

BAJENLIGAN

Modellen

Bajenligan är klubbens interna matcher för våra allra yngsta barn, i åldern 6–8 år. Under 2026 genomförs Bajenligans sjuttonde säsong.

Bajenligan är en viktig del av klubbens värdegrundsarbete. Att vara vid Hammarbyhöjden under Bajenligan är underbart sett utifrån klubbens intressen. Här möts barnen, ledarna och föräldrarna för att tillsammans skapa en positiv fotbollsmiljö. I Bajenligan ger vi inga direktiv till barnen. Här låter vi dem spela och ha kul! Bajenligan spelas vid Hammarbyhöjdens IP på lördagar mellan klockan 09.00-15.00.



INNEHÅLL

<u>SPELPROGRAM</u>	3
<u>PLANBESKRIVNING</u>	4
<u>STRUKTURER</u>	5
<u>REGLER</u>	6
<u>MATCHLEDARE</u>	7
<u>LEDARNAS ANSVAR</u>	8
<u>FÖRÄLDRANAS ANSVAR</u>	9
<u>SPELARNAS ANSVAR</u>	10

SPELPROGRAM

- Spelprogrammet för kommande år presenteras på [Bajenligans](#) sida under Hammarbyungdoms hemsida. Detta presenteras kring årsskiftet.
- Många lag inom Hammarby har samma lagbeteckning (tex F2) – se till att du tittar noggrant på spelprogrammet vilken åldersgrupp matchen avser.
- Framgår det en ”**vakant**” motståndare för ditt lag – då är det upp till dig och ledarna i laget att hitta en motståndare.
- Framgår det en ”**ledig plan**” så finns möjlighet att boka en extramatch för ditt lag – kontakt till motståndare tar lagen själva. Själva bokningen av plantiden görs via ansvarig för Bajenligan.
- Framgår det en ”**stängd plan**” så är det en yta som behövs i ett annat sammanhang.

TIPS

Behöver du hitta en motståndare till lagets match så brukar det finnas gruppchattar för samtliga ledare inom åldersgruppen. Ställ frågan där! Det går även bra att fråga externa lag från andra föreningar.

FRÅGOR OCH SVAR

Vi får inte ihop tillräckligt många spelare till matchen, vad gör vi?

Stäm av med andra ledare inom andra Hammarbylag i samma åldersgrupp om det finns några som vill spela med ert lag denna match.

Vi har tillräckligt med spelare men får inte ihop några ledare till matchen, vad gör vi?

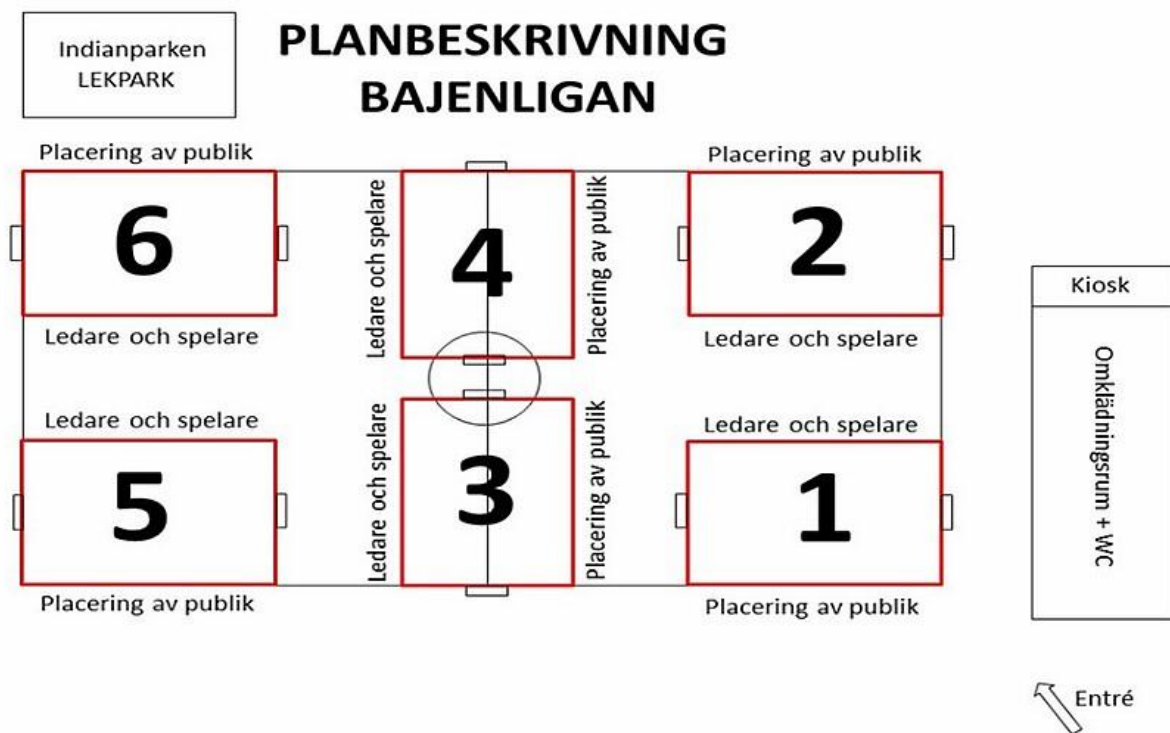
Ställ frågan bland föräldrarna i laget om det finns några som kan ställa upp.

Vi behöver ställa in matchen (av någon anledning), vad gör vi?

Kontakta i första hand ledarna i laget som ni ska spela mot, meddela även detta till ansvarig för Bajenligan.

PLANBESKRIVNING

- Bajenligan spelas alltid på Hammarbyhöjdens IP (Finn Malmgrens väg 45)
- När barnen i åldrarna sex, sju och åtta spelar så finns det sex olika planer. Vilken plan ditt lag spelar på framgår i spelprogrammet.
- Placering av publik är ALLTID på motsatt sida från ledare och spelare.



STRUKTURER

- Matchtiden är 3 x 15 minuter med 3 minuters paus mellan perioderna.
- Spelformen är alltid 5 mot 5, en målvakt och fyra utespelare.
- Fritt antal byten är tillåtna. Klubben rekommenderar max fyra avbytare så att barnen som är kallade till match får spela så mycket som möjligt.
- Hemmalaget enligt spelprogrammet gör avspark vid matchstart.
- Hemmalaget enligt spelprogrammet bestämmer tröjfärg/västfärg.
- Båda lagen ordnar egen matchledare (domare).
- Inga resultat och tabeller registreras.
- Spelare, ledare och matchledare hälsar på varandra innan- och efter match. FAIR PLAY CEREMONI
- Vi följer StFF:s (Stockholms fotbollförbund) start- och spelgaranti.
Spelgarantin innebär att alla spelare som är kallade till match får spela minst halva matchen.
Startgarantin innebär att alla spelare regelbundet ska få spela från start under året.

KOMMENTAR

Många lag har många spelare i sin trupp, och därför kan det se lite ut att endast kalla nio spelare per match. Vi resonerar så att om man som spelare är kallad till en match så är det viktigt att spela mycket, och då hellre att man får stå över matchspel varannan vecka.

REGLER

- Inga så kallade "utsparkar" från målvakten får göras, spelet startas endast via "utrullning" från målvakten.
- Tillbakaspel till målvaktens händer tillåts.
- Vi tillämpar passning alternativt att driva i gång spelet i stället för inkast. Samma sak gäller vid hörnor och frispark.
- Avståndet mellan boll och närmaste motspelare vid inkast, hörna eller frispark är alltid minst tre meter.
- Har målvakten bollen i händerna så måste motståndarlaget alltid backa till egen planhalva. Regeln finns även i Svensk fotboll och kallas för "retreat line".
- Straffar, offside, gula- eller röda kort tillämpas ej.
Om en spelare uppträder olämpligt under match så är det ledarnas ansvar att byta ut den spelaren. Då får spelaren själv tillfälle att "lugna sig" och ledarna att prata med spelaren.

KOMMENTAR

Kom ihåg att barnen är under lärande och utveckling, och det blir inte rätt alla gånger i förhållande till reglerna. Skulle det bli fel så stoppa situationen, förklara, och låt barnet göra om.

MATCHLEDARE

- Vi tillämpar två-matchledarsystem.
- Båda lagen ordnar egen matchledare till matchen.
- Föräldrar ställer upp som matchledare, ledarna fokuserar på barnen.
- Samtliga Hammarbylag som gör debut i Bajenligan erhåller en uppsättning matchledarväst och visselpipa.
- Matchledare bär alltid matchledarväst och visselpipa
- Nedre åldersgräns för att vara matchledare i Bajenligan är 15 år.

KOMMENTAR

Kom ihåg att barnen är under lärande och utveckling, och det blir inte rätt alla gånger i förhållande till reglerna. Skulle det bli fel så stoppa situationen, förklara, och låt barnet göra om. Matchledarens uppgift är att hjälpa barnen, inte döma.

LEDARNAS ANSVAR

Förutom att följa riktlinjerna under ”Ledarnas ansvar och uppträdande” i [Bajenmodellen](#) på sidan 31 så ska du även;

- Komma ihåg att barnen är under lärande, utveckling och utbildning. Resultatet i matchen är inte det viktiga, utan matchen är ett redovisningstillfälle där barnen får visa upp vad de lärt sig under föregående träningar, baserat på månadstemat.
- Kallelse till match sker utifrån principen ”Träna ofta – spela match ofta” ”Träna ibland – spela match ibland”, ”Träna sällan – spela match sällan”.
- Se till att det alltid är en blandad konstellation av spelare som är uttagna till match, det vill säga att det **inte alltid** är samma spelare som spelar match tillsammans med varandra.
- Vara med och bidra till att skapa en god relation till övriga spelare, ledare, föräldrar och sportchefer som är på plats under Bajenligan.
- Se till att hjälpas åt att hålla Hammarbyhöjdens IP – vår hemmaplan – ren och fri från skräp.

TIPS

Som ledare för laget så kan du tillsammans med övriga ledare för laget hålla ett ”föräldramöte light” strax innan avspark. Gå igenom med föräldrarna vad det ni har övat på under föregående träningar och att matchen nu är ett redovisningstillfälle för vad de har lärt sig. Du är då med och skapar en större förståelse för föräldrarna för vilket eller vilka moment som barnen tränat på och nu ska visa upp under matchen.

FÖRÄLDRARNAS ANSVAR

Förutom att följa riktlinjerna under ”Föräldrarnas ansvar och uppträdande” i [Bajenmodellen](#) på sidan 33 så ska du även;

- Komma ihåg att barnen är under lärande, utveckling och utbildning. Resultatet i matchen är inte det viktiga, utan matchen är ett redovisningstillfälle där barnen får visa upp vad de lärt sig under föregående träningar, baserat på månadstemat.
- Hjälpa till att vara matchledare under säsongen – ledarna i laget vill vi ska fokusera på spelarna!
- Vara med och bidra till att skapa en god relation till övriga spelare, ledare, föräldrar och sportchefer som är på plats under Bajenligan.
- Låta ledarna i laget ta ansvar för instruktioner och lärandet till spelarna.
- Heja på och stötta ”motståndarna” – vi är en och samma grönvita förening!
- Se till att hjälpas åt att hålla Hammarbyhöjdens IP – vår hemmaplan – ren och fri från skräp.

TIPS

Att inför en match, genom att prata med ledarna för laget, skapa sig en bild och förståelse för vad det är barnen har tränat på inför matchen som sedan ska redovisas på plan. Du som förälder bidrar då, genom att ställa relevanta frågor till barnet efter matchen baserat på vad de har övat på, till en sammanhängande grön tråd via föreningen, ledarna, barnen och tillslut genom dig som förälder.

Till exempel:

Föreningen har temat ”utmana, finta och dribbla” under månaden.

Ledarna implementerar det i träningspasset och övningarna.

Spelarna övar och lär detta, både under träning och match.

Du som förälder ställer frågan efter matchen ” Hur många gånger försökte du utmana, finta och dribbla bort motspelarna idag?

SPELARNAS ANSVAR

Förutom att följa riktlinjerna under ”Spelarnas ansvar och uppträdande” i [Bajenmodellen](#) på sidan 32 så ska du även;

- Med hjälp av förälder svara i god tid på kallelse till matchen.
- Med hjälp av förälder komma i utsatt tid.
- Med hjälp av förälder se till att komma i rätt klädsel (fotbollsskor, benskydd, vattenflaska och Hammarby-kit).
- Se till att be om förlåtelse om du råkar göra någon illa under matchen.
- Hälsa på motspelare, matchledare och ledare innan matchen.
- Tacka motspelare, matchledare och ledare efter matchen.
- Se till att hjälpas åt att hålla Hammarbyhöjdens IP – vår hemmaplan – ren och fri från skräp.