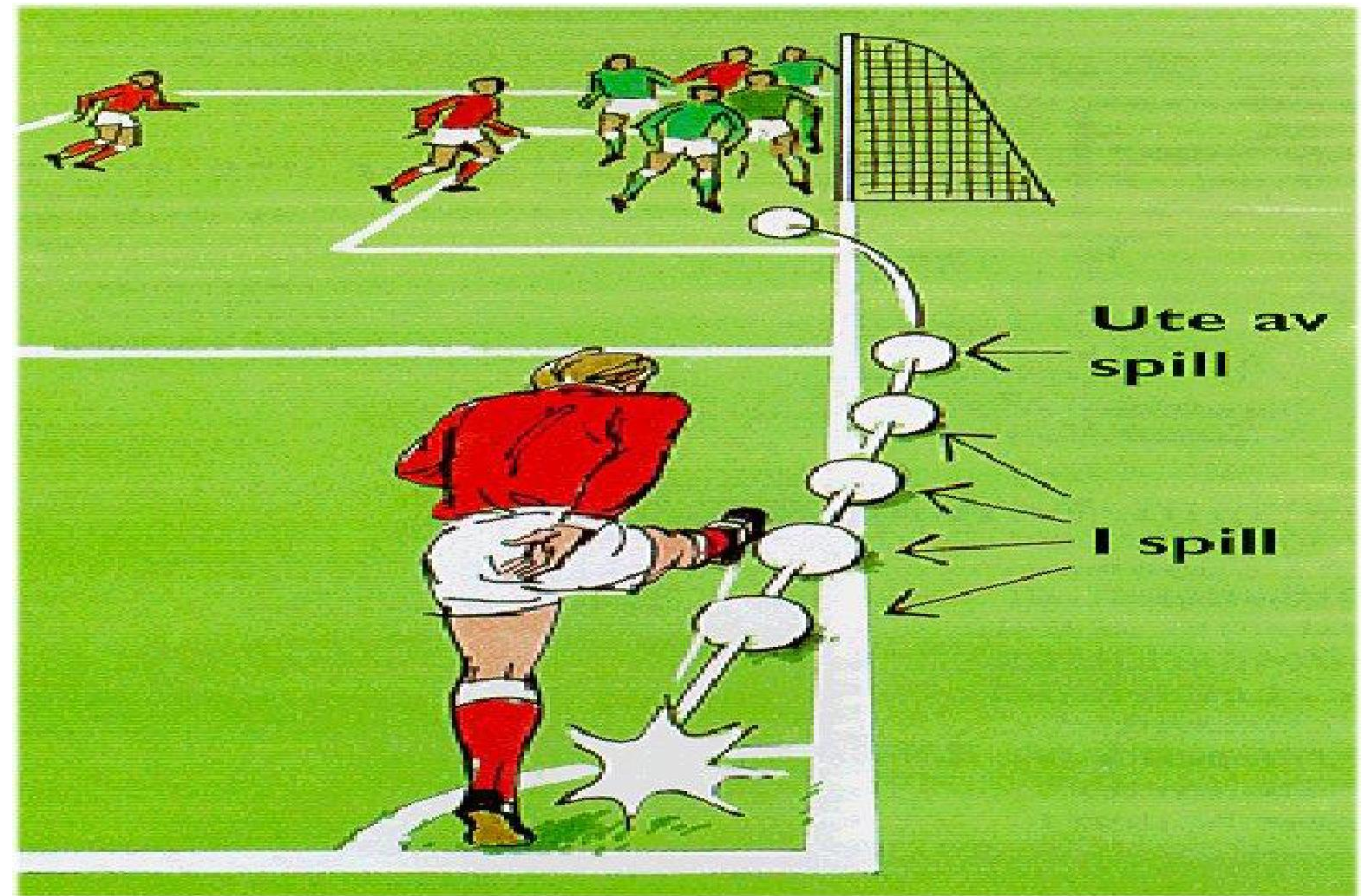


Foto: Sjur Stølen / NFF

Regel.9 Ballen i og ute av spill

Ballen ute av spill:

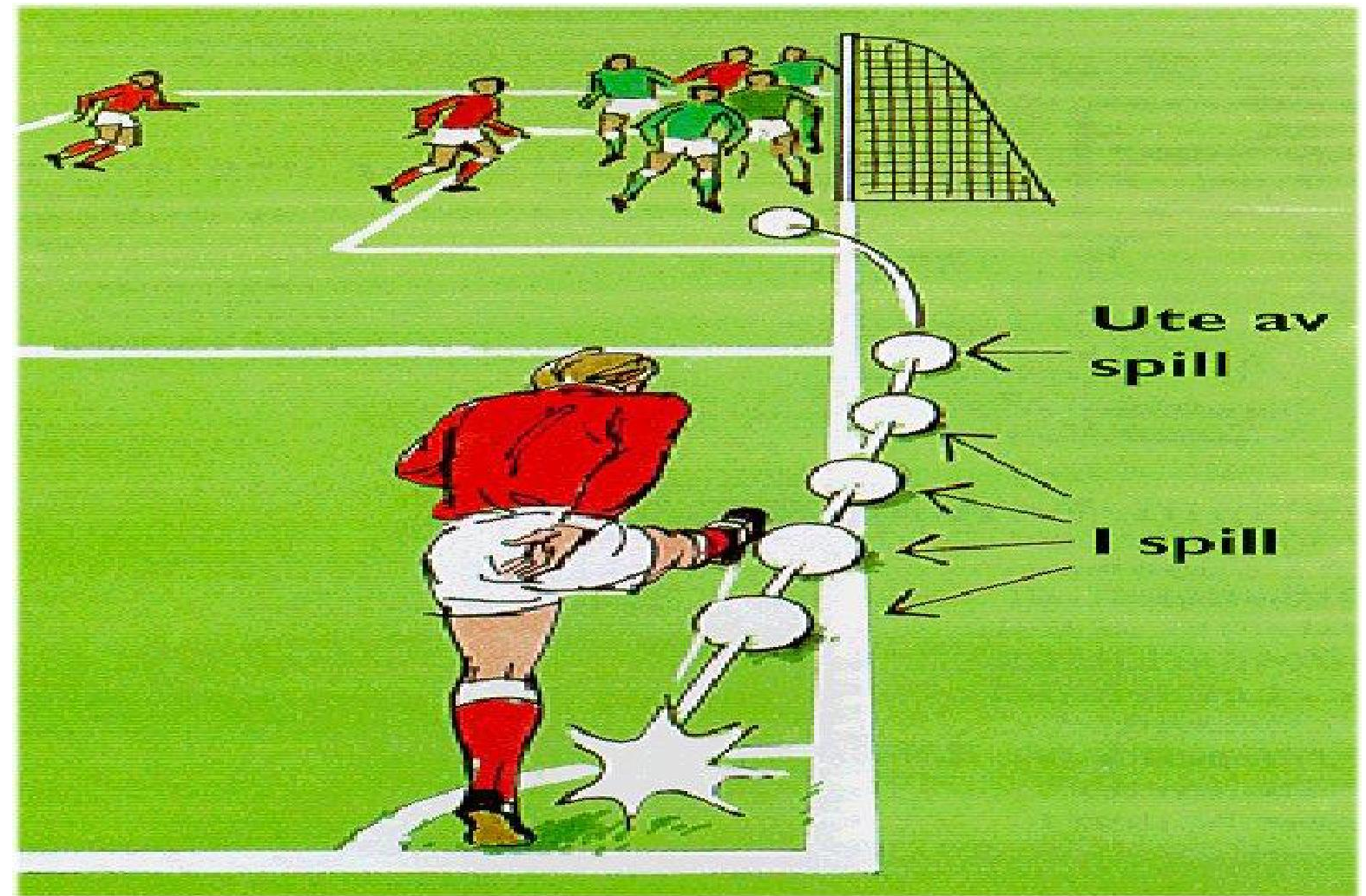
- Når hele ballen har passert sidelinjen/mållinjen, enten langs bakken eller i luften
- Når dommeren har stanset spillet
- Når ballen treffer dommeren, og blir værende på spillebanen og:
 - et lag kan oppnå en positiv angrepsmulighet
 - ballen går direkte i mål
 - at det andre laget oppnår ballbesittelse



Regel.9 Ballen i og ute av spill

Ballen i spill:

- Så lenge ikke hele ballen har krysset sidelinjen eller mållinjen
- Dersom den returnerer fra målstolpe, tverrligger eller hjørnestolpe/flagg
- Hvis den treffer en i dommerteamet som befinner seg på spillebanen, og de 3 kriteriene for å stoppe kampen ikke er oppfylt



Regel.9 Ballen i og ute av spill

Ballen treffer en i dommerteamet

- i) Ballen er ute av spill, om den blir på banen etter å ha berørt en i dommerteamet og
 - *et lag kan oppnå en positiv angrepsmulighet*
 - *at ballen går direkte i mål*
 - *at motstanderlaget oppnår ballbesittelse.*

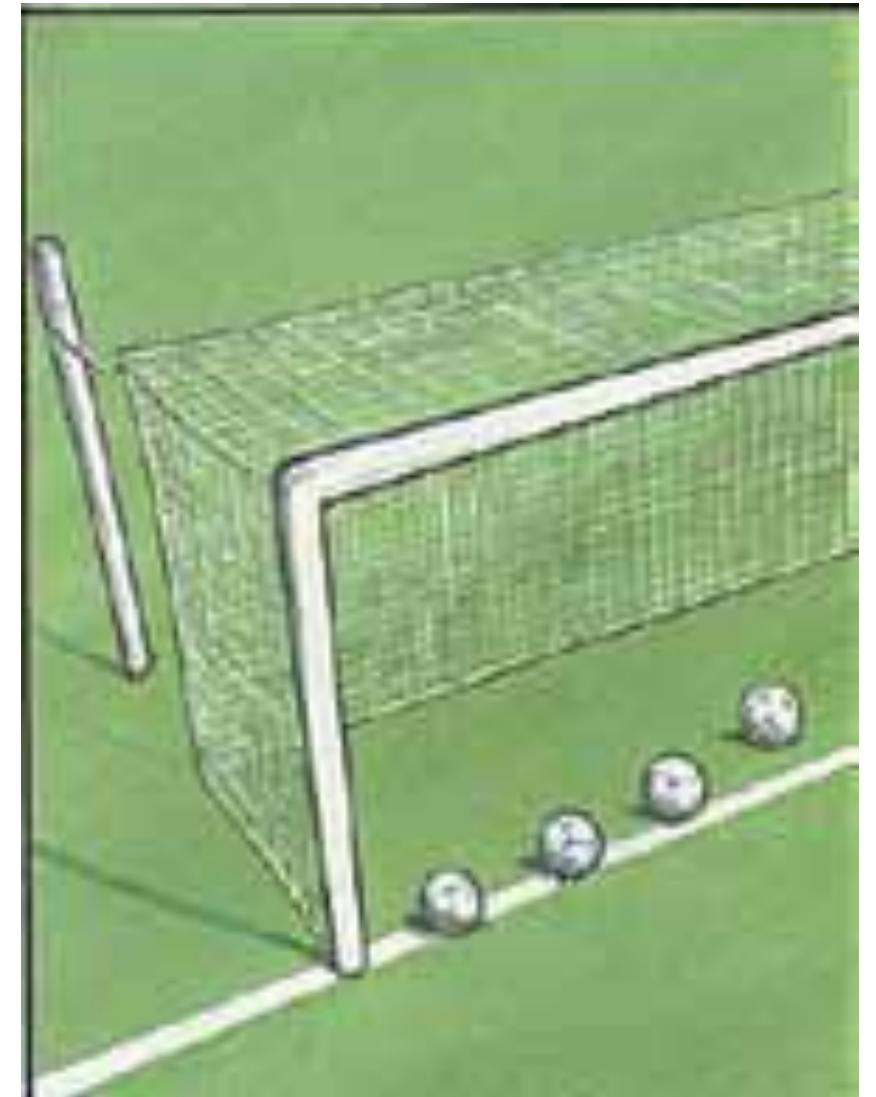
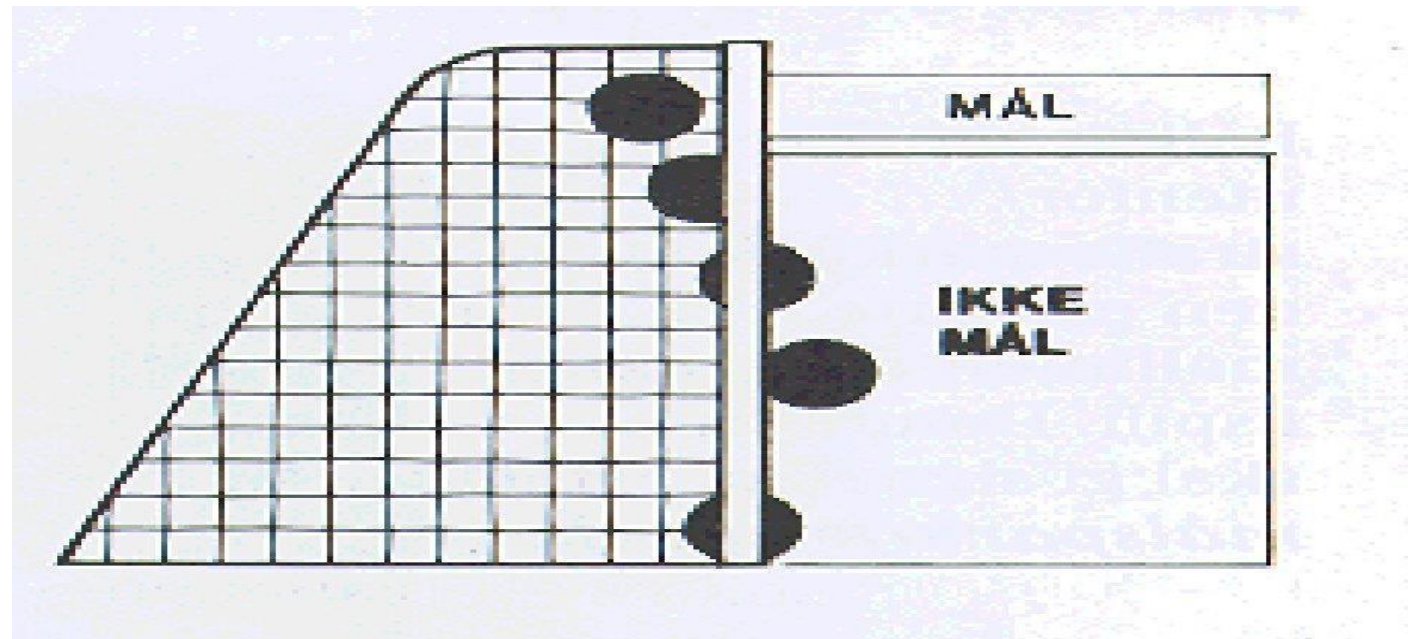
- ii) Ballen forblir i spill og ingen av de tre kriterier ovenfor oppfylles
 - *Ballen anses å være fremdeles i spill og skal ikke droppes*

- iii) Ballen går ut av spill etter å ha berørt en i dommerteamet
 - *spillet gjenopptas på korrekt måte, ballen anses ikke å ha berørt en i dommerteamet*

Dropp tas fra der ballen berører en i dommerteamet

Regel 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.
- I treer, femmer og syverfotball for barn 12 år eller yngre, kan det ikke gjøres mål direkte fra avspark.



Regel 11 – Offside

Benyttes ikke i:

- Treerfotball
- Femmerfotball
- Sjuerfotball



Foto: Sjur Stølen / NFF

Regel 12 – Feil og overtredelser - Frispark

Det dømmes frispark når en spiller:

- feller en motspiller
- holder en motspiller
- dytter en motspiller
- tar ballen med hånden
- gjør noe som kan være farlig for de andre spillerne
- I **Treerfotball** når en spiller holder seg fast i vantet/gjerde

Regel 12 – Feil og overtredelser - Dropp

Det dømmes dropp hvis:

- Dersom det er behov for å stanse kampen av andre grunner
- Ballen blir låst fast lenger enn 5 sekunder, enten mot vantet eller motspiller.
- Ballen skal være i bakken før spillerne kan røre den.
 - **Treerfotball:** Dropp skjer på midten
 - **Femmer-, og Sjuerfotball:** Dropp skjer der ballen var når spillet ble stanset

Regel 12 Feil og overtredelser - *ved målspark og frigjøring av ballen etter redning*

Treerfotball

Ingen målspark da det ikke er målvakt

Femmerfotball

- Det er ikke lov å kaste eller spille ballen direkte over midten ved målspark/målkast, eller når målvakten skal frigjøre ballen etter redning.
 - Hvis dette skjer skal det dømmes frispark til motstanderlaget der ballen passerer midtstreken.

Unntak: *Hvis målvakten tar ballen med seg utenfor straffesparkfeltet etter redning kan ballen spilles over midtbanen.*

Sjuerfotball

- Det er ikke lov å kaste eller spille ballen direkte over midten ved målspark/målkast.
 - Hvis dette skjer skal det dømmes frispark til motstanderlaget der ballen passerer midtstreken.

Unntak: *Det er lov å kaste eller spille ballen over midtlinjen når målvakten frigjør ballen etter redning.*

Regel 12 – Feil og overtredelser

Tilbakespillsregelen

Spilles ballen med foten med vilje til egen målvakt, kan denne ikke ta ballen med hendene innenfor eget straffesparkfelt.

Dersom dette skjer i **Femmerfotball** og **Sjuerfotball**

- Skal det påpekes at dette ikke er lovlig (klubbdommer er veileder).
 - Deretter skal målvakten spille ballen ut på vanlig måte.
- Ved **gjentatte*** ganger skal motstander tildeles et frispark fra midtlinjen.

NFF definerer begrepet «gjentatt» som følgende

Femmerfotball

Dommer har veiledet to ganger (1.Opplyse, 2.Påminnelse = 3.gang og videre tildeles frispark)

Sjuerfotball

Dommer har veiledet én gang. (1.Påminnelse, 2.gang og videre tildeles frispark)

Regel 12 – Feil og overtredelser

Disiplinærreaksjoner

- For spillere 12 år eller yngre benyttes ikke gule og røde kort.
- Disiplin og reaksjon gjøres gjennom:
 - Veilede spillere og snakke med spillerne for å holde temperaturer nede/roe ned.
 - Gi tilsnakk ved gjentatte overtredelser.
- **Treerfotball og Femmerfotball:**
 Handlinger som normalt ville ha ført til advarsel eller utvisning, og laglederen selv ikke tar spilleren av banen, kan dommeren pålegge laglederen at spilleren ikke får delta videre i kampen.
- **Sjuerfotball**
 En spiller/innbytter som etter dommerens skjønn begår en forsettlig voldshandling ved å slå, sparke eller forsøke på dette, eller bite, spytte på eller stemple en annen person kan bortvises.
- Pålegg om å fjerne spillere / bortvisning får ikke konsekvenser for spilleren i neste kamp.



Foto: Sjur Stølen / NFF

Regel 13 – Frisparktyper



Direkte frispark

Et frispark som kan skytes direkte i motstanderens mål

- *Direkte frispark skytes direkte i eget mål*
= *hjørnespark til motstanderlaget*

Indirekte frispark

Et frispark som må berøre en annen spiller før den går i mål

- *Indirekte frispark skytes direkte i eget mål*
= *hjørnespark til motstanderlaget*
- *Indirekte frispark skytes direkte i motstanderens mål = målspark*



Foto: Sjur Stølen / NFF

Tegn for frispark



Foto: Sjur Stølen / NFF

Etter å ha pekt retning så holdes hånden i været som tilleggsteget for å markere et indirekte frispark

Regel 13 – Frispark

Treerfotball

- Alle frispark er indirekte
- Det dømmes ikke straffespark.
- Motstanderen må være minst 3 meter fra ballen

Femmerfotball og Sjuerfotball

- Alle frispark er direkte frispark.
- Motstanderen må være minst 5 meter fra ballen
- Ved frispark innenfor eget straffesparkfelt må ballen ha kommet på utiden av straffesparkfeltet for å være i spill.



Tegn for frispark



Etter å ha pekt retning så holdes hånden i været som tilleggsteget for å markere et indirekte frispark

Regel 14 – Straffespark

- Frispark innenfor straffesparkfeltet tildelt det angripende lag tas som straffespark fra straffesparklinjen (målfeltlinjen).
- Motspillere (unntatt målvakten) skal stå minimum 5m fra ballen

Treerfotball

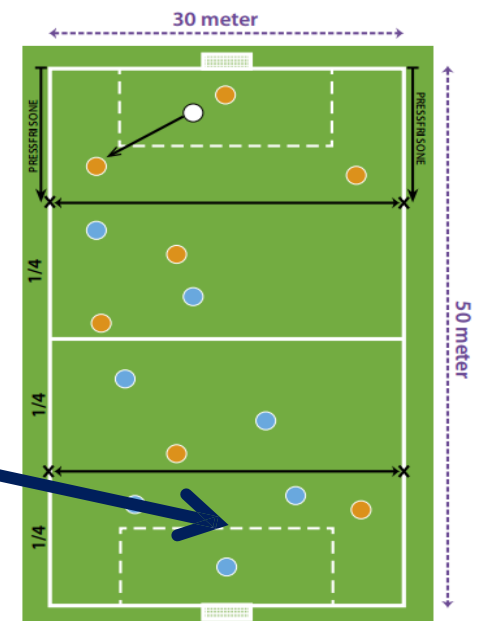
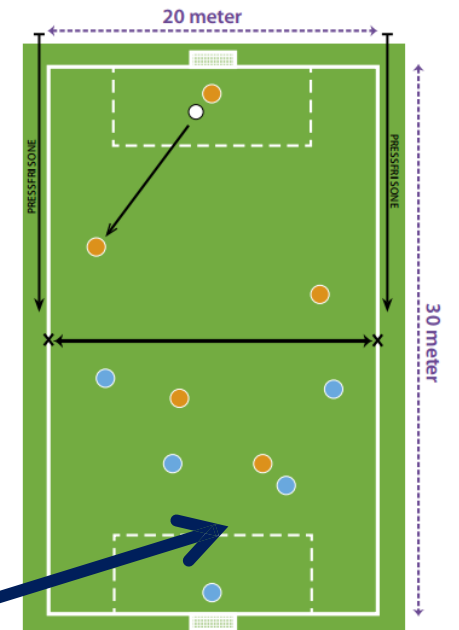
Det dømmes ikke straffespark

Femmerfotball

Straffesparket tas 6 meter fra mållinje, på straffesparklinjen midt foran mål

Sjuerfotball

Straffesparket tas 8 meter fra mållinje, på straffesparklinjen midt foran mål



Regel 15 – Innkast

Treerfotball

Ikke innkast, men *innspark*

Femmerfotball og Sjuerfotball

- Innkastet skal tas fra det stedet ballen passerte sidelinjen
- Kastet utføres med begge hendene, ballen kastes bakfra og over hodet.
- Spilleren skal ha en del av hver fot på sidelinjen eller på bakken utenfor sidelinjen.
- Ved feil utførelse skal dommeren veilede spilleren om hva som var feil og ta det på nytt.
- Hvis samme lag/spiller gjentatte* ganger kaster feil, gis kastet motstanderen.

Hindrer motstander at et innkast tas uforstyrret, anbefales det å holde igjen igangsetning og påse at motstander trekker seg vekk fra innkastet slik at den som tar kastet har en fair sjanse å gjøre dette riktig.

Det kan ikke scores mål direkte fra innkast/innspark



Regel 15 – Innkast

Tilbakespillsregelen ved innkast

- Hvis målvakten tar opp ballen etter innkast fra medspiller
 - Det skal påpekes at dette ikke er lovlig (dommer skal veilede).
 - Deretter skal målvakten spille ballen ut på vanlig måte.
- Skjer dette *gjentatte** ganger skal motstander tildeles et frispark fra midtlinjen.

NFF's definisjon av «gjentatt» :

- **Femmerfotball**
Dommer har veiledet to ganger (1.Opplyse, 2.Påminnelse = 3.gang og videre tildeles frispark)
- **Sjuerfotball**
Dommer har veiledet èn gang (1.Påminnelse, 2.gang og videre tildeles frispark)

Regel 16 – Målspark - Femmer- og sjuerfotball

- Målspark/målkast tas hvis ballen går ut over mållinjen utenfor målet
- Ved målspark/målkast kan ballen sparkes/kastes ut av straffesparkfeltet uten at den må ligge på bakken
- Motstandere må være utenfor pressfri sone ved målspark/målkast
 - Det forsvarende lag kan først bevege seg over presslinjen når en motspiller har mottatt ballen fra målvakten
 - Brudd på regelen gir ny igangsetting
 - *Unntak: Hvis målvakten setter spillet så fort i gang at motstanderlaget ikke rekker å trekke seg tilbake fortsetter spillet*
- Ballen er i spill når den klart er satt bevegelse
- Hvis målvakt etter redning tar med seg ballen utenfor målfeltet, kan målvakten spille ballen hvor som helst på banen også over midtlinjen.

Regel 16 – Målspark

Treerfotball

- Det spilles ikke med hjørnespark i treerfotball.
 - Uansett hvem som sparker ballen over mållinjen eller ballnettet, er det målspark.
- Målspark tas inntil én meter ut fra mållinjen.
- Det er lov å sparke ballen over midtlinjen

Femmerfotball

- Det er ikke lov å kaste eller spille ballen over midten
 - ved målspark/målkast, eller
 - når målvakten skal frigjøre ballen etter redning.
- Hvis dette skjer skal det dømmes frispark til motparten fra der ballen passerer midtstreken.

Sjuerfotball

Det er ikke lov å kaste ballen over midten ved målspark/ målkast.

- Hvis dette skjer skal det dømmes frispark til motparten fra der ballen passerer midtstreken.

(Se regel.12 for unntaket for denne regel i 5'er og 7'er)

Regel 17 – Hjørnespark

Hjørnespark tas fra stedet hvor mållinjen og sidelinjen møtes.

Treerfotball

- Det er ikke hjørnespark i 3'er-fotball, her dømmes det målspark.

Femmerfotball og Sjuerfotball

- Motstander skal være minst 5 meter fra ballen
 - Motspiller som ikke er 5m fra ballen og berører ballen = Nytt hjørnespark

