



KONYASPOR KIF | FOTBOLL

Fatih Yüzümak
Fotbollsutvecklare i föreningen

Utvecklingssamarbeten

Spelarutbildningsplan
3 mot 3



STOCKHOLMS
FOTBOLLFÖRBUND



Stockholm

De nationella spelformerna



Spelformerna för barn- och ungdomsfotboll gäller nationellt och har tagits fram för att alla barn och ungdomar, oavsett var i landet de bor, ska få liknande förutsättningar vid träning och match.

Att ha gemensamma spelformer innebär att eventuella missförstånd kring spelregler kan undvikas i samband med matcher och cuper där lag från olika distrikt deltar vilket leder till en ökad trygghet för både spelare, ledare och domare.

Syftet är att få fler att spela längre.

NATIONELLA SPELFORMER

Samma spelformer och spelregler i hela landet sedan 2019



3 mot 3
6-7 år
Individuellt spel



5 mot 5
8-9 år
Spel med
närmaste spelare



7 mot 7
10-12 år
Kollektivt spel
med få spelare



9 mot 9
13-14 år
Kollektivt spel
med flera spelare



11 mot 11
15+ år
Kollektivt spel
med hela laget

Målsättning



Målet med 3 mot 3 är att matcher och träningar ska vara glädjefyllda tillfällen där utgångspunkten är barnens behov.

Alla spelare ska ges förutsättningar för att utföra många fotbollsaktioner

Hur spelar 6-7-åringar fotboll?

Fokus ligger nästan helt och hållet på bollen eftersom barnen har svårt att uppfatta vad som händer omkring dem.

I anfallsspelet är det vanligt att spelarna driver bollen och försöker skjuta. Försvarsspelet sker oftast individuellt där flera spelare samtidigt försöker ta bollen.

Grundläggande förutsättningar



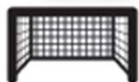
Förutsättningar

Rekommendationer



Storlek planyta
15 x 10-12m

Spela med sarg.



Storlek mål
Max 1,6 x 1,15 m.

1,5 x 1 m.



Storlek boll
3.

Vikt boll
280-310 gram.



Speltid
Speltid 4 x 3 minuter.

Lika speltid för alla.
Sammandrag (2-4 matcher).



Antal spelare
3 spelare per lag på planen
(ingen målvakt).

3 avbytare per lag.



Byten
Fria byten.

Byten företrädesvis i paus.



Utrustning spelare
Tröja, byxor, strumpor,
skor och benskydd.

Enhetliga matchkläder.

KONYASPOR KIF | FOTBOLL

Grundläggande regler



- **Fasta situationer** (avspark, sidlinjespark, hörna, frispark): Alla fasta situationer startas genom att driva eller passa bollen efter marken. Avståndet är alltid tre meter. Alla fasta situationer är indirekta (får ej skjutas direkt i mål). Straff och inkast tillämpas ej.
- **Gula och röda kort tillämpas ej.**
Vid olämpligt uppträdande får spelaren byta med en annan spelare.
- **Vid underläge med fyra mål eller mer** får laget som ligger under spela med fyra spelare tills ställningen är lika.

Konyaspor KIF - 3 mot 3

(Mini KIF & Playmakers)



Målsättning

I spelformen 3 mot 3 tillåter barnens utveckling inte något avancerat spelsystem. Däremot kan de hantera enkla uppgifter i anfalls- och försvarsspel. När laget har bollen är alla spelare anfallsspelare. När motståndarna har bollen är alla spelare försvarsspelare.

Anfallsspel

- Uppgiften är att passera motståndarna med bollen
- Samarbete
- Driva
- Skjuta
- Vända
- Sätta i gång spelet

Försvarsspel

- Uppgiften är att ta bollen från motståndaren
- Samarbete
- Bryta
- Försvara

[Tips! Att byta
spelform till 5 mot 5](#)

KONYASPOR KIF | FOTBOLL