

Innføring i Dommerrollen



Nivå 1 – Klubbdommer

Innføring i hverdagen som ishockeydommer
Dommernes første kurs.

Hvor kan du finne informasjon om reglene i ishockey?

www.hockey.no

www.iihf.com

Hva er jobben til en ishockeydommer?

- En ishockeydommer leder ishockeykamper.
- En ishockeydommer følger regelverket og prosedyrer.
- En ishockeydommer fremviser gode holdninger mot alle involverte i ishockey.

Noen jungelord:

- En avgjørelse som trenger forklaring → er ofte en dårlig avgjørelse.
- Aldri ta avgjørelser der du «gjetter eller tror».
- En dårlig dommer glemmes.
- En urettferdig dommer huskes for alltid.
- Er du i tvil på regelanvendelsen - benytt «Regel 1A», sunn fornuft.

Godt samarbeid er nøkkelen det meste:

- Samarbeidet starter nå! Med klubb, krets, NIHF, lag, trenere...
- Samarbeid før kampstart: lag avtaler, hvem gjør hva.
- Samarbeid ute på isen.
- Samarbeider du godt blir kampen bra!



Hvordan bli en god ishockeydommer:

- Regelkunnskap
- Lytt til andre
- Være en god kollega
- Dømme mange kamper
- Vær deg selv
- Ha det gøy
- Alle kamper er like viktige
- Tren godt

Hva trenger en ishockeydommer:

- Bag
- Skøyter
- Svart hjelm med visir
- 2 stk. dommerfløyter
- Dommerdrakt
- Sort bukse

Anbefalt beskyttelsesutstyr: Leggskinn, susp og albuebeskyttere. Noe dommerutstyr kan kjøpes fra NIHF nettbutikk: <https://www.hockey.no/>

Annet nyttig utstyr kan være:

- Notatblokk og Penn
- Målebånd
- Sort tape
- Ekstra par hvite lisser
- Strips / korte lisser til å eventuelt fikse målnettet



Dommerregning

Dersom du skal ha betalt for kampen du dømmer må du sørge for at arrangøren får din dommerregning før eller rett etter kampen.

Det er viktig at denne fylles ut korrekt, ellers kan klubben vente med utbetaling til de har all nødvendig informasjon.

- Skriv tydelig
- All informasjon må fylles inn korrekt

NIHF og IIHF - Dommerstige

Nivå 1	Opp til og med U13				
Nivå 2	U14 til og med U16				
Nivå 3	Junior og lavere senior				Nivå 6 Internasjonal lisens
Nivå 4	U20 elite og 1 div. senior			Nivå 5 Elitedommer	IIHF Prosedyrer Casebook Karriereplanlegging
Nivå 5	Senior Elite		Nivå 4 Toppdommer	4-dommer Media Konfliktthåndtering Mental trening	4-dommer Media Konfliktthåndtering Mental trening
Nivå 6	Senior Elite og IIHF	Nivå 3 Forbundsdommer / aspirant	Ledelse Kampløp Teamwork	Ledelse Kampløp Teamwork	Ledelse Kampløp Teamwork
		Nivå 2 Kretsdommer	Casebook Kommunikasjon Trening - Fysikk	Casebook Kommunikasjon Trening - Fysikk	Casebook Kommunikasjon Trening - Fysikk
		Nivå 1 Klubbdommer	Skating Tegngivning Dommergjerningen	Skating Tegngivning Dommergjerningen	Skating Tegngivning Dommergjerningen
			Regler Posisjoner Glede	Regler Posisjoner Glede	Regler Posisjoner Glede

Dommerkurs – Dommerutdanning – Dommersamlinger

- Klubbdommerkurs Egen klubb
- Kretsdommerkurs / samlinger Regionalt / Krets
- Forbundsdommersamling Regionalt / Nasjonalt
- Elitedommersamling Nasjonalt
- NIHF Utviklingsgruppe for unge dommere
- NIHF Eliteleir for dommere
- FastTrack



Dommerhefte Nivå 1 – Klubbdommer

Tester - varierer fra de forskjellige nivåene:

- Regeltest / Quiz
- Barmark
- Hurtighet, spenst og utholdenhet
- Styrke
- Trening på is
- Tester på is



Det å være dommer er veldig likt det å delta på et lag:

- Dommere er i ishallen i miljøet
- Dommere deltar på kamper
- Dommere er på samlinger – camper
- Dommere trener

Det er mange fordeler:

- Dommere får betalt på alle nivåer!
- Dommere er med på å lede kampene
- Dommere er med på å utvikle spillere
- Dommerne utvikles med mål om å bli ledere
- Dommere er med på å utvikle norsk ishockey
- Lokale dommere sparer lokale klubber og lag for utgifter
- Lokale dommere beriker det lokale miljøet med kunnskap

En dommer på yngre årsklasser er minst like viktig for Norsk ishockey som en dommer i GET-ligaen

Kampdag

Før kamp (dagen før kamp):

- Pakk utstyret i god tid.
- Gjør klar dommerregningen før avreise.
- Ta kontakt med de andre dommerne – senest dagen før kampen.
- Reis i god tid.
- Ha på rene og hele klær – uten klubblogo.

Ishallen:

- Vær ute i god tid.
- Sjekk at alt utstyr er med og i orden.
- Sjekk draktfarge på lagene.
- Varm opp før dere setter på skøytene og går ut på banen

På isen:

- Gå ut på isen før eller samtidig med spillerne.
- Sjekk at målene står godt og på rett sted, samt at målnettet er helt.
- Se raskt over banen slik at den er klar til kamp

Tilkall banemannen og be om hjelp om dere oppdager: hull - sprekker i isen, løse deler på plexiglass - vant!

Etter kampen:

- Gå sist av banen – etter spillerne.
- Oppsummer kampen i garderoben
- Signer for kampen når lagleder sier ok.
- Sjekk at kampnummer er påført om det er papirprotokoll.
- Om dommerregningen ikke er hentet - lever til arrangør.
- Kjør forsiktig hjem – vask utstyret



Dommersystem – antall dommere

En dommer – normalt på liten bane

- Reglene er som på stor bane, bortsett fra offside og icing.
- Vel så viktig som å blåse utvisning er å forklare spillerne hva de har gjort.

To-dommer systemet

- Begge dommerne har likt ansvar.
- Begge dommerne kan idømme mål, utvisninger.
- Begge dommerne kan idømme offside, icing.

Tre-dommer systemet

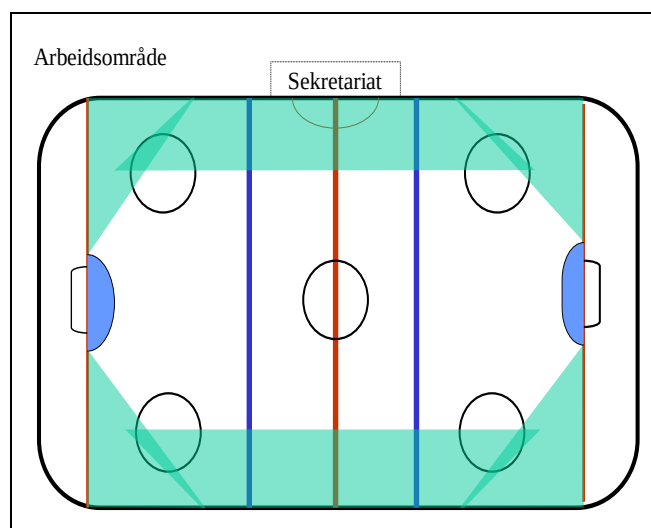
- En hoveddommer - Dømmer mål og eventuelle utvisninger
- To linjedommere - Dømmer offside og icing

Fire-dommer systemet

- To hoveddommere
- To linjedommere

Arbeidsområde – Arbeidsmønster

Områdene merket med grønt er der en dommer normalt oppholder seg under spillets gang



Posisjonering

Kampstart: To - dommersystem:

- Dommeren som skal sette i gang kampen stiller seg opp på banens midtpunkt med pucken. Ansiktet skal være mot sekretariatet (ryggen mot spillerboksene).
- Dommeren som foretar avslaget ved kampstart skal forsikre seg om at alle parter er klare til start. Dette gjelder spesielt klokkekjører og den som fører protokollen.
- Dommeren som ikke tar avslaget skal stille seg opp ved røddlinjen på sekretariatsiden. Ansiktet mot sin dommerkollega og da med oversikt mot spillerboksene.

Kampstart: Tre - dommersystem:

- Hoveddommer gjennomfører avslaget midt på banen – ansiktet mot sekretariatet.
- En linjedommer står på hver sin blå linje diagonalt mot hverandre. Den som ender på spillerbokssiden skal stå ved hjemmelaget.

Under kampen: To - dommersystem:

- Under kampens gang skal alltid dommerne gå hver sin side av banen.
- Øyekontakt er alltid viktig.
- Når den ene dommeren er i endesonen skal den andre dommeren plassere seg diagonalt opp i banen ved nærmeste blålinje.
- En av dommerne skal alltid ha kontroll på blueline når spillet passerer.
- Avstanden mellom dommerne bør være ca. en «sone»

Under kampen: Tre - dommersystem:

- Hoveddommer skal følge spillet opp og ned over hele banen, «8 – tall», viktig å fullføre ned mot målene slik at vi er på rett sted når et mål skal idømmes.
- Linjedommerne holder hver sin side og har grunnposisjon enten på den blå eller røde linjen.
- Viktig at linjedommerne hjelper hoveddommer dersom spillet vender ofte og raskt.

Spillerbytte: To - dommersystem:

- Innta posisjonen for avslag uten unødvendige forsinkelser. Start prosedyren for bytte og deretter prosedyre for avslaget – start opp med en gang du er i posisjon.
- Forsøk å oppnå øyekontakt med coachene slik at byttene går så raskt som mulig.
- Hjemmelaget har alltid fordel av å bytte sist.
- Gjennomfør prosedyren ved hvert stopp i spillet.
- Et spillerbytte er en til fem spillere
- Dommer som ikke skal gjøre avslaget står på blålinjen på andre siden av banen.

Spillerbytte: Tre - dommersystem:

- Hoveddommer inntar sin posisjon etter hvor avslag skal gjennomføres – starter deretter med bytteprosedyren (som nevnt over)
- Linjedommerne stiller nå opp tilsvarende som ved to-dommersystemet – en utfører avslaget og en på motsatt side ved nærmeste blå linje.

Ved alle stopp i spillet har alle dommerne likt ansvar for å holde ro og orden. Linjedommerne får naturlig noe mer ansvar da det er de som er i mest bevegelse og henter puck og utfører spillerkontroll.

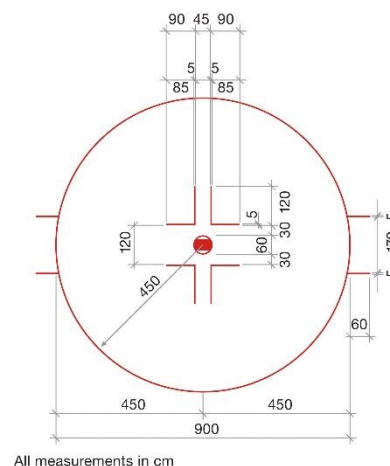
Utførelse av Avslag – Faceoff – Dropp

«En rettferdig dropp er en god dropp»

For å få til dette må du ha noen tanker om hvordan dette skal gjennomføres.

- Forsøk alltid å vær ved avslagspunktet før spillerne.
- Sjekk at de andre dommerne er klare - før du blåser i fløyta.
- Snakk med spillerne slik at de stiller seg opp i rett posisjon.
- Sjekk at alt er ok bak din rygg.
- Begge spillerne skal ha skøytene bak linjene.
- Alle andre spillere skal ha skøytene utenfor sirkelen og være på riktig side.
- Forsvarende lag skal stille seg opp først, tuppen av kølla skal berøre isen i opptegnet felt. Deretter det angripende laget.
- Køller og spillere skal være i ro når avslaget tas.
- Slipp pucken i en bevegelse – Pucken skal lande flatt på isen.
- Stopp avslaget med en gang hvis en spiller feiler – advarsel til feilende lag / spiller.
- Etter at avslaget er utført – se om det er klar bane og start evakuering bakover mot vantet og opp til blueline.
- Sett en god standard, vær konsekvent – likt hver gang.

Avslag kan kun gjøres på en av de 9 oppmerkede avslagspunkt på banen. Dømmer du på liten bane skal alle avslag tas på midten.



Offside

To dommere – Begge to kan blåse av for offside.

Tre dommere – Linjedommerne bedømmer og blåser av for offside.

- Den angripende blålinjen er «offsidelinjen».
- Det er offside om spillere fra det angripende lag går over blålinjen og inn i angrepssonen før pucken.
- Hele blålinjens bredde regnes som en del av den sonen pucken kommer fra.
 - Pucken tilhører midtsonen / nøytral sone helt til den har passert hele blålinjen på vei inn i endesonen / angrepssonen
 - Pucken tilhører endesonen / angrepssonen helt til den har passert hele blålinjen på vei ut av sonen



Vanlig offside

- Blås i fløyta med en gang og vis tegn, bruk gjerne stemmen samtidig.

Avventende offside

- Løft armen, uten å blåse, rop «Offside». Oppnår du ikke kontakt (spiller går ut av sonen) blås av og vis tegnet for offside.
- Hvis alle angripende spillere «går ut av sonen etter du har ropt», ta armen ned og spillet fortsetter.
- Hvis spiller som er i offside ikke hører deg eller oppfatter at du roper, blås for offside.
- Hvis angriper hører deg men tar pucken – Viljeoffside.

Viljeoffside

- Blås i fløyta, vis tegn (viljeoffside) og gå mot feilende lags forsvarssone og marker avslagssted.

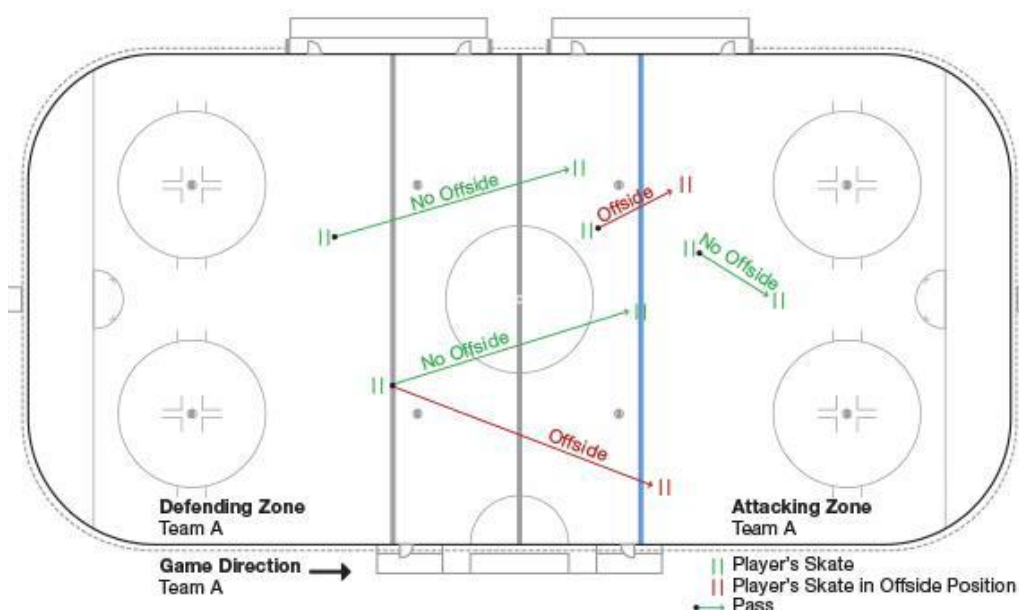
—

Dommeren som blåser av for offside

går og stiller seg opp på avslagspunktet nærmest der det ble offside.

Den andre dommeren / linjedommeren henter pucken
og går til avslagspunktet.

Førstemann går da og stiller seg på motsatt side ved vantet.



Icing

To dommere – Begge kan idømme og blåse av for icing

Tre dommere – Linjedommerne idømmer og blåser av for icing

Det er icing hvis en spiller på et lag skyter pucken fra:

1. Sin egen banehalvdel
2. Pucken går hele veien over og passerer motstanderlagets icinglinje

Om dette skjer uten at pucken er nær noen spillere fra begge lagene, skal spillet stoppes og det skal dømmes icing.

Bakre linjedommer markerer at pucken er spilt mot icing ved å heve armen. Fremre linjedommer forfølger pucken og forsikrer seg om at den vil gå over mållinjen – blåser av når den passerer.

Etter at det er blåst av, ta med pucken og gå til motsatt endesone, gjør klar for avslag.

- Bakre LD krysser armene foran brystet og peker mot det avslagspunktet i endesonen som spillet kom fra. Gå til det samme punktet. Når partneren kommer, gå videre til din posisjon ved blålinjen.
- Hvis det IKKE blir icing, vis Wash-out tegnet umiddelbart.
- Rop at det ikke blir icing: GÅR etc...



Det skal ikke dømmes icing hvis:

- Laget som spiller pucken er i undertall
- En motstanders utespiller etter linjedommerens vurdering kunne ha stoppet pucken før den går over icinglinjen, (inkludert utespillere som sakker ned på farten for å forsikre seg om at pucken passerer icinglinjen eller later som han skøyter fort men ikke gjør en ærlig innsats i å nå pucken før den passerer icinglinjen).
- En spiller ignorerer pucken og går til spillerbenken for å bytte i stedet for å forsøke å ta pucken, for å unngå for mange spillere på isen eller enhver annen grunn
- Pucken berører / berøres av motstander, inkludert målvakten, før den passerer icinglinjen,
- Dersom målvakten forlater målfeltet og beveger seg i retning av pucken.
- Dersom pucken treffer målet for så å krysse icinglinjen

Instruktør:

Tegn og forklar grunnposisjoner i både to og tre-dommersystemet.

Videre kan det forklares litt rund bevegelsesmønster - basic

Om tilgjengelig bruk introduksjonsvideo fra Sverige (Tre-dommersystem)



Hvordan idømme en utvisning

En dommer – liten bane:

- Samme regler som ellers men her må du i tillegg alltid forklare hvorfor det blåses av og hva som ble feil.

To dommere:

- Begge kan idømme og blåse av for utvisning

Tre dommere:

- Hoveddommer kan idømme og blåse av for utvisning

—

*Det er aldri feil om man forklarer de yngste spillerne hva man har dømt.
Vurder nivå og alder, men om en spiller ikke forstår
– forklar hvorfor du idømte utvisningen.*

*Ettersom spillerne blir eldre og nivået høyere
desto mindre nødvendig er forklaringen.*

—

Når en hendelse er vurdert og du mener det skal tildeles utvisning gjør du følgende:

1. Armen i været – Strak arm rett opp.
2. Blås i fløyten – Stopp.
3. Pek mot spilleren – Strak arm.
4. Si spillerens draktfarge, nummer og årsaken til utvisning – Vis dommertegn.
5. Gå mot sekretariatet – Rygg om det gir deg best overblikk.
6. Stopper ved sekretariatet – Vis dommertegn og hvilket lag.

—

Om du er i tvil om sekretariatet forstår hva du har idømt
– ta deg tid til å forklare hva som er idømt.

—

Dersom spiller er spiller veldig nær der du står kan det holde om du sier
til han hva du dømmer for

– da MÅ du vise tegn til sekretariatet.

—

Er du trygg på denne prosedyren og kan alle dommertegnene
ser alle i arenaen ser hva du har dømt for.

—

Ved utvisninger er alle øyne rettet mot dommeren.
Når du snakker med andre bruk rolig klar stemme med en nøytral tone.

- Riktig utførelse av denne prosedyren viser trygget
- Vær profesjonell, ikke bli «engasjert»
- Lær deg denne prosedyren godt!



Utvisninger - Årsaker

Videre følger forkortet regeltekst med forklaring på enkelte årsaker til utvisninger. Slå opp i regelboken for mer utfyllende forklaring.

Utvisninger er bedømmelser og vurderinger fra dommeren. Forståelse og konsekvensen av en handling avgjør om dommer tar en god avgjørelse.

Hvordan ta en god avgjørelse:

- Regelkunnskap
- Posisjon
- Spilleforståelse
- Erfaring
- God fysisk form



Hva slags utvisning (liten straff, stor straff, straff for dårlig oppførsel, liten disiplinærstraff, matchstraff eller straffeslag) som skal idømmes henvises det til Spillereglene / Regelboken.

Opp til og med U12 er utvisningstiden for liten straff 1 minutt, alle klasser over dette 2 minutter. Stor straff, dårlig oppførsel osv. er likt i alle klasser.

Unødvendig hard takling mot vantet (Boarding)

En spiller som kroppstakler, albuetakler, takler ulovlig eller slår bena under en motstander på en slik måte at motspilleren kastes voldsomt mot vantet

Voldsomt angrep (Charging)

En spiller som, etter å ha skøytet mot en motstander, takler ham med unødvendig hard kraft, løper på ham eller hopper inn i ham.

Takling bakfra

En spiller som utfører en takling mot den bakre delen av kroppen til en motstander som ikke er klar over den forestående taklingen eller er ute av stand til å beskytte seg.

- En takling bakfra er en takling utført på en motstander som ikke er klar over den forestående taklingen, er ute av stand til å beskytte seg og at taklingen er utført mot den bakre delen av kroppen.

Takling mot hodet eller nakke

En spiller som takler eller slår, med noen del av kroppen eller utstyret, mot hode- eller nakkeregionen til en motstander eller «driver» eller «tvinger» hodet til motstanderen mot beskyttelsesglasset eller vant.

Denne regelen går foran alle andre regler, bortsett fra de som er relatert til slåssing.

- Slag mot hoderegionen under bråk eller slagsmål er dekket av og skal straffes etter regel 141 Slagsmål eller unødig hardt spill.
- Det finnes ikke noe som heter ren takling mot hode.

Farlig lav takling (Clipping)

En spiller som fra hvilken som helst retning kaster kroppen mot eller under knehøyde til motstanderen. Clipping er en lav takling som resulterer i kontakt med motstanderens kneområde.



*Alle dommertegnene ligger i
Kretsdommerkurset og i regelboken*

Sen takling

En sen takling er en kroppstakling mot en motstander som er i en sårbar posisjon fordi han ikke lenger har kontroll på eller er i besittelse av pucken. En sen takling kan være mot en motstander som enten er klar over eller uvitende om den forestående taklingen.

Årsaken sen takling er ikke en ny hendelse, men en ny årsak som kan benyttes der vi tidligere benyttet for eksempel interference.

Krysstakling

En spiller som takler en motstander med begge hendene på køllen og ingen del av køllen er på isen.

Albuetakling

En spiller som bruker albuen for å takle en motstander.

Høy kølle

En spiller som har køllen eller en del av den over egen skulderhøyde og treffer en motstander med den.

Holde motstander (Holding)

En spiller som hindrer bevegelsen til en motstander med en eller begge hendene, armene, benene eller på en hvilken som helst annen måte hindrer han fra å skøyte fritt.

Holde motstanders kølle

En spiller som tar tak i motstanderens kølle med en eller to hender for å hindre ham fra å skøyte, spille pucken eller fritt bevege seg, eller enhver annen handling for å hindre motstanderen i å bruke køllen.

Hekting

En spiller som bruker køllen for å hindre fremdriften eller forstyrre en motstander med eller uten pucken.

Hindre spiller som ikke har pucken (Interference)

En spiller som hindrer eller forsøker å hindre en spiller som ikke har kontroll på pucken fra å skøyte, motta en pasning eller bevege seg fritt på isen.

Knetakling

En spiller som strekker ut kneet i den hensikt å oppnå kontakt med en motstander.

Slå med kølla (slashing)

En spiller som bruker køllen med en hånd eller to mot enhver del av motstanderens kropp eller utstyr.

Hoveddommeren skal idømme utvisning for slashing til en spiller som svinger kølla mot en motstander uten å treffe vedkommende, eller gjør en vill sving med kølla i den hensikt å true en motstander.

- Det er alltid utvisning om noen slår på / mot motstanders hansker.
- Er slaget rettet nedover mot pucken og nederste del av motspillers kølle må dommer vurdere kraft og målsetting – dette er ofte ikke utvisning.

Tripping

En spiller som med køllen, foten, armen, hånden eller albue får motstanderen til å falle.



Policydokumentet - Policyutvisninger

Hvis en spiller under samme kamp pådrar seg 2 utvisninger (små straffer) for følgende forseelser skal spilleren forlate kampen.

- En medspiller skal sone den siste straffen.
- Policydokumentet gjelder til og med U15
- En PDF av alle tegn, markert med policyutvisninger ligger på hockey.no lover og regler

Boarding

Charging

Krysstakling

Albuetakling

Knetakling

Clipping

Takling mot hodet og nakke

Takling bakfra

Roughing

Sen Takling

Utstyr

Alle spillere opp til og med U18 skal benytte:

- Halsbeskytter
- Heldekkende ansiktsbeskyttelse

Dersom en spiller fra U18 deltar i en kamp i klasser over - skal spilleren benytte utstyr for den klassen han tilhører (Halsbeskytter og heldekkende ansiktsbeskyttelse)



Målvakt – ansiktsbeskyttelse

Alle målvakter opp til og med U18 skal benytte en ansiktsbeskyttelse som ikke tillater køller å trenge gjennom:



OK alle nivåer



OK Alle nivåer



Kun U20 / senior

Aldersspesifikke regler

Taklinger:

- Gutter: Kroppstaklinger er lov fra og med U12
- Jenter – Kvinner: Kroppstaklinger er ikke tillatt.

Icing - U14 og eldre:

- Har et lag spilt pucken til icing kan ikke dette laget bytte spillere
- Hybridicing gjelder fra og med U14 og eldre

Videomåldommer / Videomåldommerutstyr / Video

- Benyttes kun i Eliteserien og internasjonale kamper

Praktisk informasjon

Matchprotokoll –skal alltid sjekkes og signeres etter kamp. Føres kampen i TA så skal kampen alltid signeres via appen Min Hockey etter kampslutt.

Dersom du har idømt en matchstraff må du sjekke ekstra før du signerer.

Protokoll:

- Se etter at årsak 35 (Matchstraff) er påført

TA / Hockey Live:

- Se etter at det er ført en linje med 25 minutter – Match Penalty

Når det er idømt matchstraff må også dommer alltid sende inn en rapport som beskriver hendelsen, har du ikke gjort dette tidligere kontakt en kollega som kan hjelpe deg.

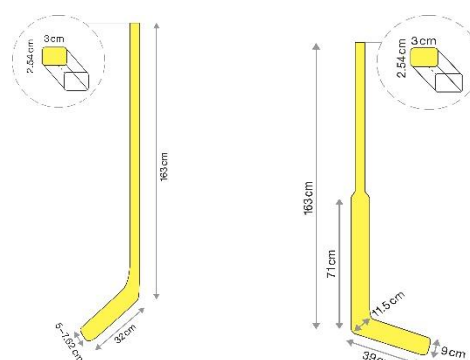
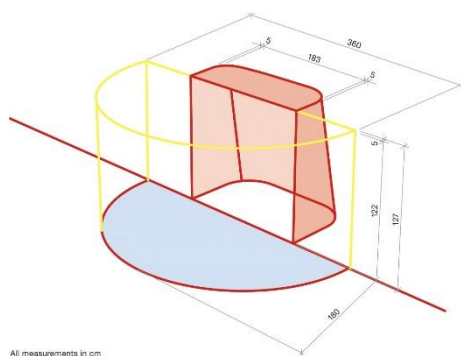
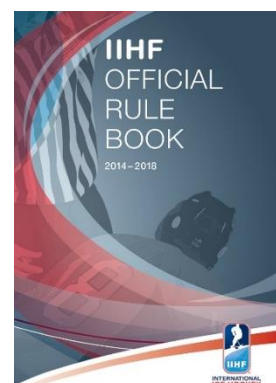
Samtlige lover og regler for Norsk ishockey finner du her:

<https://www.hockey.no/forbundet/lover-og-regler/>

Dommerinformasjon:

<https://www.hockey.no/dommer/nyheter/>

- Rapport om straff
- Dommerregning
- Regelbok / Casebook
- Adresselister
- Oversikt over regionsansvarlige
- Nyheter for dommere



Dommeroppsett - Kampoppsett

Ditt dommeroppsett / dommerdagbok finner du her:

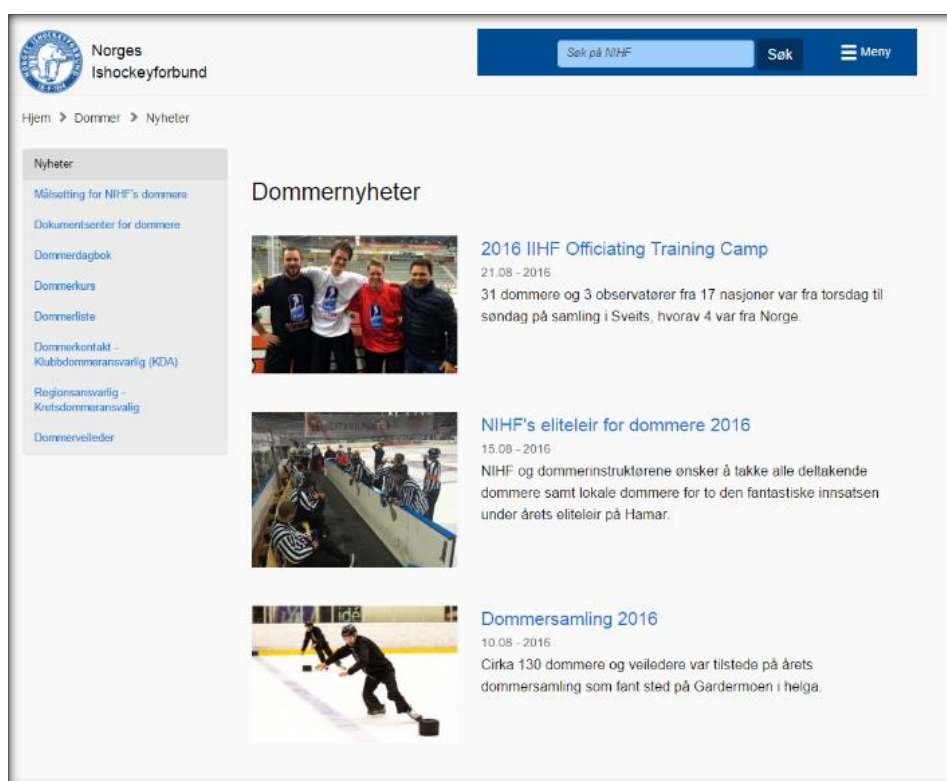
- <https://www.hockey.no/dommer/dommerdagbok/>
- Min Hockey – app – Kamper fra U14 og oppover
- Kamper opp til U13 sendes pr mail av klubbens dommerkontakt - Klubbdommeransvarlig

Forfallsreglement

- Hver enkelt klubb, region og NIHF i hver sine klasser har sine forfallsrutiner.
- Er du usikker om hva som gjelder for deg ta kontakt med ansvarlig i din klubb, for din region eller NIHF.

➔ Hovedregel - Meld i fra så fort du ser at du har en kamp du ikke kan dømme.

➔ Dommere som ikke møter til kamp kan risikere å ikke få like mange kamper ved neste oppsett.



Kan du bli Elitedommer?

Ja, alle kan bli elitedommere. Før det må du bli en god dommer på det nivået du er. Når en dommer tas opp til neste nivå avhenger av flere faktorer, ofte kommer dommere som er ivrige og villige til å lære opp til neste nivå.

Her er noe av det som vurderes:

- Alder
- Tilgjengelighet
- Kunnskap om dommergjerningen
- Personlige egenskaper / kampleder
- Fysisk form og skøyteferdigheter

Glem aldri at alle dommere er like viktige, alle kamper er like viktige. Kun en kamp er mer viktig enn andre kamper – din neste kamp!



www.iihf.com



www.hockey.no