

11.2 Regler, ide & organisering

Fodbold er et *kaosspil*, hvor man som regel spiller 11 mod 11, men der findes en del varianter - især inden for børnefodbold. Her spiller man først 3:3, siden 5:5 og 8:8, før man spiller 11:11. Spillets ide er at score i modstandernes mål uden brug af arme eller hænder undervejs. Alt andet på kroppen må bruges til at spille bolden med, men det er selvfølgelig primært fødderne, der anvendes. Der er scoring, når hele bolden er inde over modstandernes mållinje.

Spillet begynder med, at bolden gives op ved midterlinjen. Spillerne står på egen banehalvdel, og modstanderne skal ydermere holde sig uden for midtercirklen. Holdet, som giver bolden op, må spille den både fremad og bagud. Herefter spilles to halvlege af hver 45 minutter (kortere tid i børnefodbold) med en pause på 15 minutter imellem. Ofte lægger dommeren et par minutter til, fordi bolden har været ude af spil undervejs.

Kapitel 11: Fodbold



Figur 11.3 Fodbold er en kontaktsport, og her er to unge fodboldspillere i kamp om bolden. Billedet er venligst udlånt fra www.pixabay.com.

og løbe i en ny position for så måske igen at modtage den fra dem. Driblinger kræver gode tekniske færdigheder og mange års øvelse for at udføre til perfektion. Lionel Messi er nok det fornemste eksempel på en ekstrem god dribler.

Hvis dit hold skyder bolden ud over sidelinjerne, er der indkast til modstanderne. Her skal

Kapitel 11: Fodbold



Figur 11.2 Målmanden er en af de vigtigste spillere på et fodboldhold. Bare én fejl, så kan kampen være afgjort. Målmanden er den eneste spiller, der må røre bolden med hænderne. Venligst udlånt fra www.pixabay.com.

I fodboldkampe scores som regel ikke ret mange mål, så hvert eneste mål er utroligt vigtigt i modsætning til fx i håndbold eller basketball.

I fodbold må spillerne røre bolden så mange gange i træk, som de vil, men oftest er det en fordel at spille bolden til sine medspillere hurtigt

Marselisborg Gymnasium - Ubegrænset licens

432

bolden spilles ind på banen ved, at den føres fra ryggen frem over hovedet med begge hænder på bolden og begge fødder på jorden. Du må gerne spille målmanden på et indkast, men hvis du ellers spiller tilbage til din målmand, må han/hun ikke tage bolden op i hænderne. Målmanden må kun tage bolden op i hænderne, hvis den kommer fra en modstander - eller hvis en forsvarsspiller spiller den tilbage med andet end foden! Hvis bolden ryger ud over mållinjerne, er der enten målspark eller hjørnespark.

Dit hold får målspark, hvis en modstander sparker bolden ud over jeres baglinje. Sparker du eller en af dine holdkammerater selv bolden ud over jeres baglinje, får modstanderne hjørnespark.

Fodbold er en kontaktsport, hvor man gerne må skubbe til hinanden med skuldrene og også gerne tackle hinanden, hvis der vel at mærke er en bold mellem de to spillere. Det er ikke tilladt

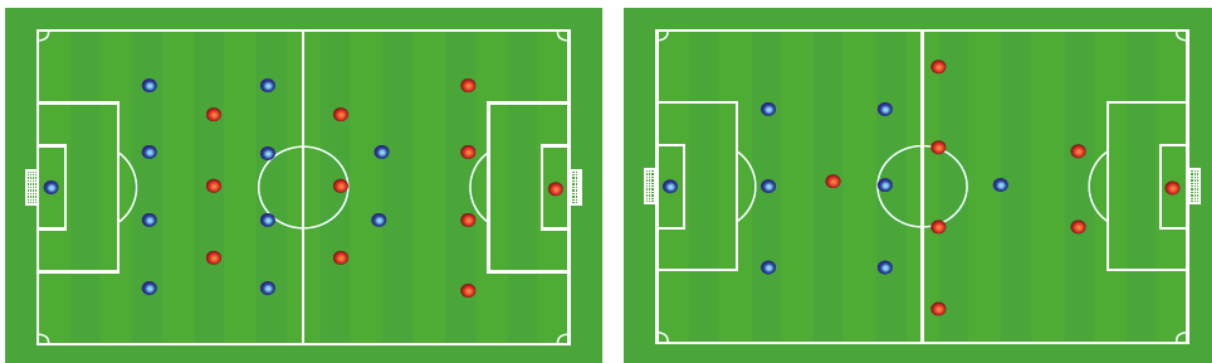
at sparke modstanderne direkte over benene (eller på anden måde skade dem). I sådanne tilfælde, eller hvis der fx er hånd på bolden, dømmes frispark. Det er dommeren, der skønner, om der er frispark. Hvis du laver et stort frispark, kan dommeren uddele en advarsel til dig (gult kort).

Er frisparket groft, eller fratager du din modstander en oplagt målchance, kan dommeren vælge at udvise dig (rødt kort). To gule kort i samme kamp udløser også et rødt kort. Får du rødt kort, skal dit hold spille én i undertal resten af kampen.

Begår du frispark inde i dit eget straffesparksfelt, får modstanderne straffespark. Fejl alle andre steder på banen udløser kun et frispark. Dommeren kan vælge at dømme "fordel" ved et frispark. Det betyder, at spillet går videre, uden at der tages et frispark. Fordelsreglen bruges, når det er en fordel for det boldbesiddende hold, at der ikke dømmes frispark.

Marselisborg Gymnasium - Ubegrænset licens

433



Figur 11.4 Der findes mange forskellige opstillinger i fodbold. Til venstre ses to af de mest almindelige i 11-mandsfodbold, nemlig 4:4:2 (blå) og 4:3:3 (rød). Til højre de nok mest anvendte inden for 8-mandsfodbold, nemlig 3:3:1 (blå) og 2:4:1 (rød). Tallene angiver hvor mange forsvarere, midtbanespillere og angribere, man spiller med.

Den sværeste regel i fodbold er *offside-reglen*, som kun anvendes i 11-mands fodbold. Reglen forhindrer, at en spiller "står og fisker" langt fremme på banen og scorer et let mål. Hvis du spiller bolden frem til en medspiller, der står foran den næstsidste modstander (målmænd er oftest den sidste), er der offside. Med andre ord,

skal den forreste angriber på et hold sørge for ikke at stå foran den bageste forsvarer på modstanderholdet. Det er i afleveringsøjeblikket, det afgøres, om man er offside. Står de to spillere på linje, er der ikke offside (man er derimod *onside*). Spilles bolden bagud, kan der ikke dømmes offside. Det er fx tilfældet ved et hjørnespark.

Der findes mange opstillinger indenfor fodbold, og en af de klassiske i 11-mandsfodbold er 4:4:2. Tallene betyder, at holdet har 4 forsvarsspillere, 4 midtbanespillere og 2 angribere. Målmænd tæller man ikke med. Opstillingen kan ses på figur 1 sammen med et par andre opstillinger, når man er færre spillere på banen.