**Spilleregler i Xerzice Fotball**

*Barnefotball er definert som spillere opptil 13 år, og gjelder G10, J10, G13 og J13.*

# Spilleregel 1 – spillebanen

Femmer:Spillebanen bør være min. 15 x 30 m – maks. 20 x 40 m. Anbefalt er 20 x 35 m.   
Målenes størrelse skal være 3 x 2 m. Målene skal være forsvarlig sikret mot å velte. Keeperfeltet skal være 15 x 6 meter.

Sjuer:Spillebanen bør være min. 26 x 50 m – maks. 40 x 60 m. Anbefalt er 35 x 60 m. Lengden skal være større enn bredden. Målenes størrelse skal være 5 x 2 m. Målene skal være forsvarlig sikret mot å velte. Keeperfeltet skal være 21x8 meter.

Ellever:Spillebanen bør være min. 45 x 90 m – maks.67 x 110 m. Anbefalt er 64 x 104 m. Lengden skal være større enn bredden. Målenes størrelse skal være 7,32 x 2,44 m. Målene skal være forsvarlig sikret mot å velte. Keeperfeltet skal være 40x16 meter.

Spillebanen og området rundt banen må være forsvarlig, og det kan ikke være gjenstander som kan være til skade.

# Spilleregel 2 – ballen

For barnefotball bruker ballstørrelse nr. 4   
For klassene 14 år og eldre, benyttes ballstørrelse nr. 5

# Spilleregel 3 – antall spillere

Femmer:Det benyttes fem spillere på hvert lag samtidig, inkludert keeper. Det anbefales to innbyttere per lag. Innbytte kan skje når som helst (flygende innbytte), og skal foretas i nærheten av midtlinjen. Unntak: Keeper kan kun byttes ved stopp i spillet.

Sjuer:Det benyttes sju spillere på hvert lag samtidig, inkludert keeper. Det anbefales tre innbyttere per lag. Innbytte kan skje når som helst (flygende innbytte), og skal foretas i nærheten av midtlinjen. Innbytter kan ikke entre banen før spilleren på vei ut har krysset linjen, og de skal touche hverandre. Unntak: keeper kan kun byttes ved stopp i spillet.

Ellever:Det benyttes 11 spillere på hvert lag samtidig, inkludert keeper. Det anbefales 4 innbyttere per lag. Innbytte kan skje når som helst (flygende innbytte), og skal foretas i nærheten av midtlinjen. Innbytter kan ikke entre banen før spilleren på vei ut har krysset linjen, og de skal touche hverandre. Unntak: Keeper kan kun byttes ved stopp i spillet.

# Spilleregel 4 – spillernes utstyr

Spillerne må ha passende tøy, og det er påbudt med leggbeskyttere. Alle lag skal ha samme farge på alle spillerne. Farlige/skarpe gjenstander skal fjernes (f.eks. smykker, klokker etc.).

# Spilleregel 5 – 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. Dommeren skal ha fløyte, antrekk som skiller seg ut og gult/rødt kort for alderen 14 år og eldre.

# Spilleregel 6 – linjedommere

På femmer og syverfotball skal det ikke være linjedommere. På elleverfotball skal det være 2 linjedommere.

# Spilleregel 7 – spillets varighet

En kamp består av to like lange omganger og det er dommeren som bestemmer hvor lang tid som skal legges til.

#### Spilletider:

G/J10: 2 x 15 min

G/J13: 2 x 30 min

G/J16 og J23: 2 x 30 min

G23: 2 x 45 min

I turneringer er det egne spilletider.

# Spilleregel 8 – spillets begynnelse

Før kampen tar til velger dommeren hvilket lag som har hvilken banehalvdel og avspark. Det kan gjøres mål direkte fra avspark.

# Spilleregel 9 – ballen i og ute av spill

Ballen er ute av spill når hele ballen er utenfor mållinjen, sidelinjen eller når dommeren har stoppet spillet.

# Spilleregel 10 – når mål gjøres

Når hele ballen har passert målstreken er det mål. Etter godkjent scoring settes spillet i gang fra midten av det laget som ikke scoret målet.

# Spilleregel 11 – offside

#### Femmer og syver:

Offside benyttes ikke

#### Ellever:

En spiller er i offside når en del av hodet, kroppen eller ben er nærmere motpartens mållinje enn både ballen og neste siste motspiller idet ballen forlater en medspiller. En spiller er kun i offside på motstanderens banehalvdel.

En spiller i straffbar offside når spilleren deltar aktivt i spillet ved å berøre ballen, åpenbart forsøker å nå ballen, hindrer motstanders synsfelt eller gjør en handling som hindrer motspiller i å nå ballen.

En spiller er også i straffbar offside etter «retur» fra bakerste spiller eller stolper/tverrligger, og han stod i offside idet ballen forlot medspiller.

Det er ikke offside direkte fra innkast, utspark fra keeper eller hjørnespark.

# Spilleregel 12 – feil og overtredelser

### 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 skal dømme direkte frispark dersom en spiller:

1. sparker eller forsøker å sparke en motspiller
2. feller eller forsøker å felle en motspiller
3. angriper en motspiller
4. slår, dytter eller forsøker å slå en motspiller

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

1. under utførelse av en takling treffer motspiller før ballen
2. holder en motspiller
3. Utfører en straffbar hands (unntatt keeper i eget straffefelt). For at en hands skal være straffbar skal følgende vurderes, når ballen treffer hånd/arm:
   1. Posisjon på hånd/arm (naturlig/unaturlig)
   2. Bevegelse på hånd/arm (mot/fra ballen)
   3. Avstanden til ballen (kort/lang reaksjonstid)
   4. Fordelen av handsen (ubetydelig/betydelig fordel)

### Straffespark

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

Ved en eventuell straffekonkurranse i turnering, så skal 5 spillere fra hvert lag ta hver sin straffe. Ved uavgjort etter dette, fortsetter man med 1 og 1 straffe fra hvert lag til man kårer en vinner. Alle i kamptroppen er kvalifisert for straffespark, og man kan bytte keeper før straffene. For G16 og J16 skal det straffetakerne starte på nytt etter 7 straffespark.

### Indirekte frispark

#### Forutsetningene er:

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

#### Når keeper har/får ballen:

1. bruker unødvendig lang tid når han/hun kontrollerer ballen med hendene før han/hun frigjør den for spill
2. berører ballen med hendene igjen etter at han/hun har frigjort den for spill og den ikke er berørt av annen spiller
3. tar ballen med hendene etter at den med hensikt er sparket til ham fra en medspiller med fot/bein under knehøyde
4. tar ballen med hendene etter å ha mottatt den direkte fra et innkast tatt av en medspiller

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

1. spiller på en måte som anses som farlig
2. stenger en motspiller fra å komme fram
3. hindrer keeperen i å frigjøre ballen fra hendene
4. opptrer voldelig, truende, snakker stygt eller tilsvarende hvor dommeren stopper spillet for å advare eller vise ut spilleren.

### Gult kort

Tildeles en spiller som

* gjør seg skyldig i usportslig opptreden
* ved ord eller handling viser seg uenig i avgjørelser
* snakker stygt
* har gjentatte overtredelser av spillereglene
* hindrer gjenopptagelse av spillet
* unnlater å respektere foreskrevet avstand når spillet gjenopptas ved frispark, hjørnespark eller innkast
* inntreder eller gjeninntreder på spillebanen uten dommerens samtykke
* med forsett forlater spillebanen uten dommerens samtykke
* Hindrer motstanderen i å komme til en klar scoringssjanse, hvor det dømmes straffespark.

Utvisning – rødt kortHvis en spiller i barnefotballen opptrer usportslig eller burde vært utvist, så bør dommeren be treneren om å ta spilleren av banen uten å vise rødt kort.

Tildeles spiller som begår en av de sju følgende forseelser:

* er skyldig i alvorlig brudd på spillereglene
* er skyldig i voldsom opptreden
* spytter, angriper, slår en motspiller eller annen person
* fratar motparten, som beveger seg mot spillerens mål, en klar scoringssjanse ved å begå en forseelse som straffes med frispark
* bruker fornærmende, krenkende eller grov språkbruk/gestikulering
* blir tildelt sitt andre gule kort i samme kamp
* På en stygg måte hindrer motstanderen i å score mål, enten ved viljehands eller takling hvor man ikke prøver å nå ballen.

# Spilleregel 13 – frispark

Frispark er enten direkte eller indirekte.

Ved indirekte frispark kan ikke ballen skyter direkte i mål, men må touche en med eller motspiller for at målet skal bli godkjent. Hvis ikke blir det utspark fra keeper.

Femmer:Avstand mellom ball og motstandere ved frispark skal være 5 meter.  
Sjuer:Avstand mellom ball og motstandere ved frispark skal være 7 meter.  
Ellever:Avstand mellom ball og motstandere ved frispark skal være 9,15 meter.

# Spilleregel 14 – straffespark

Straffespark dømmes mot et lag som har begått en av de 10 forseelsene som medfører direkte frispark til motstander når forseelsen er begått innenfor eget straffesparkfelt og ballen er i spill.

Mål kan scores direkte fra straffespark.

Femmer:Straffesparket tas 6 meter fra mållinje  
Sjuer:Straffesparket tas 8 meter fra mållinje  
Ellever:Straffesparket tas 11 meter fra mållinje

# Spilleregel 15 – innkast

Innkastet skal tas fra det stedet ballen passerte sidelinjen. Kastet utføres med begge hendene, kaster ballen bakfra og over hodet. Spilleren skal ha en del av hver fot på sidelinjen eller på bakken utenfor sidelinjen.

# Spilleregel 16 – Utspark

Utspark tas hvis ballen går ut over kortsiden og motstanderen sist touchet ballen.

Femmerfotball:Mål kan ikke gjøres direkte fra utspark. Ved utspark skal alle motstanderens spillere på egen banehalvdel frem til pasning fra keeper er foretatt.

Syverfotball:Ved målspark kan ballen spilles/kastes ut av straffesparkfeltet uten at den må ligge på bakken, men ikke over midtlinjen. Hvis dette skjer skal det dømmes frispark til motparten fra der ballen passerer midtlinjen.   
Ballen er ikke i spill, før den er ute av keeperfeltet. Om keeper legger ballen ned på bakken, kan ingen ta den ved utspark. Keeper kan heller ikke sentre til egen spiller innenfor keeperfeltet. Skjer dette skal utspark tas på nytt.  
**NB!** Etter redning kan keeperkaste/spille ballen over midtlinjen, når ballen er i spill.

Ved utspark skal motstanderne bak egen press-sone, som er ¾ av banen, frem til pasningen fra keeperen er fremme ved egen spiller eller krysser press-sonen. Så om keeper spiller ballen over press-sonen kan den tas med en gang.

Elleverfotball:Ved utspark ved elleverfotball skal ballen legges ned innenfor 5 meter fra eget mål og skytes ut. Ballen er ikke i spill før den er ute av keeperfeltet. Hvis en spiller tar ballen før den er i spill, skal utsparket tas på nytt. Utspark kan tas av utespiller.

# Spilleregel 17 – hjørnespark

Hjørnespark tas fra stedet hvor mållinjen og sidelinjen møtes.

Femmer:Motstander må være minst 5 meter fra ballenSjuer:Motstander må være minst 7 meter fra ballen.  
Ellever:Motstander må være minst 9,15 meter fra ballen.