

Information till dig som är ny distriktsdomare säsongen 2023/24!

Här kommer lite allmän information och tips på vad man ska tänka på i samband med match.

Domarnas uppgift under matchen:

- Få två lag, som är motståndare, att komma överens på planen.
- Hjälpa dem att spela en match där lagen får göra så många mål som möjligt på så lika villkor som möjligt.
- Få spelarna att förstå vad som händer i matchen.
- Samarbeta med sekretariatets funktionärer.
- Ge spelarna möjlighet att lära sig reglerna.
- Bedöma när det sker ett regelfel eller när det blir mål.
- Sprida innebandyglädje.

Att tänka på:

Före matchen:

- Se till att komma i tid till matchen, minst 45 min före matchstart
- Hälsa på ledare och funktionärer i sekretariatet
- Byt om och gör även egen uppvärmning, så att du känner dig redo för matchen
- Kontrollera spelardräkten på respektive lag
- Kontrollera målburar, sargen, byteszonen och ev. föremål som kan vara en skaderisk runt om planen

Under matchen:

- Kontrollera alltid målburarna efter varje periodpaus.
- Efter paus vara på plats på planen minst 2 minuter före start av ny period.

Efter matchen:

- Tacka för matchen till ledare, spelare och sekretariat.
- Ta hand och spara matchprotokollet för eget bruk (*om det skulle vara några konstigheter*)
- Avsluta matchen i ibis

Hur lyckas vi!?

- Matchförberedelser
- Göra entré på spelplanen
- Lämna spelplanen
- Allmän användning av kroppshållningen
- Viktiga beslutssituationer
- Konfrontationer
- Tillrättavisade en spelare/ledare – *Första intrycket*
- Visar förståelse / sympati
- Engagemang/passion
- Attityd / inställning till uppdraget
- Träd fram och ta ansvar
- Stötta kollegan
- Sälj beslut → Tydlighet – Kroppsspråk



- Hjälpa sekretariatet

Allmänna tips och råd:

Var tydlig

Blås när en förseelse sker och berätta kort varför du blåser. Spring till den plats där förseelsen skedde, visa var lagen ska spela igång, berätta vad som hände och avsluta med att stötta spelarna när de ska spela igång. Hinner du visa tecken är det en bra hjälp både för spelare, ledare och publik.

Var positiv och stöttande

Fokusera på det spelarna ska göra i stället för på vad de inte ska göra. Prata gärna med spelarna, förklara hur de ska göra, beröm dem när de gör rätt och använd ett positivt tonläge.

Var en förebild

Var engagerad och aktiv. Möt spelarna på deras nivå och visa i stället för att förklara med många ord. Om du bara pratar utan att visa kan det göra det svårt att fokusera och förstå. I stället kan du springa till platsen för till exempel frislaget och använda ett tydligt kroppsspråk för att visa vad som ska göras.

Fokusera på de viktigaste delarna i spelet

Spelarna ska lära sig att spela så kontrollerad innebandy som möjligt. För att få till så bra innebandy som möjligt ska du fokusera på att få bort okontrollerade och farliga slag, oschyst fysiskt spel och negativt snack. Du ska vara konsekvent och blåsa för dessa förseelser. Var konsekvent Vilken typ av agerande vill du som domare se? Sätt en ram för vad som är okej och inte. När spelarna går utanför ramen måste du som domare agera – varje gång. Sätt gränser.

Några tips för att underlätta samarbetet med ledarna:

Var positiv och framåt

En positiv inställning smittar av sig på lagen och ledarna. Det är lättare att ta till sig sådant som sägs i en positiv anda.

Använd tydliga tecken och berätta vad du dömt

Det är lättare för ledarna att förklara och stötta sina spelare när de har förstått vad du har dömt.

Uppmuntra positivt spel

Beröm spelarna eller lagen när de spelar på ett bra sätt. Då förstår spelarna och ledarna hur du tycker att matchen ska spelas, och detta gör det lättare för dem att göra rätt.

Ta hjälp av ledarna när du vill förklara något för spelarna

Om du tycker att spelarna börjar agera på ett sätt som är på gränsen till vad som är okej bör du berätta det för ledarna. De kan då prata med spelarna. Om ledarna får chans att prata spelarna till rätta kan du slippa ta utvisningar och annat som kan kännas tråkigt, och ni kan hjälpas åt att skapa schyst spel.

Ge tid

Vänta in spelarna, se till att de har förstått vad som ska hända och kontrollera att allt är i ordning innan spelet sätts igång.

Seriedirektiv Röd nivå, 12–16 år (Röd nivå - flickor och Pojkar 12–16 år)

- Målvakt/utespelare i ungdomsserier En målvakt får vara utespelare. Spelarens nya nummer ska noteras i matchprotokollet.
- Spelas i serieform med resultat, tabell, poängberäkning och poängliga.
- Planstorleken är max 40 x 20 m (minsta spelmått är 36 x 18 m).
- Målburarna (stora) med måtten 160 x 115 cm.
- Matchtid 3 x 15 min, 5 min paus, effektiv speltid hela matchen.
- I samband med sidbyte ska lagen även byta byteszoner.
- Hemmalaget slutrapporterar resultatet direkt i samband med matchslut.
- Fritt att flytta spelare i samma ålder mellan lag inom föreningen
- Matcherna skall live rapporteras.

Särskilda regler för barn- och ungdomsserier (spelare 15 år och yngre)

- Om en spelare inte är noterad i matchprotokollet tilldömas laget två minuter lagstraff.
- Om mål gjorts, skall detta dock godkännas.

Sekretariat I barn- och ungdomsmatcher

- Skall sekretariatet bestå av minst två personer (tidtagare och protokollförare, gärna speaker). Dessa personer får ej vara spelare eller ledare i den aktuella matchen och ej vara klädd i matchdräkt och skall vara neutrala

Lycka till!