

VÄSTSVENSKA INNEBANDYFÖRBUNDET
KRAVPROFIL DOMARE
SÄSONGEN 2024-2025

Innehåll

1	Kravprofil förord.....	2
2	Tillgänglighet	2
3	Innan match	2
3.1	Damer division 1, herrar division 2 och 3 samt juniorallsvenskan	2
3.2	Övriga matcher.....	2
4	Under match.....	2
4.1	Damer division 1, herrar division 2 och 3 samt juniorallsvenskan	2
4.2	Övriga matcher.....	3
5	Efter match.....	3
5.1	Förväntningar på samtliga domare	3
6	Regelprov	3
7	Fystest	4
7.1	Cooper	4
7.1.1	Hur det går till	4
7.1.2	Krav för de olika stegen.....	4
7.2	Yo-yo.....	4
7.2.1	Hur det går till	4
7.2.2	Krav för de olika stegen.....	5
8	Domartekniska färdigheter	5
9	Sociala medier	7
10	Klassificering.....	7

1 Kravprofil förord

Denna kravprofil är framtagen av Västsvenska Innebandyförbundets domarkommitté, coachgrupp och kansliet. Kravprofilen beskriver de förväntningar man har på domarna.

Att vara domare ställer krav på att man både i samband med match och i allmänhet ska vara en god representant för Västsvenska Innebandyförbundet och domarkåren i kontakten med kollegor, ledare och lag samt förtroendevalda. I detta ingår att uppvisa positiv attityd och engagemang samt vara en god förebild för domarkåren. Ju högre upp i stegsystemet domaren är klassificerad, desto större förväntansbild.

Samtliga krav i Västsvenska Innebandyförbundets kravprofil för domare ligger till grund för domarens klassificering.

2 Tillgänglighet

Du som domare är ansvarig för att spärra tid du ej är tillgänglig för dömning i IBIS med god framförhållning. De matcher som du sedan får vid tillsättningen förväntar Västsvenska Innebandyförbundet att du åtar dig.

3 Innan match

3.1 Damer division 1, herrar division 2 och 3 samt juniorallsvenskan

- Ankomst till hallen senast 30 minuter före matchstart.
- Stil och profil med hela och rena kläder. Profillkläder för andra föreningar och idrotter får ej användas i samband med domaruppdrag.
- Hälsa på ledare och sekretariat.
- Se över laguppställningarna.
- Kontrollera målen samt byteszoner, åtgärda vid behov.
- Inga mobiler används ute i hallen för socialt bruk.
- Vara påläst kring "Trygg Innebandy". [LÄNK](#)
- Använda omklädningsrummet för ombyte.
- Uppvärmning

3.2 Övriga matcher

- Ombytt och klar senast 15 minuter före matchstart.
- Stil och profil med hela och rena kläder. Profillkläder för andra föreningar och idrotter får ej användas i samband med domaruppdrag.
- Hälsa på ledare och sekretariat.
- Se över laguppställningarna.
- Vara påläst kring "Trygg Innebandy". [LÄNK](#)
- Kontrollera målen samt byteszoner.
- Inga mobiler används ute i hallen för socialt bruk.

4 Under match

4.1 Damer division 1, herrar division 2 och 3 samt juniorallsvenskan

- Stil och profil, strumpor uppdragna och tröja instoppad.
- Utstråla engagemang och kommunicera för en god matchmiljö genom hela matchen.

- VSIBF's föreskrivna domarklädsel gäller utan undantag. Enhetligt tröjfärgval inom paret gäller.
- Pipor av samma typ skall användas inom paret Acme pipa Thunder eller Acme Fingertips. (Notera att det är förbjudet att använda rysspipor).
- Mätutrustning, (ej egen konstruktion).
- Rött kort.
- Kontrollera målen inför varje periodstart.
- Inga mobiler används ute i hallen för socialt bruk.
- I pausen befinna sig i omklädningsrummet.

4.2 Övriga matcher

- Stil och profil, strumpor uppdragna och tröja instoppad.
- VSIBF's föreskrivna domarklädsel gäller utan undantag. Enhetligt tröjfärgval inom paret gäller.
- Pipor av samma typ skall användas inom paret Acme pipa Thunder eller Acme Fingertips. (Notera att det är förbjudet att använda rysspipor).
- Mätutrustning (ej egen konstruktion).
- Rött kort.
- Kontrollera målen inför varje periodstart.
- Inga mobiler används ute i hallen för socialt bruk.

5 Efter match

5.1 Förväntningar på samtliga domare

- Reflektera över din/er insats direkt efter match. Kontakta din coach om det är något ni undrar över eller behöver ha hjälp med något.
- Om det finns avvikelser i hallen så skall detta rapporteras till följande mejl:
vastsvenska.matchprotokoll@innebandy.se

6 Regelprov

Regelprov genomförs under kurstillfälle innan seriestart (om inte annat anges). Samtliga domare skall klara godkänt resultat för sitt steg för att tilldelas matcher. För domare som inte har ett godkänt regelprov så kommer nytt provtillfälle erbjudas på kansliet inom två veckor efter genomförd kurs.

Steg	Krav
4	90%
3	90%
2	85%
1	75%

7 Fystest

Varje domare har rätt att välja vilket fystest man vill genomföra, Cooper eller Yo-Yo. Fystestet ligger som del i klassificeringen.

Godkänt test = Klarat den nivå/tid för valt fystest

Genomfört Cooper test = Sprungit sträckan men ej klarat tiden

Genomfört Yo-yo test = Sprungit testet men ej klarat sin nivå

Ej genomfört test = Ej sprungit något av testen

Inför en ny säsong krävs:

För att vara aktuell för nominering till SIBF krävs godkänt fystest enligt SIBFs kravbild.

För Steg 4 (distriktets högsta) krävs ett godkänt fystest för denna nivå. Domare klassificerade för steg 4 som inte uppnår kravet för Steg 4 blir nedklassificerad ett steg, nedklassificering sker 1 oktober.

Om/när domare efter detta datum genomför ett godkänt fystest kan domaren återfå sin klassificering, det kan åligga domaren att själv anordna tid, plats och instruktör för testet.

För steg 2 och 3 krävs ett genomfört fystest för att kunna bibehålla sin klassificering, om man inte genomfört ett fystest så åligger det domaren själv att anordna tid, plats och instruktör för testet. För att bli tilldelad matcher måste man ha genomfört ett fystest.

7.1 Cooper

7.1.1 Hur det går till

Deltagaren springer en bestämd sträcka vilket ska klaras inom en viss tid.

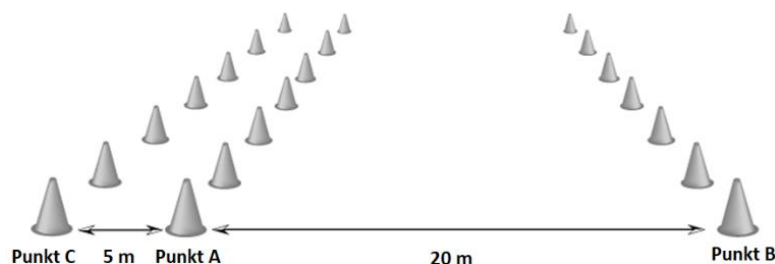
7.1.2 Krav för de olika stegen

Steg	Sträcka	Tid kvinnor / män
SIBF DA/H1	3 km	14:00 / 13:40
4	3 km	14:50 / 14:30
3	3 km	15:20 / 15:00
2	3 km	17:20 / 17:00
1	-	-

7.2 Yo-yo

7.2.1 Hur det går till

- Deltagarna börjar på en linje vid punkt A.
- På signal springer deltagarna 20 meter till linjen vid punkt B. Vid den andra signalen springer deltagaren direkt tillbaka till punkt A och ska nå denna innan den tredje signalen.
- När deltagaren passerat linjen vid punkt A har denne 10 sekunder på sig att gå eller jogga 5 meter fram och tillbaka till linjen vid punkt C.
- Efter den aktiva vilan på 10 sekunder startar nästa intervall på 2x20 meter vid nästa signal. Testet är uppbyggt med ett visst antal intervaller på varje nivå och för varje nivå har deltagaren kortare tid på sig att utföra intervallerna.
- Deltagaren har i uppgift att springa till den nivå som anges för det steg man befinner sig på. Under testet delas en varning ut om deltagaren inte hinner till punkt A innan tredje signalen. Varningar delas även ut vid tjuvstart.
Max en varning per nivå, vid andra varningen får inte deltagaren delta längre.



7.2.1.1 Tabell för de olika nivåerna

Speed (km/h)	10.0		12.0		13.0		13.5			14.0	
Speed Level	5		9		11		12			13	
Rep	1	1	1	2	1	2	3	1	2	3	4
Distance (m)	40	80	120	160	200	240	280	320	360	400	440
Start	00:00	00:24	00:46	01:07	01:29	01:49	02:10	02:31	02:51	03:11	03:31
Turn	00:07	00:30	00:52	01:13	01:34	01:55	02:15	02:36	02:56	03:16	03:37
Finish	00:14	00:36	00:57	01:19	01:39	02:00	02:21	02:41	03:01	03:21	03:42

Speed (km/h)	14.5								15.0							
Speed Level	14								15							
Rep	1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8
Distance (m)	480	520	560	600	640	680	720	760	800	840	880	920	960	1,000	1,040	1,080
Start	03:52	04:12	04:32	04:52	05:11	05:31	05:51	06:11	06:31	06:51	07:10	07:30	07:50	08:09	08:29	08:48
Turn	03:57	04:17	04:37	04:56	05:16	05:36	05:56	06:16	06:36	06:56	07:15	07:35	07:54	08:14	08:34	08:53
Finish	04:02	04:22	04:42	05:01	05:21	05:41	06:01	06:21	06:41	07:00	07:20	07:40	07:59	08:19	08:38	08:58

7.2.2 Krav för de olika stegen

Steg	Nivå kvinnor / män
SIBF DA/H1	15.3 / 15.6
4	14.5 / 14.8
3	14.1 / 14.4
2	13.2 / 13.4
1	-

8 Domarens klädsel

Domarna ska vara utrustade med domartröjor, svarta kortbyxor och svarta knästrumpor. Domarna ska ha samma färgkombinationer på sina kläder.

Tröjfärger, samtliga tröjfärger som Klubbhuset tillhandhåller är tillåtet. Då en match döms ska domarparet ha enhetlig klädsel, d.v.s. samma färg på sig.

Alla domare skall ha en grunduppsättning med grå och gul domartröja.

9 Domartekniska färdigheter

Grundläggande för en domare är att ha en god regelkunskap och att ha en tillräckligt god kondition, detta säkerställer vi genom regel- och fystest. Att krävställa domartekniska färdigheter är komplicerat. Hur domaren/domarparet uppfattas är en subjektiv bedömning gjord av den som observerar. Vidare finns det utrymme för väldigt olika tolkningar och uppfattningar av vad som är vad. Nedanstående kravställning kring färdigheter inom domarteknik ska därför ses som en generell

guidning för vad som krävs för varje steg med målsättningen om att observatörer och domare ska medvetengöras och tidigt kunna arbeta med att utveckla våra domare på bästa sätt.

Vi lägger fokus på följande domartekniska områden och differentierar kravbilden för våra olika domarsteg:

- *Matchförberedelser*
- *Teckengivning*
- *Signaler*
- *Placering*
- *Intern och extern kommunikation*
- *Spelförståelse*
- *Kroppsspråk*
- *Acceptans*

Kravbilden nedan är indelad i steg 1 till 4 som domare är klassificerade för alternativt dömer matcher inom. Domare som dömer på högre steg förväntas hantera domartekniska färdigheter på samtliga steg under det steg man är klassificerad för eller dömer inom.

Steg 1

Matchförberedelser: Kom i tid, hel och ren, hälsa på ledare och sekretariatet (målbur, paus, sekretariat, byteszoner, matchprotokoll, lagfärger).

Teckengivning: Våga visa tecken. Tydligt måltecken. Använda korrekta tecken. Repetera tecken.

Signaler: Våga blåsa och få stopp på spelet. Korrekt blåsteknik.

Placering: Alla spelare mellan sig, även i spelvändningar. Diagonal planindelning. Först till mållinjen. Jobba in i situationer och offensiv planhalva. Byta sida. Markera frislagen. 3-metersregeln vid frislag.

Kommunikation: Förklarar frislag muntligt.

Steg 2

Matchförberedelser: Skapa god stämning (plus i påsen). Rätt klädsel för matchen. Enkel matchplan med förutsättningar (derby, tidigare matcher osv.) Plan för var paret samlas vid olika situationer.

Teckengivning: Visa tecken när det efterfrågas. Nyttja domarens sekund och förstå teckentempo.

Signaler: Variation i signalgivningen. Spelarna ska veta utan att titta: inslag, frislag, nära utvisning och utvisning.

Placering: Grundläggande planindelning. Förlängd mållinje – triangeln. Fasta situationer. Rörelse med spelet. 1-2-3 korridorerna. Riskeliminering. Endast över sargen på kortsidan. Backar, vänder ej ryggen mot spelet.

Spelförståelse: Ta för det som händer. Våga ta utvisningar.

Kroppsspråk: Rak i ryggen. Hålla kroppsspråket när det är jobbigt. Inte sjunka ihop.

Intern kommunikation: Stärka varandras beslut.

Extern kommunikation: Kommuniera verbalt för att förstärka beslut (spela, fördel, fria osv). Inga diskussioner på plan i pauser. Kommunikation med kapten, ledare och spelare utanför spelet.

Steg 3

Matchförberedelser: Matchplan kring spelare (formella informella ledare, besvärliga spelare/ledare). Förberett matchplan med kollega för matchen.

Teckengivning: Tempoväxla i teckengivningen. Förstärka eller tona ner vid rätt tillfälle.

Signaler: "Tala" med pipan. Använda pipan som ett verktyg för att styra spelet. Omotiverat stark/svag signal för att nå önskad effekt. Växla tempo för att driva upp/sänka tempot i matchen.

Placering: Fungerande planindelning. Fysiskt förberedd. Tempoväxla i löpningar. Taktisk och placering för bästa kommunikation. Tillit till varandra i planuppdelningen.

Spelförståelse: Sätta och hålla nivå. Använda fördel. Beslut som blir bra för matchen.

Kroppsspråk: Växla mellan pondus/trygghet i kroppsspråket (bröst/mage).

Intern kommunikation: Ha en framarbetad och fungerande teckengivning för att hjälpa varandra.

Extern kommunikation: Dialog med spelare och ledare (fråga – svar). Fungerande kommunikation med spelarbåsen. Kommunikation, före, under och efter situationen.

Acceptans: Förklara att man inte alltid får acceptans och det betyder inte att beslutet i sig var fel. Kunna skilja på allmänt gnäll och dålig acceptans.

Steg 4

Matchförberedelser: Visa seriositet fullt ut i klädsel. Ha en tydlig matchplan avseende förutsättningar, spelare, taktik. Förmåga att ställa om sitt domarskap efter behov beroende på hur matchen utvecklar sig

Spelförståelse: Sätta rätt nivå för matchen. Agera proaktivt. Sortera utvisningar. Ta utvisningar på läget. Hellre bra än rätt.

Kroppsspråk: Variera kroppsspråket fullt ut och kunna växla och använda det som ett verktyg för att styra spelarna och matchen.

Intern kommunikation: Klara av att välja vilken typ av intern kommunikation som fungerar bäst i varje given situation (headset/tecken). Om headset används ska detta utveckla kommunikationen, inte hämma den.

Extern kommunikation: Relationsbyggande kommunikation (gott snack). Äga kommunikationen fullt ut (var, när och hur länge). Identifikation av enskilda individer som påverkar matchbilden.

Acceptans: Förmåga att resonera kring varför det var dålig respektive bra acceptans i matchen och/eller i enskilda situationer.

10 Sociala medier

Att kommentera enskilda spelare och lag och kontakta spelare anses olämpligt.

11 Klassificering

Domarkommitté och Coachgruppen är ansvariga för klassificering och avgör i varje enskilt fall om

domarens klassificering.

Uppklassificering

För att kunna bli uppklassificerad krävs det att man:

- genomgått kurs.
- godkänt fystest för det steg man skall bli uppflyttad till.
- godkänt regelprov för det steg man skall bli uppflyttad till.
- har skött sina åtaganden gentemot förbundet (t.ex. lämnat få återbud, följt direktiv m.m.).
- följer stil- och profilkraven.
- agerar professionellt på och utanför innebandyplanen och att man uppträder kollegialt.
- att man bedöms ha de domartekniska färdigheterna för det steg man skall bli uppflyttad till.

Nedklassificering

En domare kan bli nedklassificerad om man:

- missköter sina åtaganden gentemot förbundet.
- uppträder på ett icke föredömligt sätt inom verksamheten.
- inte klarar krav på löp-/regeltest.
- att man inte bedöms ha de domartekniska färdigheterna för det steg man tillhör.

Västsvenska Innebandyförbundets
Domarkommitté och Coachgruppen