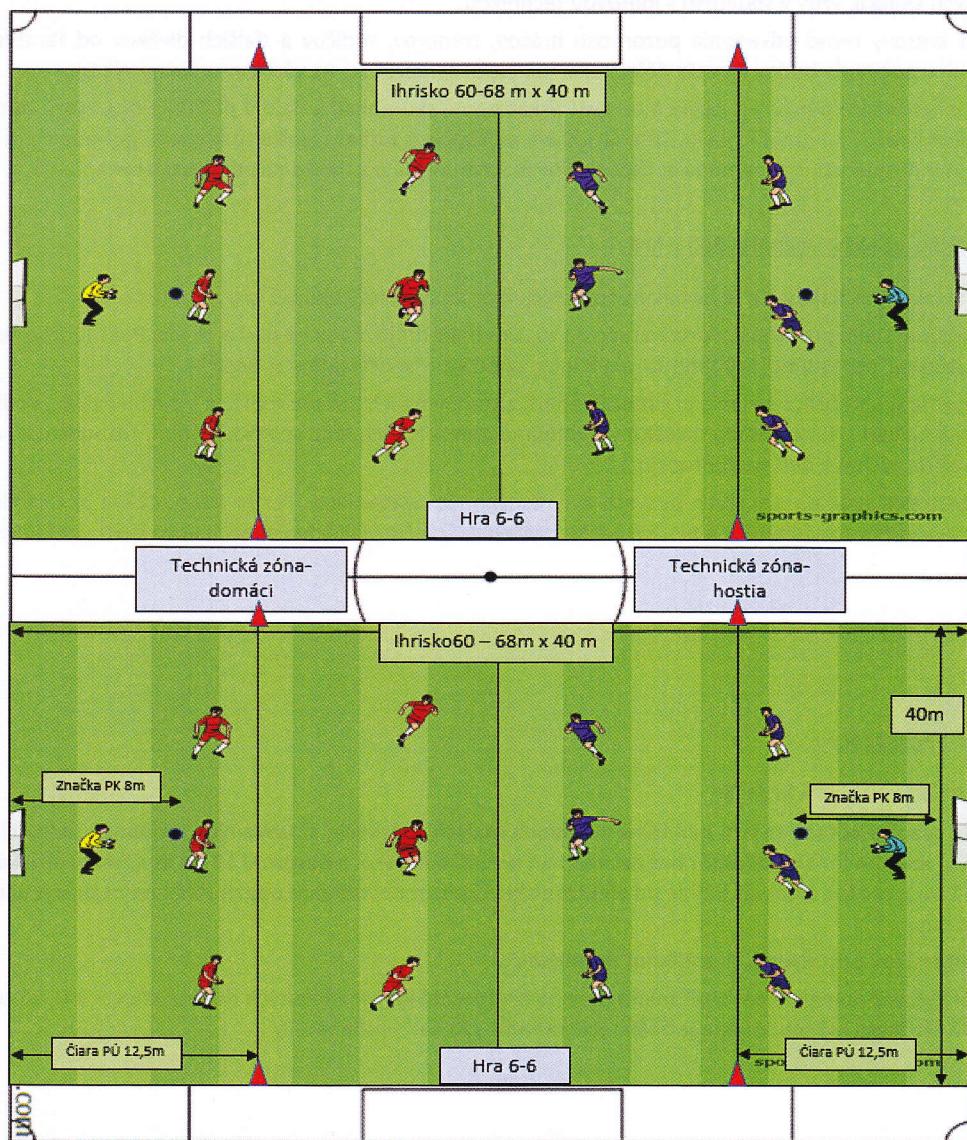


Organizácia zápasov MŽ U 12

- **Hracia plocha :** 2 ihriská na "poloviciah" veľkého ihriska s rozmermi minimálne 60 x 40 m a maximálne 68 x 45 m. „Malé ihrisko“ je ohraničené postrannými čiarami veľkého ihriska,, čiarami inej farby, alebo nízkymi klobúčikmi.
- **Počet hráčov:** 6+1 , 6+1
- **Lopta - veľkosť:** č.4
- **Bránky - rozmer:** 5 x 2 m
- **Hrací čas :** 2 x 30 minút
- **Striedanie :** hokejové len v technickej zóne
- **Rozhodcovia :** dvaja. starší ako 16 rokov, zabezpečuje domáci klub pre každé ihrisko
- **Pokutové územie:** 12,5 m od bránkovej čiary označené nízkymi klubúčikmi a kuželmi na postrannej čiare
- **Značka PK:** 8 m od bránkovej čiary





Pravidlá pre mladších žiakov U12

Motto: Koučovanie pre pochopenie hry

Ciele, alebo prečo táto forma zápasov

Cieľom je:

1. Učiť deti a mladých hráčov hrať futbal tak, že ho budú hrať v podmienkach a v prostredí, ktoré zodpovedá ich postupne sa meniacim telesným a psychickým možnostiam. Vekovým zvláštnostiam musia byť prispôsobené: hracia plocha, bránky, lopta, ale aj pedagogické vedenie detí. Koučovaním rozumieme taký spôsob vedenia mladých hráčov, ktorý vždy pomáha odkrývať ich potenciál pre budúcnosť.
2. Primeraným počtom hráčov na malom ihrisku dosiahnuť čo najrozšiahlnejšieho zapojenia všetkých hráčov do hry so zameraním na individuálne schopnosti, skupinový herný výkon a už aj silnejšie teamové vnímanie. Z hľadiska špecifických schopností ide o orientáciu na malom priestore, rýchlosť rozhodovania a riešenia herných situácií, vždy v spojitosťi s loptovou technikou.
3. Držať svetový trend odvedenia pozornosti hráčov, trénerov, rodičov a ďalších divákov od zamerania sa na úspech a počítanie bodov k oveľa dôležitejšiemu cieľu, zamerať sa na výchovu a herný výkon.
4. Celým systémom ponúknuť lepšie možnosti získať herné skúsenosti a najmä pôžitky z hry, ktoré sú motiváciou mladých hráčov k hraniu futbalu. Táto štruktúra motivácie k futbalu lepšie zodpovedá požiadavkám na úspech hráčov v dospelosti, čo znamená aj úspech slovenského futbalu v medzinárodnom porovnaní.

Najdôležitejšie zásady vedenia detí v hre

1. Futbal mladších žiakov nie je futbalom dospelých a hráči sú dôležitejší než hra samotná.
2. Zamerajme svoju pozornosť v prvom rade na to, ako hráči hrajú, čo sa im darí a čo nie. Povzbudzujme, chváľme, vysvetľujme, opravujme, radujme sa, ale kontrolujme sa a nevylievajme si zlosť.
3. Stanovme si zásady koučovania pre seba (tréneri) a stanovme ich tiež pre rodičov, v duchu hesla: „Rodičia fandia, ale nekoučujú!“. Tieto zásady náležite vysvetľujme a dodržujme, lebo rodičia, tréneri, rozhodcovia, ale aj ďalší dospelí na výchove detí spolupracujú.
4. Naučme deti hrať na viacerých postoch a v rôznych rozostaveniach. Týmto ich naučíme aj základom hernej všeestrannosti a rozvinieme ich tvorivé herné myšlenie, čo už sú základy úspechu aj vo svetovom futbale.

Pravidlo I: Počet hráčov

1. Hrá 6 hráčov v poli a brankár.
2. Podľa rozpisu súťaže sa hrá paralelne na dvoch malých ihriskách, situovaných na oboch polovicích hracej plochy veľkého ihriska. Najskôr hrá ročník U 13 na veľké ihrisko a potom U 12 na dve "male ihriská". Poradie ročníkov je možné zmeniť jedine po elektronickej či písomnej dohode oboch strán najneskôr jeden deň pred zápasom.
3. Počet hráčov pripravených zasiahnuť do zápasu .
musí byť pripravených nastúpiť minimálne 16 hráčov /14+2/, rozdelených do družstiev A a B, to znamená že každé družstvo má minimálne jedného náhradníka /2x 6+1+ náhradník/

Vysvetlenie:

Cieľom je, aby hrali všetci hráči čo najviac, pokiaľ je to možné. Snahou je zaistiť všetkým hráčom dostatočný počet odohraných minút, ktoré sú dôležité pre ich individuálny rozvoj. Všetci hráči tak majú možnosť stále sa zlepšovať. Všetkým hrácom by mal klub zabezpečiť, pri normálnych podmienkach, cca 2/3 hracej doby strávenej v hre, pričom záleží vždy na okolnostiach ako: dochádzka, zdravotný stav, nadanie hráča, atď.

Odporučenia pre trénerov:

V paralelne hrajúcimi zápasoch, je rozdelenie na družtvá A a B len v označení, ale nemalo by prinášať delenie na horší a lepší tím. Dlhodobé delenie na dva vyrovnané teamy prináša viac pozitív, než variant silnejšieho a slabšieho tímu a to tak z hľadiska psychologického, ako aj z hľadiska učenia hry.

Pravidlo II: Hracia plocha

1. Zápasy sa majú hrať na kvalitných prírodných, alebo umelých povrchoch (v súlade s ustanovením príslušnej súťaže).
2. Hracia plocha „malého ihriska“ má rozmery: minimálne 60x40m a maximálne 68x45m. „Malé ihrisko“ je ohraničené postrannými čiarami veľkého ihriska, čiarami inej farby, alebo nízkymi klobúčikmi.
3. Ak označíme „malé ihrisko“ pomocou nízkych klobúčikov, tieto rozmiestníme s rozstupom 4 m, aby hráčom dostatočne ukazovali hranice. Mysленá poliaca čiara je označená priamo na postranných čiarach farebne odlišenými klobúčikmi, alebo zástavkami vo vzdialosti 0,75 – 1m od postrannej čiary.
4. Pokutové územia (PÚ) sú označené cez celú šírku „malého ihriska“ a na postranných čiarach farebne odlišenými klobúčikmi, alebo zástavkami vo vzdialosti 0,75 – 1m od postrannej čiary „malého ihriska“. Vzdialenosť čiary PÚ od bránkovej čiary je štandardne 12,5 m. Na označenie možno využiť predĺženú postrannú čiaru pokutového územia veľkého ihriska, pokiaľ splňa rozdiel 10–15m od bránkových čiar „malého ihriska“.

Vysvetlenie:

Vyznačenie postranných čiar aj PÚ je možné urobiť aj pomocou materiálov, ktoré možno po zápase odstrániť, alebo po krátkom čase sami zmiznú – (lepenka, PVC, vápno, sypký materiál inej farby,...). Významné je, aby zostatky po čiarach malého ihriska nemýliť hráčov veľkého futbalu. Zástavka je najmenej 1,50 m vysoká a tyč hore zaoblená na ktorej je pripojená zástavka, poprípade len samotná tyč.

Posunuté klobúčiky sú priebežne opravované určenými osobami, okrem hráčov.

Odporučenia pre trénerov:

Opravovanie posunutých klobúčikov robia členovia realizačných teamov oboch súperov, rozhodcovia, určení pomocníci z radov rodičov a pod. Vzhľadom k myšľaným čiaram je potrebné, aby rozhodcovia aj tréneri pristupovali k rôznym obmedzeniam vyplývajúcich z pravidiel (napr. aut, roh, ...) s citom.

Značka pokutového kopu je označená 8 metrov pred bránkou.

5. Územie rohového kopu nie je označené a rohy sa kopú od rohu „malého ihriska“.
6. Ak sa hrá paralelne na dvoch „malých ihriskách“, potom stredná neutrálna zóna medzi „malými ihriskami“ je 5-10m.
7. Na strane stacionárnych bránok veľkého ihriska musí byť postranná čiara „malého ihriska“ vo vzdialosti 1,5-5,5m od priliehajúcej bránkovej čiary veľkého ihriska. V prípade, že je využitá bránková čiara hracej plochy veľkého ihriska, je potrebné odstrániť stacionárne bránky a zaslepíť otvory v zemi. Zodpovedným je hlavný usporiadateľ.
8. Technická zóna, zóna pre striedanie hráčov a hráčske lavičky je umiestnená medzi malými ihriskami

Pravidlo III: Veľkosť bránok

1. Bránky majú rozmery 2x5m a sú umiestnené uprostred bránkových čiar. Bránky majú siete a musia byť zaistené proti pádu. Na bránkach nesmú byť ostré výčnelky a hrany, o ktoré by sa bolo možné zraniť, za čo zodpovedá hlavný usporiadateľ. Bránky sú bielej alebo striebornej farby.
2. Ak sú na stretnutie použité bránky z projektu „bezpečná bránka“, je možnosť na nich použiť reklamu podľa špecifikácie v zmienenom projekte. Neprípustná je reklama na cigarety, alkohol, hazardné hry, tipovacie spoločnosti a erotiku.

Vysvetlenie:

Rozmery 2x5 m približne korelujú - zachovávajú pomery bránka-hráč v dospelosti. To je dôležité pre hráčsky rozvoj v týchto kategóriách.

Bránky z projektu „bezpečná bránka“ sú z kompozitného materiálu a sú len ľahko prevráiteľné, takže ich nie je potrebné kotvíť. Projekt „bezpečná bránka“ podporuje bezpečnosť na ihriskách mládežníckeho futbalu a je predpoklad, že bránky budú klubom darované.

Pravidlo IV: Hrací čas

Hrací čas jedného stretnutia je **2 x 30 minút, polčasová prestávka v trvaní 15 minút. V zápase je možné zvýšiť hrací čas na 2x35min, ak sú k dispozícii aspoň 6 hráči na striedanie u obidvoch súperov.** Na navýšení hracieho času sa musia tréneri dohodnúť pred začiatkom stretnutia. Ak sa tréneri dohodnú, že ani jedno družstvo nebude odchádzať na prestávku do šatní, tak je možná aj dohoda na kratšom trvaní prestávky, minimálne však 10 min.

Vysvetlenie:

Pre kluby, ktoré majú dostatočný počet hráčov je významným a doporučeným variantom pre využitie väčšieho počtu hráčov, navýšenie hracieho času na 2x35min. Predpokladom je nielen dostatočný počet hráčov na striedanie do pola - najmenej 6, ale najmä ich využitie v približne 2/3 hracieho času. sa dohovoriť.

Pravidlo V: Lopta

V kategóriach U12-U13 sa hrá s loptou veľkosti 4. (hmotnosť 290-390g, obvod 63-66 cm)

Vysvetlenie:

Ide o to, aby hráči mali možnosť loptu ovládať použitím jemnejších štruktúr riadenia pohybu (koordinácia) a nie sa ho snažiť len silno odkopnúť, čo pre rozvoj technických zručností s loptou nie je vhodné. V tomto prípade, je aspon pre fyzicky menej vyspelých hráčov na tréning aj zápas vhodnejšia lopata č. 4 - odľahčená (hmotnosť 290-330g) a toto odporučenie platí najmä pre kategóriu U12.

Pravidlo VI.: Pozdrav pred a po zápase

Pred zápasom a aj po skončení sa hráči pozdravia hokejovým spôsobom (ruký si podajú, alebo si tlapnú dlaňami všetci hráči).

Odporučenie:

Najlepším príkladom pre hráčov je, ak sa pred zápasom pozdravia navzájom všetci členovia oboch realizačných teamov aj s rozhodcami stiskom ruky.

Pravidlo VII: Striedanie hráčov

1. Striedanie je opakovane a robí sa len v prerusenej hre. Hráč, ktorý bol vystriedaný, sa môže v tom istom zápase znova vrátiť na hraciu plochu a zapojiť sa do hry. Striedanie sa týka všetkých hráčov uvedených

v zápise o stretnutí. Striedanie hráčov musí byť oznámené rozhodcovi pri prerušení hry a vykoná sa čo najrýchlejšie, aby nedochádzalo k mrhaniu s hracím časom. Hráči, ktorí nastupujú na hraciu plochu, musí byť pripravený pri lavičke náhradníkov v priestore technickej zóny. Hráči, ktorí z hracej plochy odchádzajú, ju môžu opustiť tiež len v technickej zóne. Výnimkou je iba zranenie hráča. Nie je obmedzený celkový počet striedaní, ani počet striedaní jedného hráča. Vymenovaný hráč sa môže zapojiť do hry kedykoľvek vyššie uvedeným spôsobom. Za správne vykonanie výmeny hráčov a ich správny počet na hracej ploche je zodpovedný vedúci družstva a tréner. Ak rozhodca zistí vyšší počet hráčov z jedného družstva na hracej ploche, hru preruší (pokiaľ neuplatní výhodu v hre) a hráča, ktorý prišiel ako posledný, vykáže z hracej plochy. Hru naviaže NVK v mieste, kde bola lopta v okamžiku prerušenia hry.

Odporučenia pre trénerov:

1. Snahou trénerov musí byť zaistiť všetkým hráčom dostatočnú dobu v hre, pre ich individuálny rozvoj.
2. Vhodné je striedať v zhruba dopredu určenom čase, alebo v čase, kedy sa hráč málo zapojuje do hry. Pre dostatočné vniknutie hráčov do hry je dobré, nechať hráčov hrať minimálne desaťminútové úseky. Ak budeme striedať hráčov po krátkych časových úsekok, obmedzujeme tak fyzickú aj duševnú účasť hráčov v hre a trénujeme iné psycho-fyziologické mechanizmy.
3. Nestriedajme hráča, ktorý práve urobil chybu. Striedanie u mládeže nie je trestom za chybu. Robiť chyby je prirodzené a hráči hlavne v tomto veku sa chybami učia. Pri opakujúcich sa chybách je treba dať pozor na fixovanie chýb ako bežný prejav procesu učenia. Pri striedaní hráčov na iný post je dobrá krátká motivácia na nové úlohy.
4. Brankári by aj v tejto kategórii mali byť nasadzovaní do hry v poli a to najmä v prípade, že je viac brankárov než bránok. Dôvodom takého striedania je všestranný hráčsky rozvoj. Hráči v bránke môžu chýtať s rukavicami, ale aj bez nich. Dôvodom na chytanie bez rukavíc je získanie väčšieho citu na loptu a získavanie odolnosti proti úderu lopty. Dôvodom na chytanie s rukavicami je otupenie strachu z bolestivého zásahu do rúk a približovanie sa vzorom z dospelého futbalu. O tom, čo je lepšie by sa mal rozhodnúť brankár.

Pravidlo VIII: Zakázaná hra

Platí znenie pravidla 12 Pravidiel futbalu s týmito odchýlkami:

1. Brankár musí po akomkoľvek chytení lopty dať loptu do 6 sekúnd na zem, alebo rozohrať. Ak by podľa rozhodcu brankár loptu nepoložil na zem, alebo nerozohral včas, nasleduje NVK z miesta priestupku.

Odporučenie pre rozhodcu:

Rozhodca má pristupovať k časovému limitu s toleranciou. Odobrať loptu a nariadiť NVK je vhodné, ak brankár očividne, či opakovane váha s rozohrávkou (zjavne zdržuje).

Odporučenie pre trénerov:

Tréneri by mali hráčov učiť rozohrať čo najrýchlejšie a nečakať do šiestej sekundy, rovnako tak je potrebné učiť pohybu hráča v poli, aby sa uvolňovali od súpera a umožnili brankárovi rozohranie lopty.

Ak odohrá brankár loptu zo svojho pokutového územia do poľa nohou, musí ním rozohraná lopta dopadnúť na vlastnú polovicu „malého ihriska“, alebo sa lopty musí dotknúť na vlastnej polovici iný hráč skôr, než lopta prejde cez poliacu čiaru. Táto podmienka platí aj pre ostatných hráčov vo vlastnom pokutovom území, ak bola lopta predtým von z hry (pri zahrávaní štandardnej situácie). Porušenie tohto pravidla sa trestá PVK z myšleného miesta, kde lopta prešla stredovú čiaru. Rozhodca môže uplatniť pravidlo o ponechaní výhody v hre pre súpera. V rozohraní lopty rukou brankár nie je obmedzený

Ak sa dotkne brankár lopty rukou znova po tom, čo ju z ruky pustil bez toho, aby sa medzi tým niekto iný loptu dotkol, je družstvo potrestané NVK z miesta priestupku. Taký istý je trest za to, ak brankár chytí úmyselnú „malú domov“.

Osobný trest je len 10 min. za vylúčenie.

Hráč bude poslaný von z ihriska ústne bez ukázania červenej karty.

Pravidlo IX : Štandardné situácie

- 1. Rozohratie hry a žreb.** Platí znenie pravidla 8 Pravidiel futbalu s týmito odchýlkami:
Žrebovanie voľby strany platí pre obe paralelné „malé ihriská“. Žrebuje sa len na jednom „malom ihrisku“. Pri výkope (rozohratí hry) musia byť hráči súpera od lopty 6 m
Vhadzovanie. Platí znenie pravidla 15 Pravidiel futbalu s týmito odchýlkami:
Na čiarach vyznačených malými klobúčikmi, je rozhodnutie o lopte v aute rozhodcom robené pokiaľ možno presne, ale ak to nie je presvedčivé, nechá rozhodca pokračovať v hre.

Vysvetlenie:

Táto benevolencia prispieva k plynulosťi hry a nadvázuje na pravidlá prípravkových kategórii. Presne rozhodnút nepresné vyznačenie ihriska je samé o sebe ľahké a ak majú hráči snahu zachytiť loptu a hrať, tak toto tú snahu podporuje.

Odporučenie trénerom:

Tréneri majú vychovávať svojich hráčov tak, aby sa snažili hrať, pokiaľ majú šancu zachytiť loptu na ihrisku, ale ak si myslia, že lopta je v aute mimo hry, prerušia svoju hru a priznajú loptu súperovi. Ciele výchovy k hodnotám musia prevažovať smerovanie výchovy k úspechu.

Odporučene rozhodcom:

Ak chce rozhodca hráča brániaceho rozohrať vhadzovanie posunúť ďalej, je vhodné povedať počet krokov dozadu. 2m = 4 kroky.

- 2. Kop od bránky.** Platí znenie pravidla 17 Pravidiel futbalu s týmito odchýlkami:
Kop od bránky sa vykoná tak, že lopta bude položená pred bránku vo vzdialosti cca 8 m od bránkovej čiary (napravo, alebo naľavo od miesta, z ktorého sa zahráva pokutový kop). Hráči môžu po kope od bránky prevziať loptu v PÚ, ale potom môžu byť v PÚ bránený a atakovaní súperom. Hráči súpera sú pri kope od bránky mimo PÚ.
- 3. Kop z rohu.** Platí znenie pravidla 17 Pravidiel futbalu s týmito odchýlkami:
Rohové kopys sú rozohrávané z vyznačenej vzdialosti. Územie rohového kopu nie je vyznačené a lopta je rozohrávaná v tesnom kontakte čiar ihriska.
Hráči súpera sa nesmú priblížiť, pred rozohraním k lopte na vzdialosť menšiu než 6 m.

Vysvetlenie:

Pravidlo by nemalo veľmi preferovať význam tejto štandardnej situácie. Ide o to, aby rohy nemuseli zahrávať len akcelerovaní hráči, ale skôr hráči s dobrou kopacou technikou. Zase sa tým zväčšuje možnosť streliť góly, najmä ak sú na jednom ihrisku využité veľké bránky.

- 4. Voľný kop.** Platí znenie pravidla 13 Pravidiel futbalu s týmito odchýlkami:
Pri zahrávaní voľných kopoov musia byť hráči súpera najmenej 6 m od miesta priestupku.

Odporučenie trénerom:

Pre rozvoj tvorivosti a technicko-kombinačných schopností hráčov sa odporučuje učiť aj zahrávanie voľných kopoov.

- 5. Pokutový kop.** Platí znenie pravidla 14 Pravidiel futbalu s týmito odchýlkami:
Pokutový kop je zahrávaný zo vzdialosti 8 m.

Pravidlo X: Postavenie mimo hru - ofsajd

Platí znenie pravidla 11 Pravidiel futbalu s týmito odchýlkami:

Pravidlo o postavení mimo hru - ofsajd platí v priestore medzi bránkovou čiarou a hranicou pokutového územia.

Vysvetlenie:

Ide o posunutie využitia pravidla o postavení mimo hru z futbalu dospelých, zo stredovej čiary za čiaru PÚ „malého ihriska“.

Vzhľadom na to, že je na „malom ihrisku“ len jeden rozhodca, je potrebné úplne a bez rozporov rešpektovať rozhodnutia o postavení mimo hru, ako aj iné rozhodnutia rozhodcu, vzhľadom na výchovný charakter stretnutia pre mladých hráčov.

Pravidlo XI: Výstroj hráčov

Platí znenie pravidla 7 Pravidiel futbalu, ale nie je dovolené hrať s kopačkami s vymeniteľnými štupľami.
Oba tímy oddielu majú jednu sadu dresov, alebo zo súhlasom rozhodcu aspoň rovnakú farebnú kombináciu dresov. Čísla dresov A a B družstiev sú uvedené v zápise o stretnutí.

Pravidlo XII: Rozhodcovia

Platí ustanovení pravidla 5 Pravidiel futbalu s týmto odchýlkami:

Stretnutie na „malom ihrisku“ viedie rozhodca bez asistentov. V prípade hry na dvoch „malých ihriskách“, má každé „malé ihrisko“ jedného rozhodcu.

Odporenie rozhodcom:

Pozícia rozhodcu v kategórii žiakov má aj výchovný charakter, preto by mal dbať na princípy chovania fair – pláč a spoločne s oboma trénermi a členmi realizačných tímov. Ak nie je možné sa s trénermi dohovoriť v krízových situáciach, potom sa rozhodca musí snažiť ukludniť túto situáciu. Na toto môžu rozhodcovia na paralelných ihriskách využiť aj vzájomnú poradu a preroziť hru na oboch ihriskách.

Odporenie trénerom:

Výchovný význam zápasu pre mladých hráčov, učenie sa k rešpektu, k autorite rozhodcu a prijímanie jeho výrokov bez výhrad. To je zároveň spôsob, ako sa hráči učia sústreďovať na hru a vlastný výkon.

Pravidlo XIII: Nevhodné správanie funkcionárov a divákov

1. Diváci majú zákaz vstupu na ihriská a zostávajú v priestoroch vyhradených pre divákov. V prípade nevhodného správania divákov či členov realizačných tímov, nasledujú tri kroky konania rozhodcu smerom k aktériom nevhodného správania:

1. Vyzve aktérov k ukludneniu.
2. Vykáže aktérov z priestorov určených pre divákov pri „malom ihrisku“. V prípade, že je priestor pre divákov bezprostredne pri čiare „malého ihriska“, vykáže aktérov do vzdialených priestorov a požiada usporiadateľov o vykonanie jeho požiadavky.

Vysvetlenie:

Vzdialené priestory sú také, odkiaľ nie je možné ovplyvňovať dianie na ihrisku fyzickou prítomnosťou či krikom.

3. Ukončí stretnutie 0:3 v neprospech tímu, ktorého fanúšikovia či funkcionári sa zjavne nevhodne správali a všetko zapíše do zápisu o stretnutí. V prípade, že nie je možné určiť, ku ktorému tímu aktéri nevhodného správania patria, alebo sa toto deje obojstranne, tak skončí zápas 0:0 a ani jeden tím nezíska body do súťaže.

2. V prípade, že tímy nesúhlasia s postupom rozhodcu, uvedú to v zápise o stretnutí a ďalej sa postupuje podľa platného disciplinárneho poriadku.

Odporenie pre rozhodcov a trénerov:

Tréneri a rozhodcovia by mali spolupracovať počas priebehu stretnutia a snažiť sa aby prebehlo v duchu fair play a musia si uvedomovať, že akékoľvek stupňovanie napäťia je škodlivé pre výchovu hráčov, kvôli ktorým tam všetci organizátori či iné osoby sú. Smerom k riešeniu problému a ukludneniu situácie, by rozhodne mali komunikovať ako partneri predovšetkým rozhodcovia a tréneri.