
KNVB
COME INSIDE.
AND PLAY.

SPELREGELS DISTRICT FUTSAL (ZAALVOETBAL)

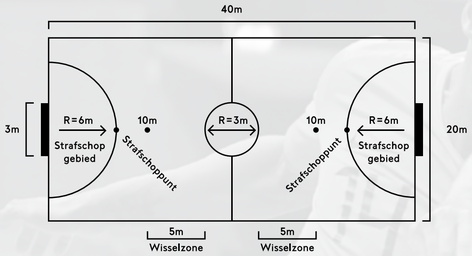
KNVB
ZAALVOETBAL / FUTSAL

COME INSIDE AND PLAY

CONTACTINFORMATIE
Afdeling KNVB Zaalvoetbalontwikkeling

ZAALVOETBAL@KNVB.NL

HET FUTSALVELD



WAT ZIJN DE SPELREGELS?

Onderstaand een overzicht van de spelregels die futsal doen onderscheiden van andere varianten van 5 tegen 5 voetbal. De officiële regels van het futsal kunnen als afzonderlijk document gedownload worden van de KNVB-website: www.knvb.nl.

HET VELD

Futsal wordt gespeeld op een afgebakend veld en de bal kan buiten het veld belanden.

SPEELTIJD

Een futsal wedstrijd bestaat uit twee helften van vijfentwintig minuten speeltijd. Dit geldt voor alle leeftijden uitgezonderd O9 t/m O13. Deze spelen twee helften van twintig minuten.

DE BAL

Dit is een fundamenteel aspect van het spel. De bal moet officieel kleiner en zwaarder (maat 4) zijn en lager opstuiten (Low bounce bal) dan de bal bij elf tegen elf.

INTRAP

Om het spel te hervatten nadat de bal buiten het veld is beland, wordt de bal vanaf de zijlijn ingetrapt. De bal moet stilliggen op de zijlijn en de voeten van de speler die de intrap neemt, mogen niet over de lijn komen.

DOORLOPEND WISSELEN

Per wedstrijd kunnen er maximaal 12 spelers worden ingezet en er zijn geen regels voor de tijd dat een speler op het veld mag staan. Spelers moeten het speelveld betreden en verlaten in de wisselzone voor de banken met wisselspelers.

SLIDINGS

Die zijn in het zaalvoetbal/futsal toegestaan. Een speler die een sliding maakt, wordt alleen bestraft als deze niet correct is en zijn tegenstander op dat moment in balbezit is. De scheidsrechters fluiten niet voor een overtreding als de tegenstander niet in balbezit is.

GELE/RODE KAART

Als er een speler een gele kaart wordt getoond, moet zijn team maximaal twee minuten met 3 spelers en een keeper blijven spelen of tot de tegenstander in overtal een doelpunt heeft gemaakt.

Als er een speler een rode kaart wordt getoond, moet zijn team maximaal vijf minuten met 3 spelers en een keeper blijven spelen of tot de tegenstander in overtal een doelpunt heeft gemaakt.

MATCH OFFICIALS

In een nationale zaalvoetbal/futsalwedstrijd is er één scheidsrechter en een tijdwaarnemer (deze wordt bij de meeste wedstrijden door de club aangesteld).

DE VIER-SECONDENREGEL

Bij intrappen, vrije trappen, doelworpen en hoekschoppen heeft de speler in balbezit vier seconden om het spel te hervatten. De scheidsrechters tellen alleen mee met hun vingers in de lucht bij het hervatten van een doelworp. Als het spel niet binnen vier seconden hervat wordt, krijgt het andere team een indirecte vrije trap. Keepers mogen de bal niet langer dan vier seconden op hun eigen helft in bezit houden.

DE VIJF-METERREGEL

Spelers moeten vijf meter afstand houden van een speler die een vrije trap, hoekschop, intrap of strafschop neemt.

KEEPERS

Keepers mogen buiten en veldspelers mogen binnen het strafschopgebied komen. Na een achterbal moet de bal met de hand in het spel gebracht worden door de keeper. De keeper mag de bal pas weer aanraken wanneer de keeper op de helft van de tegenstander is of als een tegenstander de bal heeft geraakt.



Als kleine jongen speelde ik in Argentinië 5 tegen 5 op straat en voor mijn club. Het was ontzettend leuk en heeft me gemaakt tot wie ik nu ben.

— LIONEL MESSI



Het spelletje trok mij aan vanwege de snelheid en intensiteit. Je moet als speler alle facetten van het voetbal leren beheersen. Aanvallen, verdedigen, omschakelen. Je kunt je niet verschuilen. Het is een hele grote eer om voor Oranje uit te mogen komen en het hoogst haalbare. Voor elke wedstrijd wanneer ik het Oranje shirt aan doe, dan gaat mijn hartslag omhoog, voel ik gezonde spanning en ben ik klaar om te knallen!

— OUALID SAADOUNI
AANVOERDER ORANJE FUTSAL



Ik ben op mijn 13e futsal gaan spelen zodat ik extra veel kon voetballen en mijzelf zo beter kon ontwikkelen. Bij futsal gebeurt zó veel. De snelheid in het spel maakt dat het zelden saai is. Het vergt meer creativiteit en inzicht en tactisch kun je ontzettend veel dingen vooraf bedenken, bijvoorbeeld bij standaardsituaties.

Als dat dan lukt.. daar geniet ik van. Dat Oranjeshirt heeft iets magisch, het maakt mij trots. Internationaal ligt het niveau en de intensiteit waarmee er gespeeld wordt veel hoger. Een geweldige omgeving om jezelf te ontwikkelen.

— AAIKE VERSCHOOR
INTERNATIONAL ORANJE VROUWEN FUTSAL

UEFA FUTSAL EURO 22 THE NETHERLANDS

19 JANUARI — 6 FEB 2022

AMSTERDAM ZIGGO DOME

GRONINGEN MARTINIPLAZA

NEDERLAND IS AUTOMATISCH GEPLAATST

KNVB

KNVB ZAALVOETBAL / FUTSAL

COME INSIDE AND PLAY

CONTACTINFORMATIE

Afdeling KNVB
Zaalvoetbalontwikkeling

ZAALVOETBAL@KNVB.NL

10 REDENEN OM FUTSAL (ZAALVOETBAL) TE SPELEN

1 5 VS 5
Futsal is vanwege het aantal spelers makkelijk te organiseren.

2 BALCONTACTEN
Vergeleken met het veldvoetbal heb je in het futsal veel meer balcontacten.

3 BALBEHEERSING
Vanwege de beperkte ruimte van het futsalveld, druk van de tegenstander en veel 1 tegen 1 duels ontwikkel je een betere balbeheersing en techniek.

4 SNELLER HANDELEN EN DENKEN
De hierboven genoemde factoren zorgen er voor dat je sneller leert te spelen en denken. Dit wordt versterkt doordat het spel binnen vier seconden moet worden hervat.

5 BEWEGEN ZONDER BAL
Je moeten veel ondersteunende loopacties maken om ruimte te creëren voor jezelf en medespelers.

6 OMSCHAKELEN
Omdat het spel constant op en neer gaat en de intensiteit hoog is, dien je continue geconcentreerd te zijn op het spel. Het spel heeft veel omschakelmomenten tussen verdedigen en aanvallen waardoor je niet kunt verzaken en toekijken.

7 INZICHT
Vanwege het aantal spelers (5) zijn er minder afspeelopties dan bij 11 tegen 11 veldvoetbal. Er wordt van je verwacht om veel te bewegen zonder bal en er wordt een beroep gedaan op je tactisch en technisch vermogen.

8 DOELGERICHT SCHIETEN
Je leert doelgerichter schieten. Omdat het doel klein is en vanwege de constante druk van de tegenstander moet de speler slimmer en beter gaan schieten om tot scoren te komen. De speler komt in de zaal ook relatief vaak in scoringspositie.

9 ALTIJD SPELEN
De sporthallen zijn niet weersafhankelijk. Dit betekent dat futsal altijd gespeeld kan worden.

10 PLEZIER
Je geniet van de uitdagingen van een spel in hoog tempo. Je technische vaardigheden worden op de proef gesteld. Hierdoor ervaar je meer plezier en succesmomenten.

Het spelletje trok mij aan vanwege de snelheid en intensiteit. Je moet als speler alle facetten van het voetbal leren beheersen. Aanvallen, verdedigen, omschakelen. Je kunt je niet verschuilen. Het is een hele grote eer om voor Oranje uit te mogen komen en het hoogst haalbare. Voor elke wedstrijd wanneer ik het Oranje shirt aan doe, dan gaat mijn hartslag omhoog, voel ik gezonde spanning en ben ik klaar om te knallen!

*— **OUALID SAADOUNI***
AANVOERDER ORANJE FUTSAL



UEFA FUTSAL EURO 22 THE NETHERLANDS

19 JANUARI — 6 FEB 2022

AMSTERDAM ZIGGO DOME

GRONINGEN MARTINIPLAZA

NEDERLAND IS AUTOMATISCH GEPLAATST

