

# SMÅLANDSBOKEN FÖR UNGDOMSLEDARE



# SMÅLANDSBOKEN

Smålandsboken ger dig allt du behöver veta som ungdomsledare inför fotbollssäsongen 2026.. Handboken är digital med bifogade länkar i varje kapitel som gör det enkelt för dig att klicka dig vidare till andra dokument.

## Kortfattad information under varje kapitel

Handboken är indelad i kapitel som rör de saker du bör ha koll på innan säsongen börjar och under säsongen. Bland annat hittar du information om hur du ska tänka kring spelformer, registrering av spelare och matcher. I slutet av handboken har vi samlat en rad olika utbildningar som du kan gå via oss eller Svenska Fotbollförbundet.

Handboken tar upp det nödvändigaste som du som ungdomsledare behöver veta. Varje kapitel redogör kortfattat för varje ämne och länkar sedan vidare till vår hemsida där du kan läsa mer och få den senast uppdaterade informationen.

Den digitala handboken går att skriva ut, men glöm inte att alla nödvändiga länkar försvinner. För att göra det smidigast för dig - använd boken online.

**Alla klickbara länkar i dokumentet är placerade i en box - för att du enkelt ska veta vad som går att klicka på.**

**GÅ TILL VÅR HEMSIDA  
SMALANDSFOTBOLLEN.SE**



# INNEHÅLLSFÖRTECKNING

**Inledning** 2

## INFÖR SÄSONG

**Så spelar vi fotboll** 5  
**Anmälan till seriespel** 6  
**Anmälan distriktsmästerskap** 7  
**Registrering av spelare** 8  
**Spelterminer och övergångar** 9  
**Tidsätta matcher** 10  
**Kostnader och avgifter** 11  
**Min Fotboll** 12

**Klicka på rubrikerna  
för att komma till den  
sida du letar efter!**



## UNDER SÄSONG

**Om ni behöver flytta en match** 14  
**Matchrapport** 15  
**Tävlingsbestämmelser ungdom** 16  
**Spel i annan spelform** 17  
**Dispenser** 18  
  
**Utbildning för dig som ledare** 19  
**Viktiga länkar** 20

# KAPITEL 1 INFÖR SÄSONG



<b>Så spelar vi fotboll</b>	<b>5</b>
<b>Anmälan till seriespel</b>	<b>6</b>
<b>Anmälan distriktsmästerskap</b>	<b>7</b>
<b>Registrering av spelare</b>	<b>8</b>
<b>Spelterminer och övergångar</b>	<b>9</b>
<b>Tidssätta matcher</b>	<b>10</b>
<b>Kostnader och avgifter</b>	<b>11</b>
<b>Min Fotboll</b>	<b>12</b>

# SÅ SPELAR VI FOTBOLL

De nationellt gällande spelformerna handlar övergripande om att skapa förutsättningar för ett långsiktigt idrottande. De är framtagna genom forskning och av experter för att främja barn och ungdomars lärande, sett ur deras egna perspektiv och på deras villkor – för barnens bästa helt enkelt.

Från den här åldern arrangerar SmFF seriespel

## Spelformer i fem olika nivåer

<b>3 mot 3</b> 6-7 år Individuellt spel	<b>5 mot 5</b> 8-9 år Spel med närmaste medspelare	<b>7 mot 7</b> 10-12 år Kollektivt spel med få spelare
<b>9 mot 9</b> 13-14 år Kollektivt spel med flera spelare	<b>11 mot 11</b> 15-19 år Kollektivt spel med hela laget	<b>Läs om spelformer hos SvFF</b>



FOTO: BILDBYRÅN

## FOTBOLLENS SPELA, LEK OCH LÄR

### Skillnader mellan åldrarna

Spelform	Speltid	Byten	Storlek boll	Planstorlek
<b>3 mot 3</b>	4 x 3 min	Fria byten	3	15 x 10-12 m
<b>5 mot 5</b>	3 x 10 min	Fria byten	3	30 x 15-20 m
<b>7 mot 7</b>	3 x 20 min	Fria byten	4	50-55 x 30-35 m
<b>9 mot 9</b>	3 x 25 min	Fria byten	13 år: 4, 14 år: 5	65-72 x 50-55 m
<b>11 mot 11</b>	2 x 40 min	Fria byten	5	90-120 x 45-90 m

# ANMÄLAN TILL SERIESPEL

När ni anmäler ett eller flera lag till seriespel finns det datum och punkter att förhålla er till.

Generellt ska laget anmälas till den åldersklass era äldsta spelare tillhör, förutsatt att de är tre eller fler. I Smålandsfotbollen finns en generell dispens som ger alla lag möjlighet att använda två stycken ett år äldre spelare per match utan att söka dispens. Det finns även en möjlighet för mindre föreningar att få utökad dispens.

Ni får anmäla er till en äldre åldersklass än ni tillhör, men det är inget som rekommenderas. Det kan medföra en del bekymmer, till exempel att barnen kan få spela en spelform högre än vad som rekommenderas. Tänk gärna igenom beslutet en gång till innan ni fattar beslutet.

**GÅ TILL ALL INFORMATION OM ANMÄLAN TILL SERIESPEL**

## Viktiga datum för anmälan till seriespel

▶ **8 januari**

Anmälan öppnar för säsongen 2026.

▶ **31 januari**

Sista anmälningsdag för serierna.

▶ **14 februari**

Förslag serieinledning för barn- och ungdomsfotbollen skickas ut.

▶ **28 februari**

Sista chans att skicka in åsikter om serieindelningsförslaget.

▶ **Mars/april - datum ej fastställda**

Ungdomsledarträffar digitalt. Alla föreningar bör vara representerade.

▶ **Runt den 14 mars**

Serieindelningen fastslås och serierna lottas, matcherna finns då tillgängliga i Fogis för föreningarna att tidssätta.

▶ **28 mars**

Sista datum för att tidssätta matcher i barn- och ungdomsserier.

# ANMÄLAN DISTRIKSMÄSTERSKAP för 15- och 16-åringar

Samtliga Smålandsföreningar med lag för 15- och 16-åringar har rätt att anmäla sig till distriktsmästerskap. Lag som har anmält kombinerat lag till seriespel 2026 har rätt att anmäla sig till DM ungdom 2026. Lag som har anmält kombinerat lag till seriespel 2026 har rätt att anmäla sig som kombinationslag även i DM.

För tävlingsbestämmelser och anmälan, se länk till höger.

Anmälan ska göra på fastställt formulär och skickas till Smålands Fotbollförbund senast den 31 januari 2026.

**LÄS MER OM  
ANMÄLAN TILL  
DISTRIKTS-  
MÄSTERSKAP**

FOTO: BILDBYRÅN



# REGISTRERING AV SPELARE

Registrering av ungdomsspelare görs i Fogis. För registrering krävs det att du som ska registrera har ett användarkonto på sidan. Om du inte har ett användarkonto eller har glömt bort ditt lösenord kontaktar du er föreningsadministratör som kan hjälpa dig.



FOTO: BILDBYRÅN

## Registrera spelare i Fogis (från 10 år)

För registrering av ungdomsspelare, följ vår steg för steg-guide som på ett enkelt sätt visar hur du går till väga.

**STEG-FÖR-STEG  
REGISTRERA SPELARE**

## Seniorregistrering (från 15 år)

Seniorregistrering gäller från det år spelaren fyller **15 år**. Vår steg för steg-guide kan följas fram till den 1 april 2026. Om ni behöver seniorregistrera en spelare efter den 1 april, krävs en manuell registrering, spelare för spelare.

**STEG-FÖR-STEG  
SENIORREGISTRERING**

## Vad är skillnaden mellan registrera spelare och seniorregistrering?

Registrering av spelare görs den allra första gången en spelare laddas upp i Fogis. Detta görs från det att spelaren är **10 år**. I Fogis syns registreringen som **Fotboll ungdom**.

En seniorregistrering ska göras det året spelaren fyller **15 år**. I Fogis syns registreringen som **Fotboll**.

# SPELTERMINER OCH ÖVERGÅNGAR

Hur fungerar det när en spelare vill byta förening eller representera en klubb? Går det att byta klubb mitt under säsongen?

## Övergångar

Spelare får till och med det kalenderår de fyller 14 år endast representera **en** förening under samma speltermin. Skulle en spelare byta förening under en speltermin, får spelaren vänta till nästa speltermins start för att börja spela med den nya föreningen. Spelaren kan ansöka om dispens för flytt under pågående speltermin, det kan dock endast godkännas om det finns särskilda skäl.

**Från och med 1 april det året spelaren fyller 15 år görs en elektronisk övergång i Fogis. Då tillkommer en kostnad på 400 kr.**

**Fotbollssäsongen är indelad i tre spelterminer under året.**

▶ **Speltermin 1**

1 mars - 30 juni

▶ **Speltermin 2**

1 juli - 31 oktober

▶ **Speltermin 3**

1 november - 28 februari

**LÄS MER OM DISPENSER**



FOTO: BILDBYRÅN

# TIDSÄTTA MATCHER

Innan säsongen sparkas igång behöver ni tidsätta era matcher i Fogis. Samtliga lag i barn- och ungdomsfotbollen ska ha tidsatt sina hemmamatcher senast den 1 april 2026.

Alla matcher grundlottas på söndagar men det är fritt att flytta matcher förutsatt att ni är överens med era motståndare. Behöver man flytta en match till en vardag eller från den vecka som matchen är grundlottad på behövs alltid att ni är överens med motståndare. Följ manualen nedan för att tidsätta era matcher.

## ▶ Steg 1

Se till att du står på rätt säsong. Skulle du vara på förra året klickar du på "Säsongen 20xx" och väljer 2026.

## ▶ Steg 2

Börja med att klicka på "Förening".

## ▶ Steg 3

Klicka på "Senior/ungdom" och sedan på den tävling du vill göra matchändring i.

## ▶ Steg 4

Gå till "Matcher". Du får då fram en lista med matcher för laget du valt. Är laget anmält i flera tävlingar väljer du rätt tävling i rullistan.

## ▶ Steg 5

Klicka på **matchnumret** för att komma till den match du vill ändra.

## ▶ Steg 6

Ändra datum och Tid. Du kan även välja annan anläggning som finns inlagd under föreningen. Tryck på spara. Välj därefter "Nästa hemmamatch" och upprepa steg 4.

## ▶ Steg 7

För att ändra matcher för nästa lag klickar du på den tävling du vill ändra matcher i och upprepa steg 3 till 4.

**LADDA NED HELA MANUALEN MED BILDER**

# KOSTNADER OCH AVGIFTER för spel i ungdomsserie

▶ **Spel i ungdomsserie medför en del kostnader och avgifter ni som förening bör ha koll på.**

**LÄS MER OM  
KOSTNADER**

▶ **Medlemsavgift till SvFF**

500 kronor som debiteras av SvFF

▶ **Kansliavgift**

2000 kronor för samtliga föreningar med seriespel  
Vilande förening utan seriespelande lag betalar 600 kronor

▶ **Serieavgift för ungdom**

10-15 år: 600 kronor  
16 år: 1500 kr

▶ **Utdragningsavgift**

Om utdragning av lag görs efter 1 april debiteras föreningen en extra kostnad på 1 x serieavgiften.

▶ **WO-avgift**

Lämnas WO in av ett lag i ungdomsserierna är avgiften samma summa som serieavgiften, det vill säga 600 kronor

▶ **Lagförsäkringsavgifter för ungdomslag 15-19 år**

2500 kronor

FOTO: BILDBYRÅN

# MIN FOTBOLL

## Svensk fotbolls egen app

**Min Fotboll är en av Sveriges största sportappar. För fem år sedan lanserades appen med två syften:**

- ▶ Lyfta och öka intresset för barn-, ungdoms- och breddfotbollen i Sverige.
- ▶ Bidra med ekonomiskt tillskott till föreningar och lag.

Förutom bland annat matchrapportering och spridning av information finns flera möjligheter för både föreningar och lag att tjäna pengar via exempelvis livesändningar eller olika varianter av sponsorskap via sina respektive lagsidor. Du som ledare kan nu även lägga in er matchtrupp direkt i appen.

**MER INFORMATION OM MIN FOTBOLL**



**MIN FOTBOLL**  
Dela matchen, dela upplevelsen.

Appen för svensk bredd-, barn- och ungdomsfotboll.  
Läs mer på svenskfotboll.se/minfotboll

Hämta i App Store LADDA NED PÅ Google Play

# KAPITEL 2 UNDER SÄSONG



<b>Om ni behöver flytta en match</b>	<b>14</b>
<b>Matchrapport</b>	<b>15</b>
<b>Tävlingsbestämmelser ungdom</b>	<b>16</b>
<b>Spel i annan spelform</b>	<b>17</b>
<b>Dispenser</b>	<b>18</b>

# OM NI BEHÖVER FLYTTA EN MATCH

Ibland kan det uppstå situationer som gör att ni behöver flytta en match. Efter den 1 april är det väldigt viktigt att tänka på att alla matchflyttar som sker ska godkännas av era motståndare. Se till att ni gjort detta innan ni följer manualen nedan och ändrar i Fogis.

## ▶ Steg 1

Se till att du står på rätt säsong. Skulle du vara på förra året klickar du på "Säsongen 20xx" och väljer 2025.

## ▶ Steg 2

Börja med att klicka på "Förening".

## ▶ Steg 3

Klicka på "Senior/ungdom" och sedan på den tävling du vill göra matchändring i.

## ▶ Steg 4

Gå till "Matcher". Du får då fram en lista med matcher för laget du valt. Är laget anmält i flera tävlingar väljer du rätt tävling i rullistan.

## ▶ Steg 5

Klicka på matchnumret för att komma till den match du vill ändra.

## ▶ Steg 6

Ändra datum och Tid. Du kan även välja annan anläggning som finns inlagd under föreningen. Tryck på spara. Välj därefter "Nästa hemmamatch" och upprepa steg 4.

## ▶ Steg 7

För att ändra matcher för nästa lag klickar du på den tävling du vill ändra matcher i och upprepa steg 3 till 4.

**LADDA NED HELA MANUALEN MED BILDER**

# MATCHRAPPORTERING

## Trupp och resultat

All matchrapportering sker digitalt via Fogis. Det är viktigt att ni, innan matchen, ser till att lägga till er matchtrupp med spelare och ledare samt ser till att allt stämmer. Efter matchen är det viktigt att ni rapporterar in resultatet.

### ELEKTRONISK MATCHRAPPORT

Vill ni se motståndarlagets matchtrupp innan match publiceras denna i Min Fotboll så snart den är sparad i Fogis, alternativt kan ni alltid be motståndarnas ledare att få se deras trupp via Fogis på en av deras digitala enheter.



► **I Min Fotboll-appen kan du nu även ansluta ditt Fogis-konto till ditt Min Fotboll-konto.**

På så sätt kan du hantera dina lags matchtrupper som uppdateras automatiskt mellan Min Fotboll och Fogis.

**FOGIS MATCHTRUPPER**

# TÄVLINGSBESTÄMMELSER UNGDOM

Smålands FF:s tävlings- och representationsbestämmelser fastställs på representantskapsmötet den 1 februari 2026.

Nedan finner ni några vanliga frågor och svar kopplat till tävlingsbestämmelserna.

## ► En av våra spelare fick ett rött kort i senaste matchen - är hen avstängd då?

**Svar:** Ja. Rött kort innebär alltid avstängning nästkommande match i samma tävling (samma tävling innebär samma åldersklass). Det gäller oavsett om det handlar om ett direkt rött kort eller två gula kort som leder till en utvisning.

## ► Vi har två lag i en åldersklass, får en spelare delta i båda lagens matcher?

**Svar:** För spelare i förening med två lag i samma åldersgrupp (från 13 år) gäller följande: Alla spelare som ej deltagit i lag 1 senaste match äger rätt att delta i lag 2.

Av de spelare som deltog i lag 1, äger dessutom sju spelare rätt att delta i lag 2 nästa match – i 9 mot 9 gäller sex spelare. Samma sak gäller från lag 2 till lag 3. En spelare får ej gå direkt från lag 1 till lag 3.

I serier för 10-12 år är det fri representationsrätt. Ha rekommendationer kring spelmängd i åtanke så att inte spelare spelar för mycket.

## ► Vi behöver flytta en match för att den krockar med en cup vi ska vara med i, vad gäller?

**Svar:** En seriematch får inte flyttas för deltagande i cuper, med undantag för DM.

## ► Vad händer när man får ett gult kort i Smålandsfotbollen?

**Svar:** Vid varning (gult kort) tillämpas i Småland tidsbegränsad utvisning (personligt straff) enligt följande:

- I åldersgrupperna 10 -12 år 5 min (ersättare får sättas in).
- I åldersgrupperna 13 -15 år 10 min (ersättare får sättas in).

Utvisad spelare får återinträda i spelet, när tiden för den tidsbegränsade utvisningen gått ut, när bollen är ur spel och efterklartecken från domaren.

## TÄVLINGSBESTÄMMELSER SMÅLAND

# SPEL I ANNAN SPELFORM

► Inom Smålandsfotbollen erbjuds lag i ungdomsserier alltid att spela en "lägre" spelform om man inte får ihop det antal spelare som krävs för den spelform som vanligtvis spelas i sin ålderskategori.

Det är endast planstorlek och målstorlek som justeras när ni byter spelform.

Allt annat vad gäller speltid, bollstorlek, offside etc. är detsamma som i den spelform som gäller för er ålder.

## SPEL I ANNAN SPELFORM

FOTO: BILDBYRÅN

# DISPENSER

## Alla dispensansökningar för barn och ungdom görs via webben.

- ▶ Utöver dispensreglerna kan dispens även sökas för psykiska, fysiska och sociala skäl.
- ▶ Ansökan bör då alltid följas av intyg från sjukvårds- och skolpersonal.
- ▶ Om man har enstaka spelare som är två år äldre går det också bra att skicka in en separat dispensansökan

**DISPENSER**

FOTO: BILDBYRÅN

# UTBILDNINGAR

## för dig som ledare

### Spelformsutbildningar

Under våren 2026 arrangerar Smålands Fotbollförbund spelformsutbildningar för ledare i samtliga spelformer. Är du ledare i ett lag som spelar första året 7 mot 7 eller 9 mot 9 är dessa utbildningar obligatoriska. Men samtliga ledare som är engagerade i ett lag bör genomgå utbildningen som tillhör den spelform laget spelar. Utbildningarna genomförs digitalt och är gratis för samtliga deltagare.

### Tränarutbildningar

Din insats som tränare betyder mycket för svensk fotboll. Tiotusentals barn, ungdomar och vuxna tränar, spelar och kämpar på våra planer runt om i landet – varje dag. Spelarna behöver och förtjänar kunniga och ansvarsfulla tränare som kan inspirera alla spelare till ett livslångt fotbollsintresse. Och som tränare förtjänar du den bästa utbildningen. I Fotbollsdelens av tränarutbildningen finns totalt 5 steg. Från SvFF D, som är den grundläggande utbildningen alla fotbollstränare bör gå, ända upp till UEFA Pro för den som har sikte på ett professionellt tränarskap.

#### TRÄNARUTBILDNINGAR

#### AKTUELLA UTBILDNINGAR





## VIKTIGA LÄNKAR

### ► Smålands Fotbollförbunds hemsida

Håll dig uppdaterad på nyheter och annan viktig information.

### ► Kontaktuppgifter till vår personal

Hittar du mot förmodan inte det du söker, kontakta någon ur vår personal så hjälper de dig.

### ► Inloggning Fogis

Länk till inloggningssidan i Fogis.

### ► Manualer Fogis

Ta hjälp av våra manualer för att lättare hantera Fogis.

### ► Svenska Fotbollförbundets hemsida

På Svenska Fotbollförbundets hemsida kan du hitta allt från aktuella nyheter och information till utbildningar.

### ► Min Fotboll

Hitta in till Min Fotbolls hemsida.

### ► Fotbollsportalen

På Fotbollsportalen hittar du bland annat utbildningar och övningar.

Kontakta Hampus Haglund med frågor som rör barn och ungdom.



**Hampus Haglund**  
Tävling barn och ungdom

036 - 34 54 52  
hampus.haglund@svenskfotboll.se

