

# ABC

## Barnefotball

### 2011



Trøndelag  
Fotballkrets

En praktisk veileder for  
trenere og lagledere.





## **FORELDREVETTREGLER**

Som foresatte og foreldre kan du bidra til å gjøre barnefotballen til en opplevelse for barna. Her er noen huskereglene:

- 1. Møt opp til kamp og trening**  
- barna ønsker det
- 2. Gi oppmuntring til alle spillerne under kampen**  
- ikke bare dine kjente
- 3. Oppmuntre i medgang og motgang**  
- ikke gi kritikk!
- 4. Respekter lagleders bruk av spillere**  
- ikke forsøk å påvirke han/henne under kampen
- 5. Se på dommeren som en veileder**  
- respekter avgjørelsene!
- 6. Stimuler og oppmuntre ditt barn til å delta**  
- ikke press det
- 7. Spør om kampen var morsom og spennende**  
- ikke bare om resultatet
- 8. Sørg for riktig og fornuftig utstyr**  
- ikke overdriv
- 9. Vis respekt for arbeidet klubben gjør**  
- delta på foreldremøter for å avklare holdninger og ambisjoner
- 10. Tenk på at det er ditt barn som spiller fotball**  
- ikke du
- 11. Vis respekt for andre**  
- ikke røyk på sidelinja
- 12. Husk at barna gjør som du gjør - ikke som du sier**

## Trøndelag Fotballkrets ønsker å gi trenere og lagledere et abc-hefte som kan være til hjelp i hverdagen.

Som trener og lagleder støter man på mange spennende utfordringer i løpet av en sesong. De fleste takler man med sunn fornuft, mens noen kan være litt mer vriene å ta tak i.

For å gjøre fotballhverdagen litt enklere har vi utarbeidet dette ABC-heftet, som inneholder forenkling av regler og retningslinjer, samt flere praktiske tips.

### Ansatte:

<b>Stig Eriksen</b>	<b>Daglig leder</b> e-post: <a href="mailto:stig.eriksen@fotball.no">stig.eriksen@fotball.no</a>	tlf 73 82 14 62
<b>Bjørn Langørgen</b>	<b>Klubbutvikler/Ansv. serie/kamp</b> e-post: <a href="mailto:bjorn.langorgen@fotball.no">bjorn.langorgen@fotball.no</a>	tlf 73 82 14 63
<b>Christer Basma</b>	<b>Trenerutvikler</b> e-post: <a href="mailto:christer.basma@fotball.no">christer.basma@fotball.no</a>	tlf 73 82 14 64
<b>Kjell Alseth</b>	<b>Dommerkonsulent</b> e-post: <a href="mailto:kjell.alseth@fotball.no">kjell.alseth@fotball.no</a>	tlf 73 82 14 65
<b>Tommy Bang-Larssen</b>	<b>Klubbutvikler/Aktivitetsutv.</b> e-post: <a href="mailto:tommy.bang-larssen@fotball.no">tommy.bang-larssen@fotball.no</a>	tlf 73 82 14 66
<b>Tarjei N. Smågesjø</b>	<b>Spiller- og trenerutvikler</b> e-post: <a href="mailto:tarjei.nerbo.smagesjo@fotball.no">tarjei.nerbo.smagesjo@fotball.no</a>	tlf 73 82 14 67
<b>Kjell Helge Lønnum</b>	<b>Forsikring / Overganger / Materiell</b> e-post: <a href="mailto:kjell.helge.lonnum@fotball.no">kjell.helge.lonnum@fotball.no</a>	tlf 73 82 14 68

### Kontortid:

08.00-15.45  
08.00-15.00

Vinter ( 15.09 – 14.05 )  
Sommer ( 15.05 – 14.09 )

### Adresse:

Trøndelag Fotballkrets,  
Lerkendal Stadion (Adresseavisen tribunen)  
7031 TRONDHEIM

<b>Telefaks</b>	73 82 14 70
<b>Sentralbord</b>	73 82 14 60
<b>Hjemmeside</b>	<a href="http://www.fotball.no/trondelag">www.fotball.no/trondelag</a>
<b>Felles e-post</b>	<a href="mailto:trondelag.fotball@fotball.no">trondelag.fotball@fotball.no</a>
<b>Kampendringer:</b>	<a href="mailto:kjell.helge.lonnum@fotball.no">kjell.helge.lonnum@fotball.no</a>



# BESØK VÅR HJEMMESIDE:

[www.fotball.no/trondelag](http://www.fotball.no/trondelag)

The screenshot shows the website for Trøndelag Fotballkrets. The browser window title is "Trøndelag Fotballkrets - fotball.no - Norges Fotballforbund - Windows Internet Explorer". The address bar shows "http://www.fotball.no/kretser/trondelag/". The website has a dark blue header with the NFF logo and navigation links: "Forsiden", "Innhold", "Løgg ut", "Om NFF", "English", "Mediesjikt", "Bilant", "Nettside", "Billetter", and a search bar. Below the header is a main navigation bar with "Hjem", "Krets", "Kamper", "Klubb", "Spillerutvikling", "Dommer", and "Fair Play". The main content area features a large banner for "KIL/HEMNE - FAIR PLAY KLUBBPRISEN 2009" with a photo of two men shaking hands and a trophy. Below the banner are three columns of news and articles. The left column is titled "NYHETER" and includes "Påmelding av lag sesongen 2010, 3.runde" and "Lederforum Februar 2010". The middle column is titled "ARTIKKEL" and includes "SESSONGINFO 2010", "FIKS Klubben", and "Kretsting p. mars 2010". The right column is titled "SISTE BLOGGER" and includes three blog entries. At the bottom, there are three boxes: "FINN KRETSENS" with links for "Klubber", "Lag", and "Anlegg"; "SESSONGINFO 2010" with a link for "Les mer"; and "FOTBALLFORSIKRING" with a link for "Les mer".

---

# Innholdsfortegnelse

---

## Holdninger

Til alle tilknyttet fotballfamilien .....	side 5
Trenere/lagleder .....	side 6
Dommer ( kampleder ) .....	side 8

## Barnefotball (6-12 år)

Hovedformål for barnefotballen .....	side 9
Spilleregler for barnefotball.....	side 11
Retningslinjer for barnefotballen .....	side 12
Alder/spilletid/ball/bane .....	side 13
Beramming av kamper (dato plassering) .....	side 14
Kampleder (dommer) .....	side 15
Bruk av spillere på flere lag .....	side 15
Topping av lag .....	side 15
Forsikring .....	side 16
Minimerket /Teknikkmerket .....	side 16

## Utdanning

Kurs for barnefotballen.....	side 17
------------------------------	---------

---

# Holdninger

---

---

## Til alle tilknyttet fotballfamilien

---

**Fair play dreier seg om mer enn å unngå gule og røde kort. Fair play dreier seg om hvordan vi oppfører oss mot hverandre, både på og utenfor banen!**

Alle tilknyttet fotballmiljøet har et ansvar for å følge de normer, regler og retningslinjer som skaper verdier og holdninger vi kan være stolte av. Norges Fotballforbund er opptatt av at alle spillere, trenere, dommere, lagledere, forelder/foresatte m.m. engasjerer seg og bidrar til at vi har et fotballmiljø preget av trivsel og trygghet.

### Sentrale stikkord er:

- ✓ Vise respekt og toleranse for hverandre
- ✓ Alle er like verdifulle
- ✓ Ta avstand fra rasisme og andre former for mobbing
- ✓ Respektere dommerens avgjørelse
- ✓ Skape et fellesskap som inkluderer alle
- ✓ Lagspill krever god samarbeidsevne

---

# Trener/lagleder

---

## Vi kan forsterke trivsel og glede ved bl.a. :

- ✓ At du passer på at ingen blir glemt.
- ✓ At du opparbeider tillit hos barna slik at de føler seg trygge.
- ✓ At miljøet rundt laget blir godt.
- ✓ At du er positiv, og går foran som et godt eksempel.
- ✓ At alle får spille like mye.
- ✓ At barna får en fornuftig holdning til både seier og tap.
- ✓ At det reageres ved banning, fusk og kjeftbruk.
- ✓ At du er et forbilde i forhold til opptreden mot dommer.

## Som trener/lagleder, bør du forvente at følgende blir lagt til rette:

- ✓ **Utstyr:** Baller, ballnett, markeringsvester og kjepler må til for å drive aktivitet for barna. I tillegg må spillerne ha klubbdrakter når kampsesongen begynner.
- ✓ **Treningstider:** I klubben din kan det være mange lag som skal trene og spille kamper. Be om å få tildelt en fast treningstid hvor dere har et eget område av fotballbanen.
- ✓ **Kamptider:** Når kampene starter er det viktig at en i klubben har ansvaret for å koordinere alle trenings- og kamptider.
- ✓ **Dommere:** Spør hvordan dette ordnes i klubben. Det er oftest egne klubbdommere som dømmer kamper i barnefotballen. Dommeransvarlig i klubben bør ha ansvaret for å sette opp dommere til kampene og gi trener/lagleder beskjed om hvem dette er. Foreldre/foresatte kan dømme dersom det ikke er klubbdommere tilstede.
- ✓ **Opplæring:** Innen fotballen finnes det en rekke kurs og opplæringstiltak. Be om at du får delta på relevante kurs. Økt kompetanse gir bedre og riktig fotballoplæring og fotballopplevelse for alle som er tilstede.

Som trener/lagleder for de yngste, er det viktig at du er en pådriver for å dra med foreldrene. Det betyr mye at foreldrene møter fram til trening og kamper, og ofte er det flere foreldre som kan hjelpe til med gjennomføring av treningene. Et foreldremøte i forkant av sesongen kan bidra til å unngå misforståelser samt rekruttering av nye foreldre til din klubb/lag. Ut fra fotballens foreldrevettsregler, kan dere sammen diskutere hvordan foreldre kan bidra til en vellykket sesong.

**Vi har alle som jobber med barn og fotball  
et ansvar for at alle barn trives og har det gøy!**

**TRYGGHET + MESTRING = TRIVSEL**

## **Treners/lagleders oppgaver ved trening:**

- ✓ På forhånd må alle ha fått melding om når og hvor treningen finner sted.
- ✓ Tenk gjennom hva som skal gjennomføres på treningen i forkant. Det er du som bestemmer.
- ✓ Lagledere må møte opp i god tid. Husk at spillerne er i en lærings situasjon, og du som lærer må gå foran som et godt eksempel.
- ✓ Utstyr må være på plass.
- ✓ Samle spillerne og forklar kort hva de skal gjøre på dagens trening.
- ✓ Disiplin er viktig. Spillerne må lære seg å gjøre det treneren sier, men samtidig må man ta hensyn til at det skal være lek og moro.
- ✓ Bruk ros når du snakker til spillerne. Det er lettere å få forståelse når du får beskjed om når du gjør noe bra enn å få beskjed når man gjør noe dårlig.
- ✓ Ikke godta banning, fusk eller kjeftbruk fra noen spillere.

## **Treners/lagleders oppgaver ved kamper:**

- ✓ På forhånd må alle spillere/foreldre ha fått melding om når og hvor kampen finner sted.
- ✓ Ved hjemmekamper må du sørge for å avtale tid og sted med en dommer i din klubb.
- ✓ Ved bortekamper må du sørge for at spillere som ikke har skyss, får mulighet til å sitte på med andre.
- ✓ Hils på motstanderens trenere/lagledere.
- ✓ Hils på dommeren. Dersom det er hjemmekamp er det hjemmelagets leder som skal ta kontakt med dommeren med en gang denne ankommer banen.
- ✓ Under kampen er det viktigste at alle spillerne får delta. I barnefotball er ikke det å vinne det viktigste, men derimot at alle får delta på like premisser.
- ✓ Bruk ros når du snakker til spillerne. Det er lettere å få forståelse når du får beskjed om når du gjør noe bra enn å få beskjed når man gjør noe dårlig.
- ✓ Ikke godta banning, fusk eller kjeftbruk fra noen av spillerne. Dersom det oppstår slike situasjoner, er det viktig at du snakker med de spillerne det gjelder om at dårlig oppførsel ikke godtas verken av deg eller resten av laget.
- ✓ Etter kampen takker vi motstanderens ledere og dommere for kampen.
- ✓ Hjemmelagets ledere sørger for at dommeren får sin avtalte betaling.

---

# Dommer (kampleder)

---

## JÆVLA DOMMER ..... eller



- ✓ Har du noen gang lurt på hvorfor de beste dommerne alltid er på tribunen eller langs sidelinja?
- ✓ Har du noen gang lurt på hvorfor ikke kretsen setter opp dommere i alle aldersbestemte klasser?
- ✓ Har du noen gang tenkt over hvor kjempepositivt det må være for en rekruttdommer og bli overhøvla fra sidelinja eller benken?
- ✓ Har du noen gang lurt på **HVORFOR** vi ikke har nok dommere?

Det utdannes mange klubbdommere, men stadig færre går videre. Vi tror at en vesentlig årsak til dette, er arbeidsforholdene vi som publikum, ledere og spillere tilbyr dommerne. – Særlig gjelder dette i den fasen dommeren skal lære samtidig som han/hun skal dømme. Med andre ord i aldersbestemte klasser. Derfor er det viktig å bidra til at det faktisk er dommere som dømmer kampene. Har man gode opplevelser i barnefotballen, er sjansen større for at man blir med lengre oppover i klassene også.

### Derfor har vi innført følgende regler for alle våre hjemmekamper

- ✓ Vi aksepterer ikke kjeftbruk og sjikanøs tilrop til dommer og spiller, verken fra benken eller fra sidelinja.
- ✓ Laget har derfor utpekt en egen **KAMPVERT** som vil ta kontakt med personer som gjennom egen adferd forurenses miljøet rundt kampen.

### Før kampen

- ✓ Straks kampens dommer ankommer banen, blir han/hun kontaktet av lagets kampvert.
- ✓ Kampverten sørger for at begge lags trenere og lagledere hilser på hverandre og samtidig hilser på dommeren.
- ✓ Dommer`n får info om det er særskilte forhold han/hun bør være klar over (språk, dispensasjoner, sykdom, med mer )
- ✓ Lagene hilser på hverandre før kampstart ved å gjennomføre **"Fair-Play hilsen"**.

### Under kampen

- ✓ Lagledelsen tar ansvar for spillere som begynner å bli "varm i toppen"
- ✓ Kampverten tar om nødvendig kontakt med personer på sidelinja

## I pausen

- ✓ Om nødvendig tar dommeren en prat med de respektive ledere
- ✓ Kampverten og dommer tar en prat om erfaringene fra første omgang

## Etter kampen

- ✓ Ledere og spillere takker hverandre og dommer etter kampen
- ✓ Dette er tidspunktet for konstruktiv tilbakemelding til dommer, vent til garderoben der det er mulig
- ✓ Dommerregningen gjøres opp umiddelbart, og anbefalt honorar i barnefotballen 7'er serier, er maks kr. 150,- pr. kamp.

**BLIR DET FLERE DOMMERE AV DETTE?**

**JA**

Vi tror faktisk det!! Læringsarenaen er særdeles viktig. Å overtale en ungdom til å forsette dommergjerningen etter at han/hun gang på gang har blitt kjefet opp av "forstå-seg-påere", er ingen enkel oppgave.

**Les mer om Fair Play og Kampvert-rollen på vår hjemmeside;**  
[www.fotball.no/trondelag](http://www.fotball.no/trondelag)

---

# BARNEFOTBALL (6-12 år)

---

---

## Hovedmål for barnefotball

---

Hovedmålet for barnefotball er å gi tilbud der spillerne opplever trivsel, glede og mestring både i trening og kamp. Spillerne skal gis mulighet til å lære fotballspillet helhet og utvikle individuelle og sosiale ferdigheter.

### **8 "regler" for god barnefotball!**

Med barnefotball menes all organisert fotball for gutter og jenter, fra og med 6 år og opp til og med 12 år. NFF har laget 8 "regler" for hvordan god barnefotballen bør drives.

#### **Barnefotball-regel 1:**

##### **Barnefotball er lekbetont!**

Barnefotballen er barns første møte med organisert fotball. Organisert i den form at man har drakter og spiller på baner. Men husk at dette skal være lek – ikke blodig alvor. Det sistnevnte kommer tidsnok. Og førsteinntrykket betyr mye – ja, kanskje alt. La barna ha det gøy, la dem leke – og la resultatet være underordnet. Det viktigste resultatet du kan få er fornøyde barn som bygger opp vennskap gjennom samhandling.

### **Barnefotball-regel 2:**

#### **Det viktigste er å være sammen med venner!**

Barna søker først og fremst til fotballen for å være sammen med venner. Det er dette samholdet vi skal framelske – og det er et slikt samhold som skaper lagånd. La derfor venner/venninner trene sammen og spille på samme lag!

### **Barnefotball-regel 3:**

#### **Alle skal spille like mye!**

Ingen blir bedre av å sitte på benken og alle synes det er gøy å spille. Dessuten er det ingen som vet hvem som blir best som voksen. Trivselen og ferdighetsutviklingen er viktigere enn resultatet, selv om alle synes det er gøy å vinne og å score mål. Det er derfor ikke ønskelig at noen "topper laget" for å vinne kamper. La alle spille like mye, la alle i tur få spille fra start og la alle spille på forskjellige plasser!

### **Barnefotball-regel 4:**

#### **Lær barna å tåle både seier og tap!**

I barnefotball kan alle delta, ingen er for dårlig og ingen er for god. Det er derfor viktig å bygge på prinsippet om jevnbyrdig motstand både i kamp og trening. Ingen liker å tape eller vinne "tosifra". Ta seier og tap med fornuft – tåler de voksne å tape, lærer barna det også. Fotball er et lagspill hvor alle taper og alle vinner. En seier tar hver enkelt med seg hjem – et tap deles av alle.

### **Barnefotball-regel 5:**

#### **Mer trening og færre kamper!**

Barn bør trene mer enn de spiller kamper. Og de bør oppmuntres til egenorganisert aktivitet. Det gjør du best ved å ha morsomme treninger. Og legg opp til et kampprogram som varierer mellom enkeltstående kamper og turneringer!

### **Barnefotball-regel 6:**

#### **Barnefotball – en allsidig aktivitet!**

Gjennom fotballspillet får barn mulighet til å utvikle grunnleggende motoriske ferdigheter som for eksempel å gå, løpe, hoppe, kaste og sparke. Fotball for barn er derfor allsidig. Likevel bør barn selvsagt få mulighet til også å drive med andre idretter, om de ønsker det. De ulike tilbudene må derfor koordineres. Men det må ikke være noe krav å drive med flere idretter. Barn må få gjøre det de har lyst til.

### **Barnefotball-regel 7:**

#### **Fotball er et spill!**

Spillet er selve kjernen i fotball. Dessverre ser vi at enkelte trenere benytter øvelser som ikke alltid virker motiverende. I barnefotballen bør en fokusere på ulike typer spill, leker og grunnleggende ferdighetsøvinger, og "småspill" bør vektlegges mest. Unngå lange køer ved ferdighetsøvinger - flest mulig involveringer pr spiller må være målet. Morsomt og utviklende!

### **Barnefotball-regel 8:**

#### **La oss gå sammen om gla'fotball for de små!**

Barna skal få oppmuntring og veiledning slik at de utvikler sine ferdigheter og ser framgang. Men det skal også legges vekt på å lære dem å innordne seg i en gruppe. De voksne må gjøre hva de kan for at alle barna trives. Og husk at du som voksen er et forbilde – barn har en egen evne til å gjøre som du gjør, ikke som du sier.

---

# Spilleregler for barnefotball

---

Spillereglene gjelder for alle fotballkamper så vel utendørs som innendørs i klassene opp til og med 12 år i barnefotballen. I disse klassene er det overordnet for all dømming at dommeren skal betrakte fotball som en lek for spillerne. Dommeren skal ikke unødig avbryte spillet, men sørge for at alle spillerne behandles likt. Dommeren skal i stor grad veilede når spilleren gjør feil.

## Spillebanen

### For sjuerfotball

- ✓ Spillebanen bør være minimum 40 x 20 m. – maks. 60 x 40 m. Lengden skal være større enn bredden.
- ✓ Målenes størrelse bør være 3 x 2 m. eller 5 x 2 m. Målene skal være forsvarlig sikret mot å velte.

### For femmerfotball

- ✓ Spillebanen bør være minimum 30 x 15 m. – maks. 40 x 20 m. Lengden skal være større enn bredden. Anbefalt er 33 x 18 m.
- ✓ Målenes størrelse bør være 3 x 2 m. eller 5 x 2 m. Målene skal være forsvarlig sikret mot å velte.

## Antall spillere

### For sjuerfotball

På hvert lag skal det ikke være mer enn 7 (inkl. målvakt). I turneringer innendørs anbefales 5 spillere på hvert lag (inkl. målvakt). Det anbefales 2-4 innbyttere.

### For femmerfotball

Det benyttes fem spillere på hvert lag samtidig, inkludert målvakt. Det anbefales to til fire innbyttere som kan byttes inn når som helst.

## Ball

Ball nr. 4 (med omkrets 62 – 66 cm.) benyttes. I klassene under 10 år anbefales ball størrelse nr. 3. I kamper innendørs kan innendørsball benyttes.

## Spilleregler

- ✓ Spillerne må ha passende tøy, og det er påbudt med leggbeskyttere.
- ✓ Dommeren må ha god kjennskap til spillereglene og intensjonen med barnefotball.
- ✓ Spilletiden for sjuerfotball er maks. 2 x 25 min. for minigutt/minijente og maks. 2 x 30 min. for lillegutt/lillejente. I turneringer gjelder eget reglement for spilletiden.
- ✓ Spilletiden i femmerfotball anbefales på generelt grunnlag til maks. 2 x 20 min.
- ✓ Før kampen tar til velger lagene mellom banehalvdel og avspark. Det laget som vinner myntkastet skal velge banehalvdel. Det andre laget tar avspark.
- ✓ Når hele ballen går ut over sidelinjen skal det tas innkast. Ved feil innkast skal dommeren veilede og la spilleren ta nytt innkast. Mål kan ikke gjøres direkte fra innkast.

- ✓ Når hele ballen har passert målstreken mellom målstengene skal det dømmes mål. Etter godkjent scoring settes spillet i gang fra midten av det lag som ikke scoret målet. Mål kan ikke gjøres direkte fra avspark.
- ✓ Offside praktiseres ikke.
- ✓ Det dømmes direkte frispark når en spiller
  - feller en motspiller
  - holder eller dytter en motspiller
  - tar ballen med hånden (med vilje)
  - gjør noe som kan være farlig for de andre spillerne
    - Frispark innenfor straffesparkfeltet tildelt det angripende lag tas som straffespark fra straffesparklinjen. Dommeren bør gi tilsnakk ved gjentatte overtredelser. Kort benyttes ikke. Ved frispark tildelt det forsvarende lag innenfor eget straffesparkfelt, kan ballen spilles til egen målvakt som deretter må frigjøre ballen innen 6 sekunder.
- ✓ En spiller som er kvalifisert for advarsel vises vekk fra banen. Bortvisningen har ingen senere følger for spilleren. Bortvist spiller kan erstattes av en ny spiller.
- ✓ Målspark tas hvis hele ballen går ut over mållinjen utenfor målet. Ved målspark kan ballen sparkes/kastes ut av straffesparkfeltet uten at den må ligge på bakken. Motstander må være utenfor straffesparkfeltet ved målspark.
- ✓ Det er ikke lov å kaste eller sparke ballen over midten ved målspark, eller når målvakten skal frigjøre ballen etter redning. Hvis dette skjer skal det dømmes et indirekte frispark til motparten fra der ballen passerer midtstreken.
- ✓ Hjørnespark tas fra stedet hvor mållinjen og sidelinjen møtes.

---

## Retningslinjer for barnefotball

---

På Trøndelag Fotballkrets' hjemmesider finner du retningslinjer for hvordan barnefotballen bør praktiseres. Det aller viktigste er at de voksne legger til rette for morsom fotballaktivitet - slik at alle trives og har passe utfordringer. Morsom aktivitet er god læring og stimulerer til aktivitet også utenom lagstreneingene.

Barnefotballen skal preges av trivsel, av trygghet og av at barna opplever mestring!

Hvor ofte ser/hører man ikke overivrige trenere og foreldre på sidelinja som roper ut **"Press høyt - opp i ryggen - ta ballen"**, med det resultat at vedkommende som tilfeldigvis måtte stå i mål i denne kampen, ikke får en sjanse til å sette i gang spillet på en ordentlig måte.

**Dessverre så skjer dette så alt for ofte og det ender opp med episoder som ikke er utviklende for fotballen og den enkelte utøver.**

- ✓ Keeperen må sparke/kaste ballen ut, med det resultat at det går tid før ballen kommer i ordentlig spill, og oftest er det motstander som får tak i den
- ✓ Ballen blir sparket så langt at den går over midten av banen, noe som resulterer i indirekte frispark til motstander
- ✓ De gangene keeper kaster/triller ballen ut til nærmeste medspiller, resulterer ofte dette i ballmist, da motstander er tett på med en gang

- ✓ Medspillere på laget blir irritert på keeperen, keeperen blir frustrert/lei seg og vil ikke stå i mål mere

Dagens retningslinjer for barnefotball er lagt opp slik at den gir muligheten for det som nevnes over, men det er lov å "tenke sjæl". Hva med å la keeperen trille ballen ut til nærmeste medspiller og la han spille seg ut av eget forsvar før motstanderlaget presser. Vi oppfordrer lagene i barnefotballen til å gjøre dette, slik at vi med et enkelt virkemiddel er med å skape en bedre fotballopplevelse for alle som er tilstede og med det også tilfredsstillende ønsket om **"fotball skal spilles og ikke sparkes"**.

Kanskje når vi NFFs hovedmål også med enkle virkemidler;

### **Flest mulig – lengst mulig!**

Hvis lagene følger de 5 enkle grunnprinsippene som står under, er vi sikker på at hverdagen/opplevelsen blir bedre for alle innen fotballfamilien:

### **Barnefotballens 5 VI-prinsipper.**

*Vi spiller like mye alle sammen !  
Vi kaster/triller ballen alltid ut fra keeper !  
Vi lar motstanderen få spille seg ut fra eget mål !  
Vi er opptatt av opplevelsen - ikke resultatet !  
Vi takker selvsagt for kampen !*

Anbefaler at alle trenere/lagleder besøker [www.fotball.no/trondelag](http://www.fotball.no/trondelag) for å være best mulig oppdatert på retningslinjer og annen viktig informasjon innen barnefotballen.

---

## **Aldersbestemmelser/Spilletid/Ball/Bane**

---

I alle kamper kan det benyttes en (1) overårig spiller som er inntil ett år for gammel for årsklassen, men denne kan da ikke spille på lag i sin egen årsklasse, eller høyere, i løpet av sesongen. Jfr. kretsens Breddereglement.

### **Aldersbestemmelser:**

Minigutt/jente	6-10 år
Lillegutt/jente	11-12 år

### **Spilletid:**

Minigutt/jente	2 x 20 minutter
Lillegutt/jente	2 x 30 minutter

I minigutt/minijenteklassen anbefales det å vurdere kampens varighet ut i fra alder, antall spillere og nivå. Her kan det være en fordel å redusere spilletiden helt ned til 2 x 15 minutter. Laglederne og kamplederen gjør avtale om dette før kampstart.

På spillekvelder/klubbkvelder med flere kamper hver kveld anbefales det maks spilletid pr. kamp på 1 x 20 minutter, maks spilletid på 1 dag skal ikke overstige 75 minutter.

### **Ball:**

I disse klassene benyttes 4'er ball. Det kan være hensiktsmessig å bruke 3'er ball for de aller yngste, men det er ikke noe krav.

### **Bane:**

Banen bør tilpasses spillernes alder og ferdigheter, ved hjelp av kjegler. Anbefalt størrelse for de aller yngste er 20 x 40 meter ( femmerfotball ). Her gjelder det å bruke sunn fornuft.

---

## **Beramming av kamper (datoplassering)**

---

### **Kamper 6-10 år**

All aktivitet for klassene 6-10 år settes opp lokalt av sone/klubb.

### **Kamper 11-12 år**

Fotballkretsen utarbeider spilleplaner ihht. påmeldte lag. I spilleplanen er alle kamper terminfestet på dager som er fastsatt av kretsen, eller dager som et av lagene har ønsket. Kampen skal spilles **i utgangspunktet på oppsatt dato!** Dersom dette av en eller annen grunn ønskes endret, **må** motstanders lagleder kontaktes for å omberamme kampen.

Husk å ta kontakt med baneansvarlig i klubben for å sjekke om bane er ledig. I mange klubber har baneansvarlig tidsplassert kampene i barnefotballen.

Alle omberamminger 11-12 år skal meddeles fotballkretsen på epost  
[kjell.helge.lonnum@fotball.no](mailto:kjell.helge.lonnum@fotball.no)

**NB!** Kampnummeret (ni siffer) skal alltid være med i alle henvendelser til kretskontoret.  
Eks. på kampnummer 16112001023 og deles opp slik:  
16 – 1 – 12 – 001 – 023 som i rekkefølge hhv. står for  
kretsnr. – gutt – årsklasse – avdeling – løpenummer  
Begynner kampnummeret med 2 (dvs. etter 16) er det en jentekamp

### **Registrering av resultat**

I klassene 11-12 år benyttes ikke tabeller, men vi oppfordrer alle lag til å sende inn resultatet av kampene, slik at man av tidligere resultater kan bli kjent med hvordan motstander har spilt, og med det kan være forberedt på hvilken motstand man møter.

Etter hver kamp er det hjemmelagets ansvar å melde inn resultatet fra kampen. **Resultatet meldes inn ved å sende en SMS til 2303.** Følgende "streng" benyttes;

*resultat kampnummer målhjemmelag-målbortelag*  
**Eksempel: resultat 16112001023 2-1**

Resultatet **må** sendes inn senest **innen 7 dager** etter spilt kamp.

---

## Kampleder (dommer)

---

Det er hjemmelaget som er ansvarlig for å skaffe kampleder (dommer). Her benyttes som oftest klubbens egne dommere, og det er ingen krav om at dommeren skal være fra en nøytral klubb. Kamplederens viktigste rolle er å rettlede og veilede spillerne og fokusere minst mulig på regelverk. Små «drypp» av håndheving av spillereglene øker gradvis med årsklassene.

Ledere, trenere og foreldre i disse årsklassene anbefales å gjennomføre kretsens klubbdommerkurs. Dette gir større innsikt og trygghet for å lede disse kampene, og mindre jobb for å skaffe en "dommer".

Kurset er gratis, varigheten er 3 timer og arrangeres ute i klubb på forespørsel fra dere.

---

## Bruk av spillere på flere lag

---

Spillere kan uten restriksjoner vandre fritt mellom de forskjellige lag i samme årsklasse til og med 12-årsklassen. Jenter kan delta på alle lag, men gutter kan ikke være med på jentelag.

---

## Jevnbyrdighet - Topping av lag

---

Topping av lag skal ikke forekomme i barnefotballen. I alle sammenhenger hvor det spilles fotball, enten det er under spill på trening eller i kamper mot andre lag, så bør trenerne tilstrebe at det blir et jevnbyrdig forhold mellom lagene. Dette kan bl.a annet bety at man velger å la spillere som ikke er kommet så langt rent ferdighetsmessig få mer spilletid når laget møter et annet lag som også har spillere som har mangler rent ferdighetsmessig.

Det som uansett er viktig er at vi unngår kamper hvor treneren velger å toppe laget for å vinne den aktuelle kampen med mange mål – dette gagnar ingen spillere, verken både det seirende eller tapende laget.

Vi anbefaler at trenerne på de ulike lagene tar kontakt med hverandre både før og etter kamper for å diskutere og avklare slike forhold.

La barnefotballen, både på trening og kamp, være en arena hvor alle barn får mulighet til mestre spillet på sitt nivå. Gjennom dette så vil alle spillere, uansett utgangspunkt ferdighetsmessig, oppleve en utvikling som bidrar til økt lyst for å spille fotball.

---

## Forsikring

---

Klubbene betaler ikke forsikring for disse lagene. Alle spillere på deltagende lag i barnefotballen i Trøndelag Fotballkrets er forsikret gjennom Norges Idrettsforbunds kollektive barneidrettsforsikring. Spillerne må være medlem i klubben. Les mer om barneforsikringen her; <http://www.nif.idrett.no/t2.aspx?p=19888>

---

## Minimerket / Teknikkmerket

---

I arbeidet med å heve nivået på teknikken hos norske fotballspillere, spiller minimerket og teknikkmerket en viktig rolle.

Teknikken danner grunnlaget for hva en kan prestere i fotball. God teknikk gir langt flere valgmuligheter taktisk. Derfor blir arbeidet med tilslag, mottak, vending, heading, føring og dribbling spesielt viktig.

**Se Fotballkretsens hjemmeside for å se brosjyren som illustrerer øvelsene og beskriver fremgangsmåte. Registreringsskjema finnes også på hjemmesiden.**  
[www.fotball.no/trondelag](http://www.fotball.no/trondelag)

Registreringsskjema sendes samlet pr. klubb til fotballkretsen. Innsendingsfrist er 31. oktober hvert år. Dette for å få registrert antall merker på klubben ifht. samme sesong. Ved hvert 20. merke får klubben 1 stk fotball som påskjønnelse fra NFF.

---

### Minimerket I og II

---

Her er det lagt opp til ferdighetsløyper, minimerket I og II. Alle som klarer prøvene får tildelt merke/nål og diplom.

---

### Teknikkmerket Blått, Rødt, Bronse, Sølv og Gull

---

Her er det 7 øvelser som har ulike krav ifht. merke/vanskelighetsgrad. Alle som klarer prøvene får tildelt merke/nål og diplom.

## **Forslag til arbeidsmåte**

Trenere og ledere bruker noen treningskvelder i sesongen til å:

- ✓ Gjennomgå øvinger og krav for spillerne.
- ✓ La spillerne prøve hva de klarer i den enkelte øving og noter dette.
- ✓ Motivere spillerne til å trene hjemme enten alene eller sammen med en venn, for å se hvor mye de kan forbedre seg.
- ✓ Legge fram for spillerne planen for prøveavviklingen.
- ✓ Minne spillerne om øvingene og prøvedagene med passe mellomrom utover i sesongen.

---

# **UTDANNING**

---

NFF/Fotballkretsens utdanningsstrategi bygger på at alle skal ha et relevant utdanningstilbud og mest mulig av utdanningen skal skje i nærmiljøet. Fotballkretsen tilbyr en rekke kurs og moduler for trenere, ledere og dommere på alle nivåer i norsk fotball. Fotballkretsen har bygget opp en god utdanningsmodell det siste året og har vel kvalifiserte instruktører på alle sine kurs.

### **C-lisens kurset**

C-lisens kurset består av 4 moduler, hver seg på 16 undervisningstimer. Del 1 er Aktivitetslederkurs Barnefotball, Del 2 er tema "Fotballferdighet", Del 3 er tema "Samspill" og Del 4 er tema "Ungdomsfotball". For målgruppen Barnefotball, er det viktig at alle gjennomfører Delkurs 1 – Aktivitetslederkurset. De som skal opp med lag i ungdomsfotballen bør ha gjennomført hele C-lisens kurset og er forberedt på hva som møter dem når de kommer dit.

### **B-lisens kurset**

Videregående trenerkurs for den som ønsker å trene lag på høyere nivå, eller ønsker å utvikle seg selv som en bedre trener ifht. det nivået man trener på i dag. For opptak til B-lisens kurset, kreves det et forkurs med avleggende eksamen.

### **Klubbkvelder/En kveldskurs.**

Dette er temakurs som gjennomføres i løpet av en kveld og tar tak i sentrale tema som NFF's verdier og holdninger, Fair Play, topping av lag, differensiering, frafallsproblematikken, foreldreholdninger, inkludering/integrering/rasisme, og noen flere tema.

### **Barnefotballkvelden**

Et sentralt enkveldskurs er "Barnefotballkvelden". Spesifikt tar Barnefotballkvelden for seg det å formidle barnefotballens verdier, retningslinjer og demonstrasjon av en god fotballaktivitet både for nybegynnere og for de som har vært i barnefotballen en stund. Dette gir trygghet for alle.

Mer informasjon om disse kursene, kan man få ved å ta kontakt med oss i fotballkretsen, eller se på vår hjemmeside [www.fotball.no/trondelag](http://www.fotball.no/trondelag)



**Lykke til med sesongen!**

**Egne notater:**

