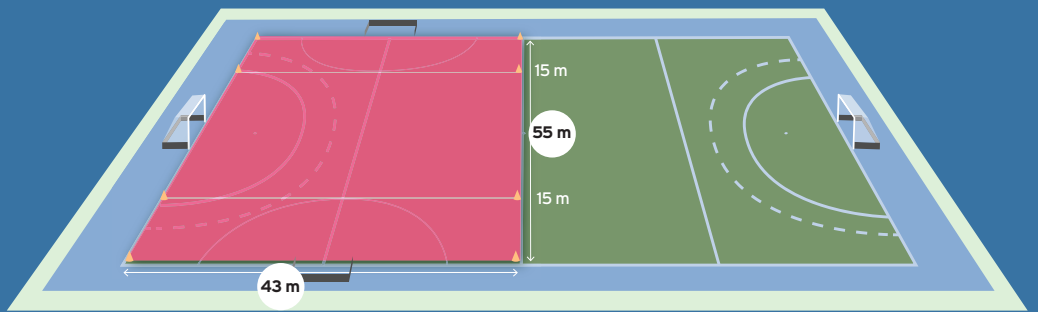


O10

ONDER 10 JAAR



Leeftijd
onder 10 jaar



8 tegen 8
inclusief keeper



2 x 30 minuten
1 x 5 minuten rust



Plank

BEGINSLAG

Vanaf het midden op de middenlijn wordt de beginslag genomen. Dit kan door een self-pass, push of (schuif)slag, dit mag naar voor en naar achter. Beide teams beginnen op de eigen helft. De tegenpartij houdt 5 meter afstand.

GEVAARLIJK SPEL

De bal mag niet hoger dan kniehoogte worden gespeeld. Liften mag, mits niet gevaarlijk. De speelbegeleider beoordeelt het spel op veiligheid.

SPELHERVATTINGEN

Bij iedere spelhervatting nemen alle spelers 5 meter afstand. Wanneer de bal genomen wordt binnen 5 meter van de cirkel*, moet de bal eerst 5 meter hebben gerold voordat hij de cirkel ingespeeld mag worden.

* Als er geen cirkel is, is er een doelgebied ter grootte van een rechthoek rond de cirkel.

DOELPUNT

Een doelpunt wordt gescoord wanneer een aanvaller de bal heeft aangeraakt in de cirkel en deze op of onder plankhoogte en in zijn geheel over de achterlijn is gegaan. Bij een doelpoging mag de bal gedurende de hele schotbaan niet hoger komen dan plank- of kniehoogte. Na een doelpunt wordt het spel hervat met een beginslag.

INSLAG

Als de bal over de zijlijn gaat, wordt de bal genomen op de plek waar de bal over de zijlijn is gegaan. Iedereen neemt 5 meter afstand.

VRIJE SLAG

Als een speler een overtreding maakt, krijgt de tegenstander een vrije slag op de plek van de overtreding. Uitzondering: als de aanvallende partij een overtreding maakt in het doelgebied mag de verdedigende partij de bal ter hoogte van kop cirkel nemen.

Als de verdedigende partij een overtreding maakt binnen 5 meter van het doelgebied krijgt de aanvallende partij een vrije slag. De bal moet dan eerst 5 meter gerold hebben voordat de bal de cirkel in mag.

SHOOT-OUT

Bij een verdedigende overtreding in de cirkel mag de tegenstander een shoot-out nemen. Er is geen tijdslimiet. Alle spelers, behalve de keeper en

degene die de shoot-out neemt, staan in de cirkel van de aanvallende partij. De shoot-out wordt vanaf de middenlijn genomen. Als de speelbegeleider fluit, mag de shoot-out genomen worden. Zodra de shoot-out genomen is, mogen de andere spelers meedoen en uit de cirkel komen.

STRAFBAL

Wanneer een doelpunt wordt voorkomen door een overtreding van een verdediger wordt een strafbal gegeven. De tijd wordt stilgezet.

UITSLAAN

Als de bal over de achterlijn gaat, wordt het spel hervat recht tegenover de plaats waar de bal over de achterlijn is gegaan ter hoogte van kop cirkel.

LANGE CORNER

Als de bal (onopzettelijk) via een verdediger over de achterlijn gaat wordt het spel hervat met een lange corner. Deze wordt genomen circa 5 meter achter de 15 meter lijn, recht tegenover de plaats waar de bal over de achterlijn is gegaan. De bal moet eerst 5 meter hebben gerold voordat hij het doelgebied in gespeeld mag worden. Beide teams houden 5 meter afstand.

SHOOT EN BOLLE KANT

Spelers mogen de bal niet met de voet of met de bolle kant spelen.

TIME-OUT

Een time-out kan teambegeleiders en speelbegeleiders de ruimte geven om spelers extra aanwijzingen te kunnen geven. Een time-out kan door zowel een teambegeleider worden aangevraagd als door de speelbegeleider worden gegeven.

BULLY

Als de wedstrijd is onderbroken door een blessure of een andere omstandigheid waarbij geen overtreding plaatsvond, dan kan een bully worden genomen om het spel te hervatten.

MEER INFO EN VEELGESTELDE VRAGEN:
www.knhb.nl/jongstejeugd



De categorie O10 speelt een wedstrijdreeks zonder ranglijst.



Deze wedstrijdvorm wordt begeleid door 2 speelbegeleiders, één van de thuisvereniging en één van de uitvereniging. De speelbegeleiders staan aan weerszijden in het veld, begeleiden het spel en fluiten volgens de geldende spe(e)lregels.



Rol van de coach: Enthousiasmeren en het creëren van een veilige speelomgeving.



Rol van de ouders: Positief aanmoedigen.