

UTBILDNING FÖRENINGSDOMARE



VEM ÄR VI?



VÄLKOMNA

Välkomna till årets Föreningsdomarutbildning!

Idag kommer gå vi igenom grunderna i 2DS och 3DS, grundläggande regler och hur det fungerar runtomkring matcherna.

Vi kommer även att följa upp det ni har gått igenom innan, vi kommer göra ett kortare regeltest, tillsammans med en isgenomgång där vi bland annat visar på domarnas åkmönster, men även att döma mål, ta utvisningar och nedsläpp.



DAIF

DAIF står för Domaransvarig i förening och fungerar som din lagledare i föreningen
Anders kommer vara den som:

- Tillsätter era matcher
- Er kontaktperson i klubben
- Hjälper er kring kluriga situation
- Finns som extra stöd gällande all dömning

Kontaktuppgifter:

Anders Thomsson: 073-8388788 anders.thomsson@lundgiants.se

Lund Giants domarhemsida: <https://lundgiants.se/start/?ID=151148>

UTRUSTNING

Vi domare är en del av hockeyn och står i händelsernas centrum, därför är vi ganska oskyddade! Det är därför VIKTIGT att vi skyddar oss.

Vad bör man ha på sig, förutom skridskor, hjälm och tröja och pipa:

- En överdragsbyxa
 - Benskydd
 - Armbågsskydd
 - Suspensoar
- Skydda er så mycket som ni vill och känner är bekvämt, man behöver inte köpa massa nya grejer om man inte vill!



MATCHDAG

- Kontakta gärna din domarkollega 1-2 dagar innan för att säkerställa att båda två har koll på att ni ska döma, planera hur ni tar er till hallen, samåk gärna om det går. Men även bestämma när ni ska samlas!
- Domarna förväntas vara på plats minst 45 min innan matchstart
- Första intrycket spelar roll, därför ska du komma till arenan hel och ren och uppföra dig på ett professionellt sätt. Du är domare från att du kommer till hallen till dess att du lämnar.



Matchvärd

Väl på plats i arenan kommer du möta en Matchvärd, som har en gul väst på sig!

Vad gör en matchvärd:

Skapar en trygg miljö runt matcher, både för dig som domare men även för lagen och föräldrarna som är på plats

Skulle det uppstå en situation är detta en bra person att vända sig till om det skulle va så att DAIF inte är på plats eller alternativt inte skulle svara på telefon.



Vad händer sen?

- Uppvärmning
- Prata gärna igenom hur ni ska gå tillväga i matchen, har ni dömt lagen innan, finns det något vi behöver fokusera på, skrikiga tränare, orosmoment osv. (Finns en mall på Domarakademin.nu)
- Gå till planen i tid så att matchen kan börja på utsatt tid
- Hälsa på tränare och sekretariat
- Blås i pipan och hälsa på kaptener, önska de lycka till!
- Kolla så att sekretariatet är redo innan ni kör igång!



SPELREGLER

Spelregler för ishockey – eller "Regelboken" är grunden för att spela ishockey.

–
för dig som domare är den ditt absolut viktigaste redskap och ju fler regler du kan, desto tryggare kommer du att känna dig på isen när du utför ditt uppdrag

Att kunna regelboken är också en viktig grund för ditt matchledarskap då du, om du känner dig trygg med din regelkunskap, också på ett tryggare och lugnare sätt kan kommunicera med spelare och tränare när det uppstår eventuella tveksamheter under matchens gång.

Regelkunskap är en stor nyckel till framgång i ditt domarskap - lycka till i vinter!

David Bergman, Domarchef Svenska Ishockeyförbundet

REGELBOKEN SOM APP:



Apple



Android

Titta gärna in på [Domarakademin.nu](https://domarakademin.nu) för extra hjälp angående regelboken

Regler:

Nu ska vi göra en liten regelövning!

Vänd dig till din bordsgranne, tillsammans ska ni ta fram 5 regler som ni tycker är viktiga för en ishockeymatch. Välj 1 regel som ni redovisa en regel per grupp, visa gärna tecken om ni kan det också!

Tänk lite utanför boxen så att vi alla inte tar samma regler!

Efter detta kommer vi titta på en liten film om regler från Svenska Ishockeyförbundet



Frågor kring filmerna?

Regeltest

Vi kommer nu att genomföra ett regeltest på 20 frågor. Frågorna är baserat på det material vi precis har gått igenom.

Ingen godkänthetsgräns finns på provet – men givetvis förväntar vi oss att du gör ditt bästa för att skriva ett så bra resultat som möjligt.

Regelprovet skrivs på papper!

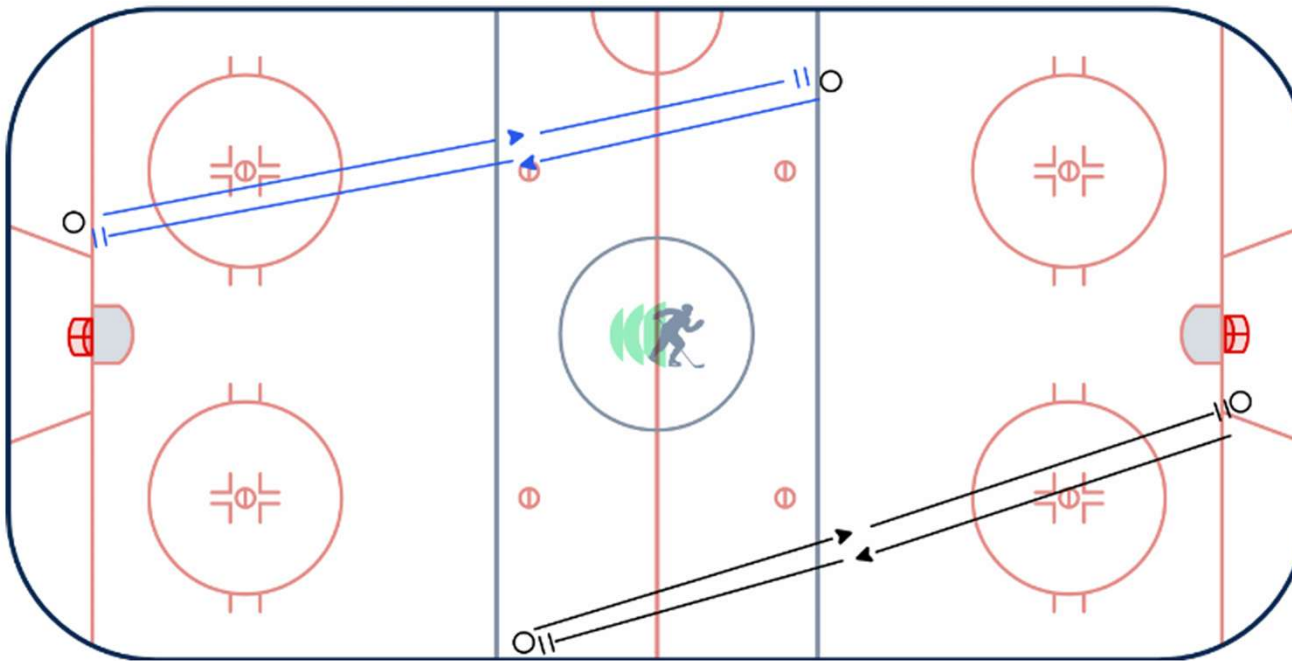
Lycka till!

ISÖVNINGAR TVÅDOMARSYSTEMET



Gummibandet

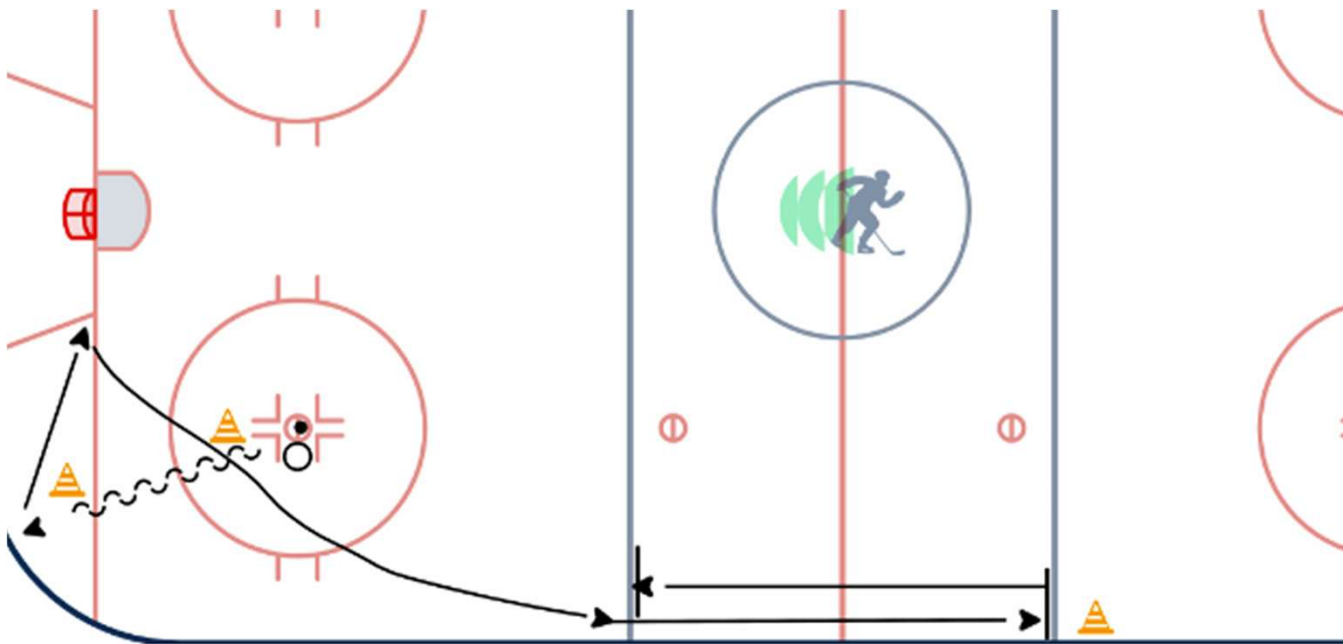
Syfte: Lära domarna grundmönstret för rörelse på isen i 2DS.



1. Domarna speglar varandras arbetsmönster över isen beroende på var instruktörerna passar pucken.
2. Kan med fördel kombineras med övning 3 och 4.

Nedsläpp - åkmönster

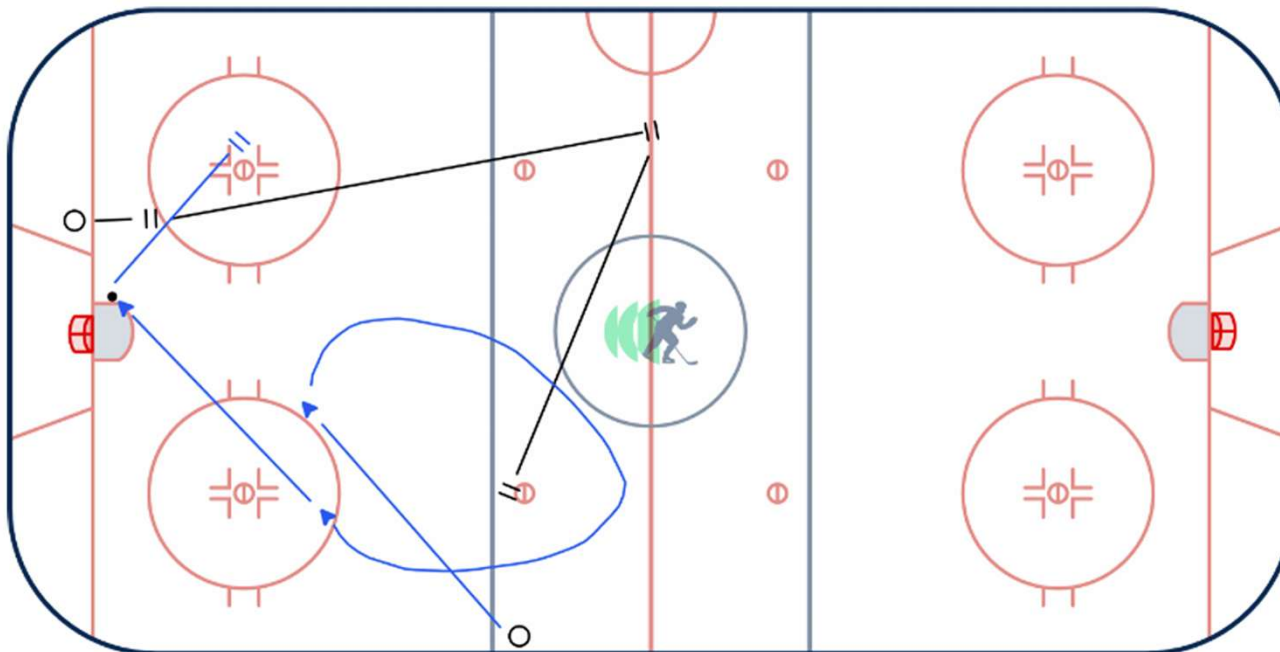
Syfte: Domaren ska få en grundläggande uppfattning om åkmönster



1. Domaren släpper pucken på tekningspunkten
2. Domaren tar sig med baklängesåkning ner till kortsargen
3. Domaren tar en grundposition vid trapezoiden
4. Domaren följer med spelet upp till borte blålinjen
5. Domaren följer med spelet tillbaka till andra blålinjen

Rapportera utvisning

Syfte: Lära domarna arbetsmönstret vid bevakning och rapportering av utvisning.



Domare 1 (Svart):

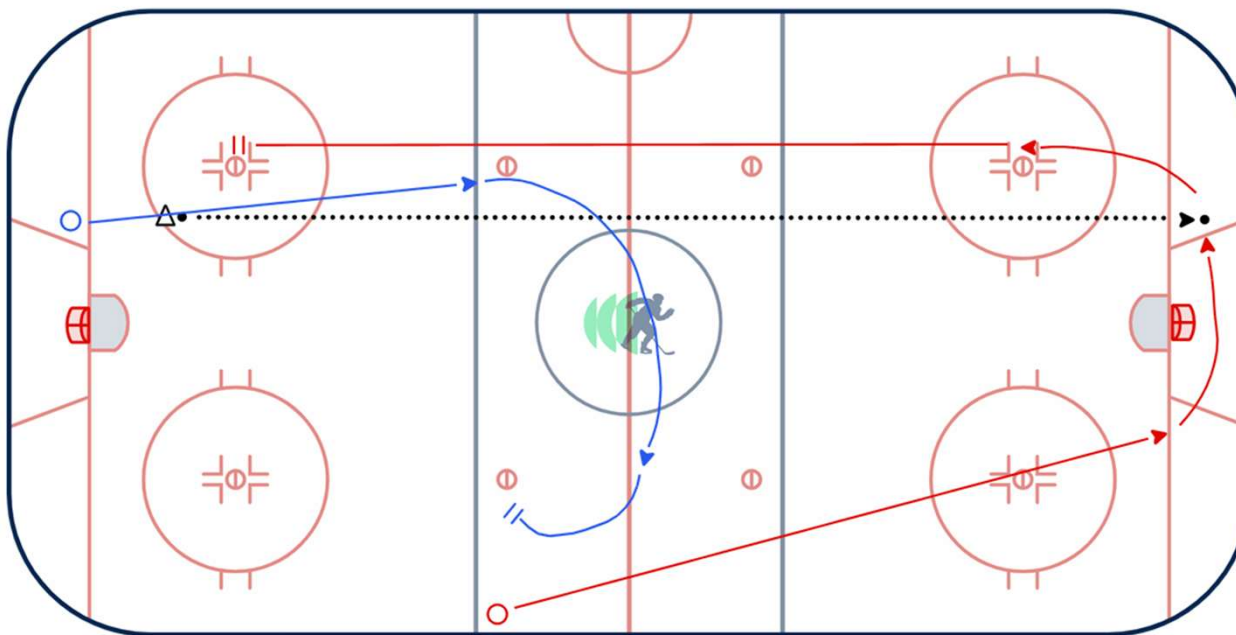
1. Rör sig in i banan från grundpositionen för att synas – blåser av spelet och dömer en utvisning.
2. Tar sig till en position 4-5 meter ut från sekretariatet – gör tecken.
3. Tar position för nästa nedsläpp vid blålinjen.

Domare 2 (Blå):

1. Startar vid blålinjen, tar sig ner mot målet med fart för att bevaka spelet
2. Bågar upp mot spelarbåsen med spelarna som byter för att bevaka
3. Hämtar pucken vid målet/hos målvakten
4. Ställer upp för nedsläpp
5. Släpper pucken när båda domarna är redo.

Icing

Syfte: Ge domarna en grundläggande uppfattning om arbetsmönstret vid icing.



1. Instruktören (Svart) skjuter pucken till icing

1. D2 (röd) följer med pucken mot målet och blåser av spelet för icing
2. D2 hämtar pucken och tar sig med fart ner till nedsläppspunkten.
3. Släpp pucken när alla är redo för nedsläpp.

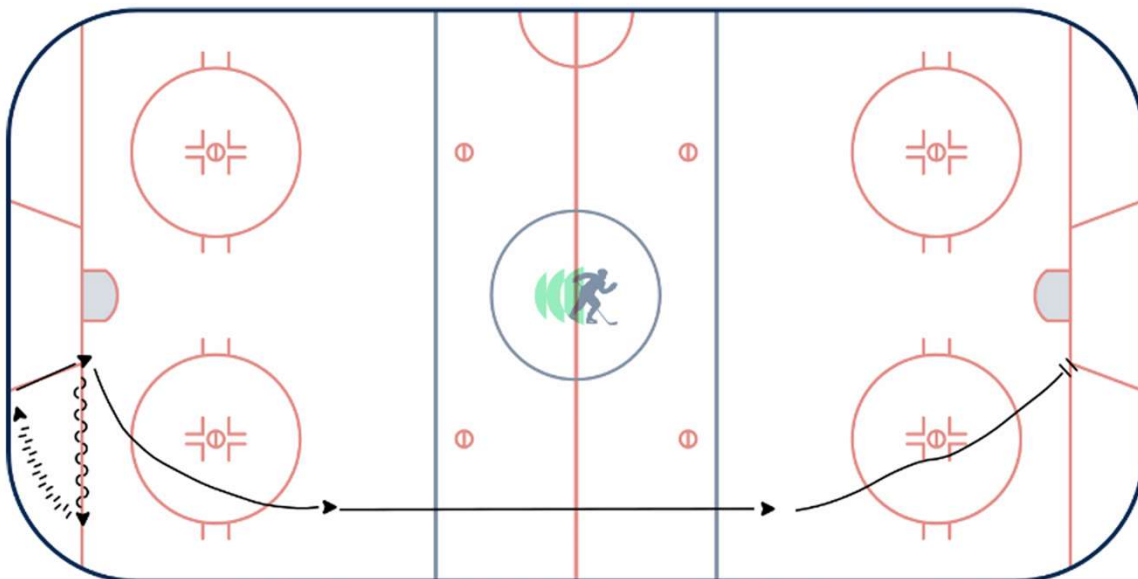
1. D1 (blå) höjer armen och indikerar icing när pucken spelas iväg
2. När D2 blåser av spelet tecknar D1 för icing och tar sig över för att bevaka spelarbåset
3. D1 tar sig till blålinjen och gör sig redo för nedsläpp

ISÖVNINGAR TREDOMARSYSTEMET



Åkmönster HD

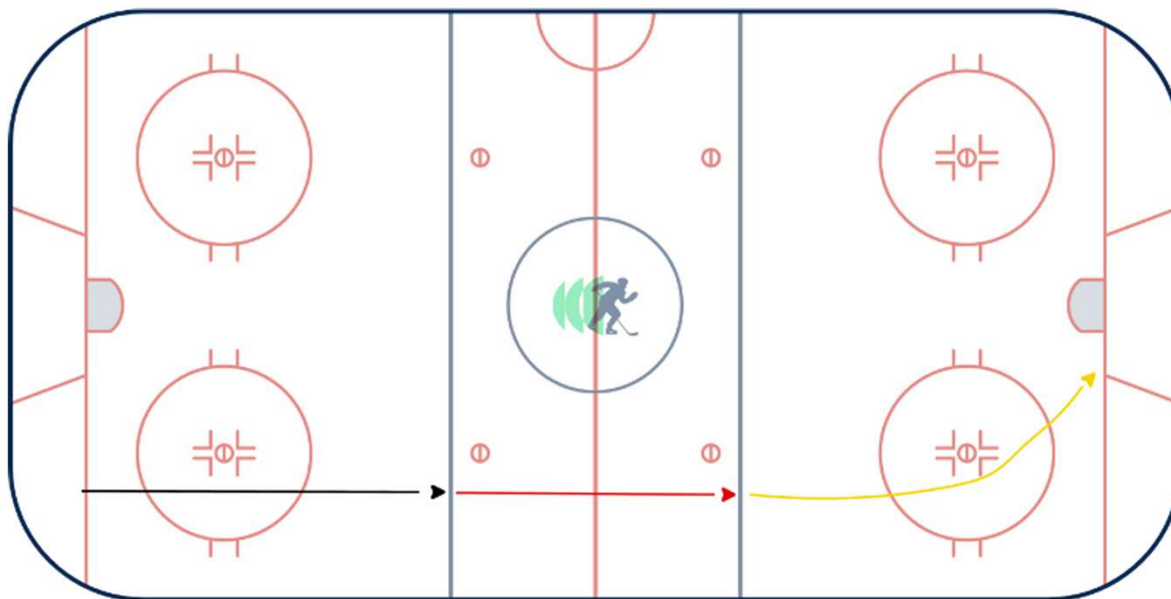
Syfte: Ge domarna en grundläggande uppfattning om HD:s arbetsmönster.



- 1. Start vid Trapezoiden
- 2. Backa bak mot sarghörnet för att hålla spelet framför sig
- 3 Arbeta ner mot trapezoiden vid kortsargen
- 4. Spelvändning ner mot andra zonen – stanna vid grundpositionen vid mål

Åkmönster HD

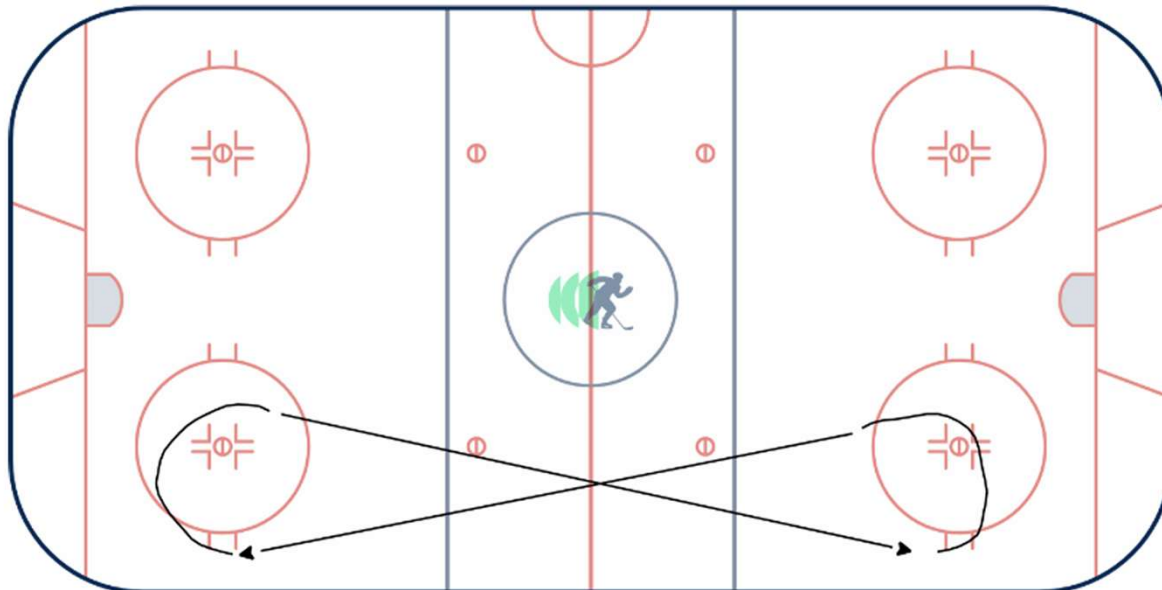
Syfte: Ge domarna en grundläggande uppfattning om HD:s tempozoner.



- Domarna åker i enlighet med de tempozoner som HD ska använda (se 3DS-filmen). Avsluta med att ta sig ner mot grundpositionen vid målet.

Åkmönster HD

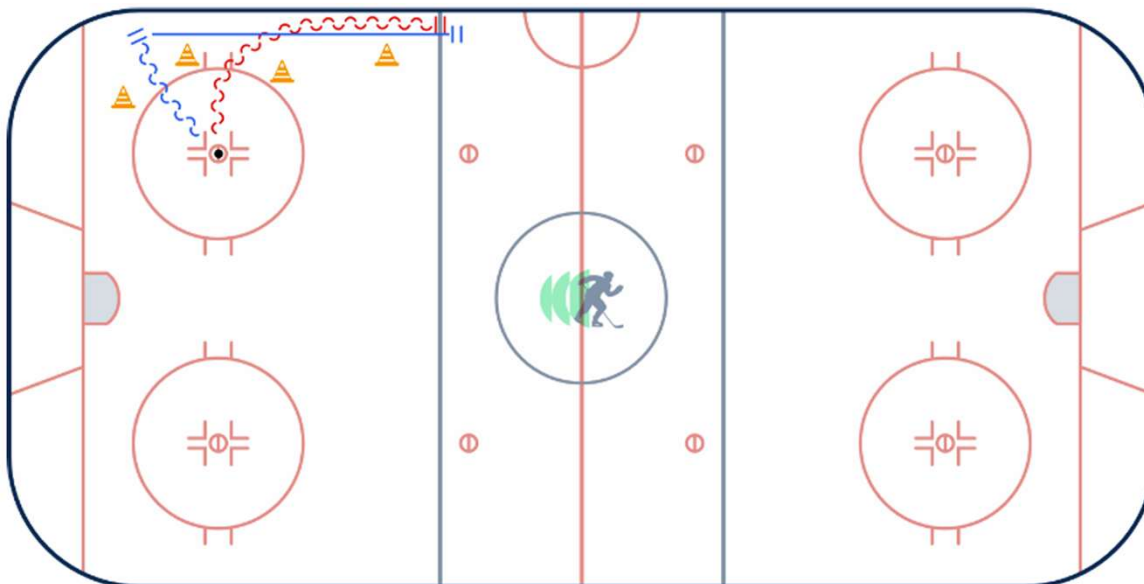
Syfte: Ge domarna en grundläggande uppfattning om HD:s tempozoner.



- Domarna arbetar i en åtta och ska sträva efter att vända med blicken inåt i banan och bibehålla farten i vändningarna.

Nedsläpp LD

LD tränar nedsläpp och att ta sig ut ur ytterzonen



- **Alternativ 1 (röd):**

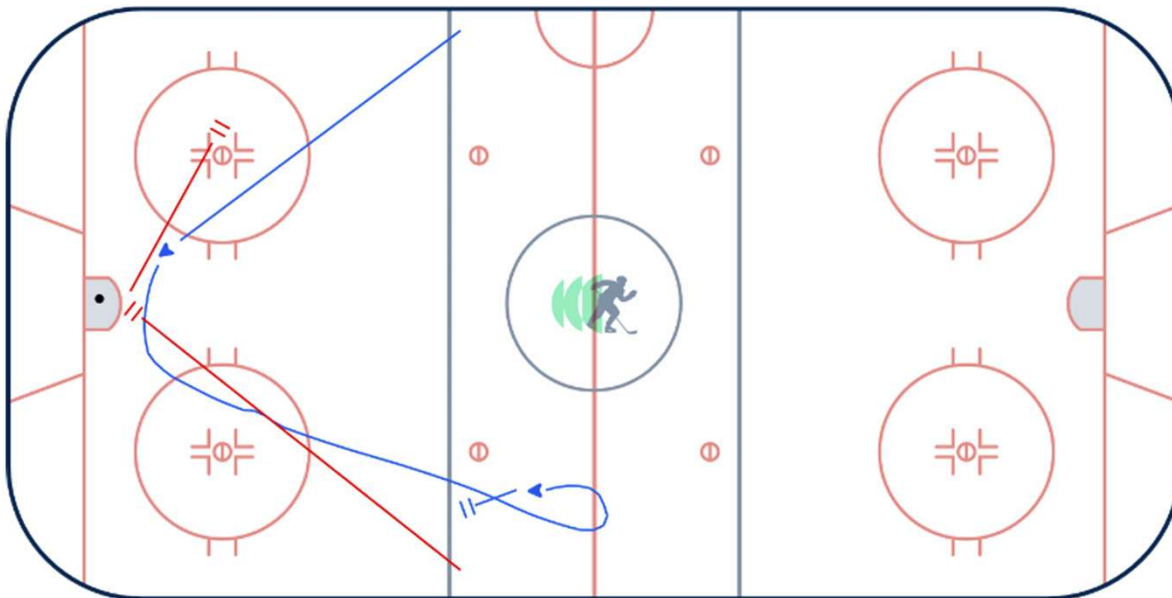
- 1: Släpp pucken.
- 2: Ta sig ut ur zonen med baklängesåkning. Ta position strax utanför blålinjen.

- **Alternativ 2 (blå):**

- 1: Släpp pucken
- 2: LD tar en tillfällig position ner mellan icinglinje och passningsficka
- 3: Tar sig ut ur zonen med speed

Bevakning efter spelstopp

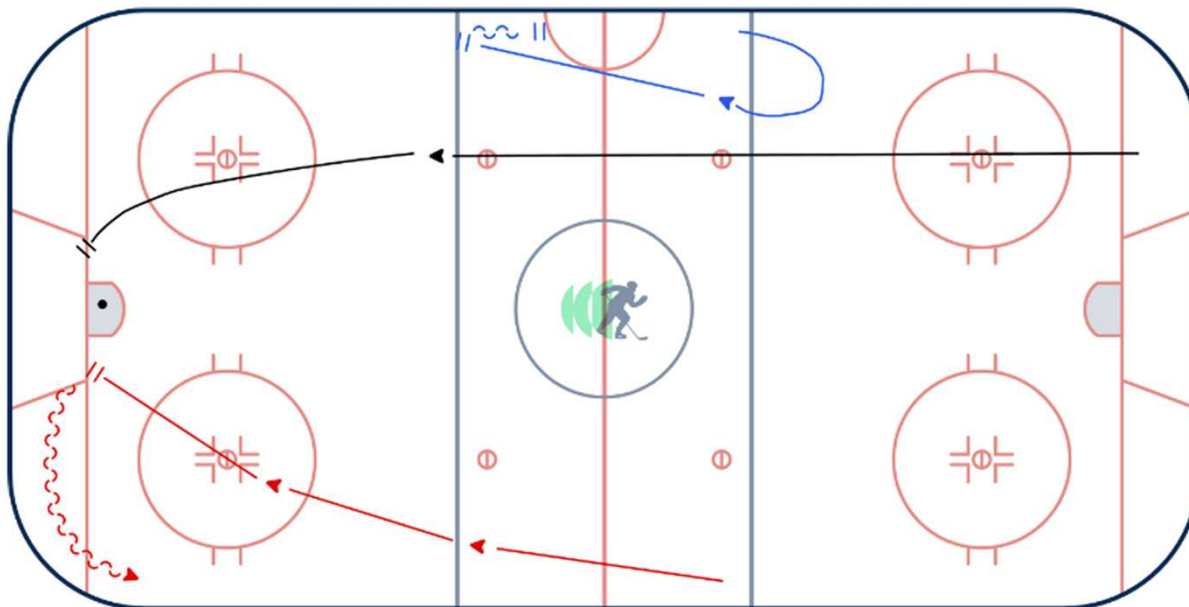
LD rusar ner på mål efter spelstopp och bevakar spelet.



1. Instruktören blåser av spelet
2. LD rusar ner mot målet
3. Blå LD följer med spelet ut mot båset och bevakar bytet, tar sedan grundposition vid blå
4. Röd LD stannar framför mål och bevakar spelet, ställer sedan upp för nedsläpp. Bevaka spelet först – hämta pucken sen!

LD nedåkning vid spelvändning

LD åker ner på mål vid spelvändning.



1. Röd LD åker ner mot målet med speed
2. Ta en bedömning vid målet och väntar på att HD kommer ner
3. När HD har kommit ner, arbeta ut ur ytterzonen till blålinje, ta position som främre LD
4. HD (Svart) startar bakom målet och arbetar med tempozonerna ner till målet
5. Blå LD börjar med att bevaka bakom HD:s rygg, arbetar sedan upp till bortre blå för att täcka upp
6. När Röd LD har kommit ner till blå, backar Röd LD bak och tar position som bakre LD.