**Information till ledare och coacher**

* **Matchen ska vara ett lek- och glädjefullt tillfälle där utgångspunkten är barnens behov.**
* **Antal ledare/lag är begränsat.**Max 2 ledare + 1 förälder/lag. Föräldern behövs för att hämta bollen då den går över nätet/sargen, (barnen kommer inte över själva), samt för att hämta bollen då den förvinner från övriga planer.
* **Minimal coaching.**Barnfotbollsspelare mår bäst av att inte coachas medan de spelar. De får då tillfälle att fatta egna beslut och genomföra dessa utan att stressas av råd och tillrop från ledare och föräldrar. Det leder till att barnen kommer att lita på sig själva, ökad kreativitet och på sikt till modigare spelare. Ledarna får givetvis säga till spelare som blir kvar i försvars- eller anfallsspelet samt ibland spontant berömma spelarna, men det skall inte vara en konstant coaching, som mer är till för att tillfredsställa den egna tävlingsinstinkten eller lugna nerverna.

Att prata med avbytarna rekommenderas, de kan möjligtvis lyssna och ta till sig, framför allt av det som Ni tycker är bra. I periodpauserna kan Ni eventuellt ta upp **en** sak som vi kan och ska göra mer av.

**Spelarna**En match spelas mellan två lag varav 3 utespelare i respektive lag samtidigt får delta i spelet. 3 mot 3 spelas utan målvakt.
En match kan inte börja eller fortsätta om något av lagen är färre än 3 spelare.

Samtliga avbytare får bytas in under match och utbytt spelare får återinträda i spelet. Byte av avbytare sker genom s.k. flygande byten.

Vid underläge med fyra eller flera mål får laget som ligger under spela med 4 spelare tills ställningen är lika. *En rekommendation, inte en regel.*

**Speltiden**En match består av fyra lika långa perioder där domaren avgör hur mycket tid som ska läggas till i respektive period.
Speltiden är 4 x 3 minuter.

**Spelets start och återupptagande
Avspark**En avspark startar varje period i matchen och återupptar spelet när ett mål har gjorts. Vid avspark gäller följande:
Alla spelare förutom den som lägger avsparken måste vara på sin egen planhalva, bollen ska ligga still på mittpunkten, domaren ger signal.

**Igångsättning av spelet. Avspark, sidlinjespark, frispark och hörna slås på samma sätt. (**Sidlinjespark är istället för inkast.)Sker genom att spelaren driver bollen, passar den till sig själv eller till annan spelare, från mittpunkten, det ställe den passerat ur spel, platsen för regelbrottet eller ute i hörnet.
Motståndarna ska befinna sig 3 meter från bollen då den startas.

**Bollen låses fast mellan spelarna vid nätet/sargen.**Det kan förekomma, speciellt i hörnen, och då skall nedsläpp göras vid mittpunkten av planen.
**Nedsläpp**Domaren släpper bollen vid mittpunkten, oavsett var spelet stoppades.

**Otillåtet spel och olämpligt uppträdande**
Frisparkar kan endast dömas för regelbrott begångna när bollen är i spel.
En frispark döms om en spelare begår något av följande regelbrott mot en motspelare på ett sätt som av domaren anses vara oaktsamt, vårdlöst eller utfört med överdriven kraft:
- angriper med överkroppen, - hoppar mot, - sparkar eller försöker sparka, - knuffar, - slår eller försöker slå, -fäller eller försöker fälla, -tacklar med foten eller angriper med annan del av kroppen

En frispark döms även om en spelare begår något av följande regelbrott:
- avsiktligt tar kontakt med bollen med sin hand eller arm, - håller fast en motspelare, - hindrar en motspelare med kontakt, - spelar på ett farligt sätt, - hindrar en motspelares förflyttning, - vid spel med sarg eller nät håller sig i sargen/nätet.
Varningar eller utvisningar tillämpas inte. *Vid olämpligt uppträdande får spelaren byta med annan spelare. Det kan vara bra att spelaren får lugna ner sig innan denne byts in igen.*