



**NORGES
ISHOCKEYFORBUND**
The Norwegian Ice Hockey Association

Dommerveileder - guide





Innhold

Forord	2
Utseende – Innstilling	3
Skøytegang	6
Posisjoner	9
Avslag - Dropp	13
Signaler	16
Bedømmelser	18
Oppmerksomhet	23
Hur du som coach bör kommunisera med domarna	26

Forord

Du leser nå verktøyet Norges ishockeyforbund har valgt å kalle Dommer-Coach guiden. Formålet er å skape et arbeidsverktøy for deg som dommercoach og å utvikle de områdene du bør fokusere på. I tillegg ønskes å skape en oversikt for alle dommercoacher uansett nivå og uansett nivå på de aktive som du coacher.

Det er ingen tvil om viktigheten av rollen som dommercoach, og med dette dokumentet håper vi på å kunne motivere og inspirere deg til å se dommere, visse egenskaper og kamper på nye måter, se muligheter til å utvikle dommere på flere områder og finne flere veier til å lede dommerne i deres utvikling.

Roller som coach og veileder er en kontinuerlig prosess og i stadig forandring. Det er mange ytre omstendigheter som kommer til å påvirke de individene du skal veilede. Gjennom å føle deg trygg på dommermisjonen er målet at du kan være de aktive dommernes trygghet og sparringpartner ute i arenaene, uansett kamp og situasjon!

Vi vil takke deg for at du leser dette dokumentet og at du har viljen til å være interessert i å utvikle deg selv og andre! Dette er versjon 1.0 oppdatert mai 2016, siste utgave ligger alltid på:
<https://www.hockey.no/dommer/nyheter/>

Sportslig hilsen

NORGES ISHOCKEYFORBUND

Geir Thomas Olsen

Dommersjef



Utseende – Innstilling Utstyr og bekledning

Utstyret og dommerens bekledning er en viktig faktor for dommerens førsteinntrykk når denne ankommer isen. En dommer som ser helhetlig og ren ut har bedre forutsetninger for å presentere et godt bilde av seg selv og sin rolle. Bedømmelsen av dommerens utstyr og bekledning begynner allerede når dommerne ankommer arenaen, fortsetter ute på isen og varer helt til dommerne forlater arenaen. Iblant mistes tillitten til dommeren før denne har kommet ut på isen på grunn av andre faktorer enn hva dommeren viser på isen. Å ha på seg korrekt og godkjent utstyr og bekledning, samt at denne sitter bra på dommeren er av viktig. Likevel må dommeren ha med i betraktningen sin at f.eks. nøytralitet mht smykker, etc, samt frisyre, barbering og andre mindre faktorer må tas med i beregningen av helhetsinntrykket.

Basic

- Godkjent svart hjelm med riktig feste hakereim.
- Ren og hel drakt lik resten av teamet. Uten klubbmerker.
- Dommerfløyte for ishockey, metall. Pluss reservefløyte.
- Rene og hele svarte bukser uten klubbmerker.
- Hele skøyter, ikke målvakts-skøyter eller skøyter for kunstløp.
- Vite skøytelisser.
- Ingen synlige smykker.
- Ansikt bør være velstelt og trimmet.

Advance

- Ren og hel hjelm eventuelt med korrekte logoer.
- Ansikt bør være velstelt og trimmet.
- Korrekt drakt, røde eller oransje armbånd for HD.
- Dommerfløyter, notatblokk, strips for målene og tørkepapir til visiret.
- Rene og hele svarte bukser uten klubbmerker. Eventuelt med korrekte logoer. Shin tights for helkappe / bukse
- Skøytelissene ekstra festet med f.eks. svart teip.
- Hvite lisser som er hele og rene
- Korrekt og velstelt bekledning til og fra arenaen.



Innstilling

På alle nivåer innen ishockey så er en av de viktigste faktorene en god innstilling. Dommeren bør streve etter å levere på sitt beste i kamp etter kamp. Dommeren bør arbeide med sine utfordringer, samt akseptere alle typer feedback fra dommercoacher på en konstruktiv måte. Det må vektlegges at dommeren jobber for å skaffe ferdigheter innen sosial kompetanse og personlighetsutvikling for å skape en utviklende og konstruktiv miljø for alle deltakere i kampen. Egenskapene listet opp nedenfor er der for at du som coach skal ha muligheten til å bedømme og vurdere dommernes innstilling for dennes utvikling.

Basic

- Seriositet
- Regelkunnskap, kunnskap om arbeidsmønster og prosedyrer.
- Entusiasme og mot til å gå foran.
- Vise interesse for kampen uansett nivå.

Advance

- Profesjonell og behersket fremferd.
- Vise respekt for spillets deltakere.
- Selvtillit uten arroganse.
- Ydmykhet
- Evne til å fortjene respekt fra de aktive.
- Vilje og evne til å innrømme feil.
- Modenhet i lederskapet.
- Regelkunnskap samt kompetansen til å tilpasse reglene.



Utstråling og nærvær

En dommers nærvær er en egenskap som er vanskelig å måle. I hovedsak kan utstråling og nærvær beskrives som en vurdering av «hvordan en dommer oppfører seg på isen». Denne egenskap inkluderer kroppsspråket, skøytegåingen, fysisk status, gester og tegn, samt reaksjoner og oppførsel under press. En dommers utstråling påvirkes av:

Basic

- God fysisk status
- Beholde roen under press, kontroll av følelser
- Tydelig og bevisst kroppsspråk

Advance

- Fysisk styrke og utholdenhet.
- Formidling av autoritet ved behov.
- Bruk av signaler, språk, samt nærvær under hete/kritiske situasjoner.
- Beholde en god kommunikasjon uten å miste integriteten i lederskapet.
- Kontroll/tilpasning av følelser under kampens gang.



Skøytegåing

Forlengs

Gode skøyteegenskaper er en grunnstein for å kunne utvikle dommerens øvrige egenskaper. Gode skøyteegenskaper hjelper en dommer til å posisjonere seg best mulig og for å ta beslutning i spillets gang. I forlengelsen av dette bidrar disse ferdighetene dommeren til å ta korrekte avgjørelser oftere og lede kampen på en sikker og riktig måte. Det er som oftest slik at alle aktører på isen naturlig er bedre skøyteløpere forover enn bakover, noe som innebærer at uansett hvor god skøyteløper dommeren er så finns det alltid forbedringspotensial på ulike aspekter av skøytegåingen. For å kunne vurdere skøyteegenskapene er det viktig at coachen kan gi gode og konstruktive råd, samt har kunnskap og kompetanse på de ulike aspekter for å utvikle skøytegåingen til dommeren.

Basic

- Komfortabel med sin skøytegåing.
- Lange og kraftfulle skjær.
- Korrekt startposisjon.
- Effektiv start-teknikk.
- Egenskap til å stoppe til begge sidene.
- Kontroll i forbindelse med stopp.
- Alltid svinger med ansiktet mot spillet/inn mot banan.
- Ferdigheter til å gå oversteg til begge sider.
- Mestrer effektive svinger/vendinger begge veier.

Advance

- Effektiv stilling / posisjon på skøytene. Ankel, kne, hofte korrekte vinkler.
- Full utstrekning av beinene.
- Korrekt armpending.
- Korrekt bruk av V og T starter.
- Stoppe i «klar-posisjon»
- Leser spillet bra for å dra nytte av stoppene (spill på samme side)
- Bruk av kontrollerte svinger (spillet på motsatt side.)
- Korrekt teknikk og god balanse ved kontrollerte svinger.
- Flyt og kraft i oversteg-gåing samt god teknikk.
- Ferdigheten til å bytte posisjon og retning til fordel for spillet.



Baklengs

Det bør være tydelig for dommerne at samme krav kommer til å bli stilt til ferdighetene til å gå bakover som fremover på skøyter. Det er nærmest en nødvendighet med samme kompetanse i begge stilene for å gjennomføre kampene på beste måte.

Generelt kan man si at det en dommer kan gjøre fremover skal han/hun også kunne gjøre bakover, med samme resultat. Ved vurdering av dommerens baklengsgåing så tas de samme faktorer som ved fremover-gåingen i betraktning. Det er først de øverste egenskapene i listene nedenfor som dog er spesifikke for baklengsgåingen.

Basic

- Egenskapen til å vende fra forlengs til baklengs.
- Komfortabel med sin skøytegang.
- Korrekt startposisjon
- Effektiv start-teknikk.
- Egenskap til å stoppe til begge sidene.
- Kontroll i forbindelse med stopp.
- Svinger med ansiktet mot spillet/inn mot banan.
- Ferdigheter til å gå oversteg til begge sider.
- Mestrer effektive svinger/vendinger begge veier.

Advance

- Effektiv bruk av C-cut i samband med baklengsgåingen (minimerer bruken av oversteg).
- Korrekt bruk av V og T starter.
- Bruker beinstyrka samt lange skjær for å unngå «ustabilitet» i hoftene.
- Overdreven knebøy-bruk
- Stopper i «klar» - posisjon
- Leser spillet bra for å dra nytte av stoppene (spill på samme side)
- Smidighet i forflyttinger, vendinger og svinger.
- Egenskap til å forflytte seg raskt og bytte posisjon.



Fart og akselerasjon

Fart og akselerasjon er en faktor som spillere, ledere og publikum ofte legger merke til hos dommeren under kampen, og som ofte er en sterk bidragende faktor til det helhetsbilde som skapes av deg som dommer. En dommer som viser sterk skøytegang for å komme seg i rett posisjon til riktig tidspunkt, kommer til å få større aksept enn den dommeren som kjører på halvfart og tvinges til å sjanse med sine bedømmelser fra en dårligere posisjon.

En gjentakende anmerkning er at fart og akselerasjon normalt svekkes jo lengre dommeren har dømt, og det bør vektlegges å opprettholde farten og akselerasjonen fra sesong til sesong. Ved å vise god kompetanse når det gjelder fart og akselerasjon kan dommeren skøyte raskt og kraftfullt uten å miste oppmerksomheten på spillet.

Basic

- Evne å holde rett avstand til spillet.
- Egenskaper til å skøyte hardt og raskt ved behov.
- Ha korrekte linjer og vinkler i spillets gang for å opprettholde best mulig sikt.
- Være oppmerksom umiddelbart ved dropper.
- Være tålmodig og utholdende i kampen i gjennom.
- Oppvise god fysikk og kondisjon.

Advance

- Hurtighet og kontroll ved akselerasjonene.
- Evne å lese de ulike situasjonene og handle deretter.
- Ferdigheter til å bruke skøytegangen inn i yttersonen.
- Aktiv skøytegang ved stopp i spillet.
- Beholde bevegeligheten i skøytegangen uansett kampbilde (først og fremst baklengs).



Posisjoner

Posisjoner i endesonen (uansett system)

En nøkkel for en vellykket gjennomføring av en kamp er å vise sin evne til å ta plassere seg korrekt i endesonen. Til tross for at det finnes mange ulike måter å dømme ishockey på, så kommer alltid plasseringene i endesonen til å være den samme. Enkelt uttrykt så bruker en god kampleder minimalt med bevegelser, er rettvent ved alle tilfeller og bruker aktivt skøytegang i situasjoner rundt mållinjen og rundt målet. Ved evaluering av posisjoner i endesonen uansett nivå og type kamp så skal følgende punkter observeres:

Basic

- Har alltid spillet foran seg.
- Snur aldri ryggen mot målet
- Bruker aktivt skøytegang inn i endesonen.
- Aktiv skøytegang til posisjonen ved mållinjen.
- Unngår å «gå seg fast» ved vantet.
- Unngår å «gå i veien» for spillet.

Advance

- Viser gode plasseringsvurderinger når spillet er på vei ut fra endesonen.
- Kun nødvendig bevegelse, lese spillet, ligge i forkant.
- Bruker kun bevegelse bak målet og mållinjen når det er nødvendig.
- Aktiv i skøytegangen ved situasjoner rundt målet.
- Korrekt utførelse av posisjonen BOP (base of operation).
- Bevegelse mot droppepunktet og tydelighet i kommunikasjonen av spillerbytte.



Posisjoner blålinjen (2-dommer-system og linjedommer)

Posisjoner ved blålinjen er en viktig posisjon for dommeren, spesielt for linjedommere som gjør mesteparten av sine bedømmelser i den posisjonen. Det blir vanskelig for linjedommeren å forsvare sine beslutninger på blålinjen hvis ikke han/hun er i rett posisjon for sin bedømmelse. Dommeren som ikke er «på linja» kommer til å ha mindre troverdighet enn den som er på korrekt plass. Ved vurdering av posisjonering på blålinjen tas følgende i betraktning:

(«på blålinjen» betyr en halv meter på en av sidene, aldri PÅ selve linjen)

Basic

- Befinner seg på blålinjen før spillet.
- Er i posisjon rett innenfor blålinjen for bedømmelse.
- Beholder korrekt posisjon ved blålinjen når spillet er i sonen.
- Egenskaper til å kommunisere med LD-kollega vedrørende plassering.
- Posisjonerer seg slik at man har fullt overblikk ved droppene i endesonene.

Advance

- Har flyt i skøytegangen inn i endesonen når spillet kommer mot dommeren på blålinjen.
- Forlater blålinjen når siste angripende spiller forlater sonen ved spilleavslutning.
- Innta korrekt posisjon i nøytral sone for å dekke opp for kollegaen.



Lese spillet

Egenskapen til å lese spillet handler om dommerens ferdighet til å følge spillet når det forandrer retning fra f.eks. en sone til en annen sone. En av de viktigste egenskapene hos en dommer er å effektivt lese spillet og handle utfra det som skjer («read and react»). For å lykkes med å utvikle denne egenskapen så må dommeren bruke sitt overblikk og ikke fokusere og konsentrere seg om pucken. Å bli «puckblind» relativt vanlig hos yngre dommere - samtidig lett å oppdage, da denne dommeren beveger seg kun basert på puckens bevegelser uten å ta hensyn til spillernes bevegelser og spilllets oppbygning.

Den dommeren som bruker sitt overblikk kjennetegnes oftest av en rolighet ved raskt spill og en avstandsbedømmelse som gjør at denne alltid finner rett posisjonering. Dommere som effektivt leser spillet treffes svært sjelden av pucken, ser de fleste regelbrudd som oppstår på banen og bruker ikke et overdrevet arbeidsmønster og energisløsende skøytegang.

Basic

- Hoveddommeren følger spillet skrått bakfra (ca 3-5m).
- Følger spillet med god avstand til vantet.
- Unngår å havne i veien for spillet / krasje med spillere.
- Dommerne sikrer en diagonal posisjon til hverandre (2- og 4-dommersystemet).

Advance

- Bruker start og stopp når spillet er på samme side.
- Bruker kontrollerte svinger, 8-tall, ved spill på motsatt side.
- Har en posisjon lengre ifra vantet når spillet er på motsatt side.
- Bytter posisjon med kollega når kollisjon eller lignende kan oppstå med spillere.
- Beholder posisjon som gir den beste muligheten for å gjøre korrekte bedømmelser.
- Leser spillet for å unngå kontakt med pucken.



Stopp i spillet

Dommeren må kunne beherske posisjonering i forbindelse med spillestopp av en grunn: For ikke å miste noen hendelser i kampen. Denne oppmerksomheten er svært viktig, spesielt i kamper der følelsene er mange og sterke. Ofte viser det seg at utvisninger dømt i forbindelse med spillestopp viser dommerens kontroll og egenskaper til å lede kampen. Faktum er at under vanskelige kamper så kan situasjoner som skjer under spillestoppene få større effekt enn det som skjer under spillets gang. Dyktige dommere kommer til å se disse situasjonene og kommer til å vise sine lederegenskaper.

Basic

- Korrekt bruk av posisjoner ved stopp i spillet.
- Bruker korrekt plassering for å skaffe seg overblikk over spillerbytter, spillerbenkene, aktiviteter rundt målene, samt gruff.
- Korrekt plassering ved periodestart, periodeslutt, samt når spillerne takker for kampen.

Advance

- Plasserer seg ved utvisningsboksen ved situasjoner der flere spillere er innblandet.
- Handler raskt for å komme seg i mellom spillere ved stopp i spillet.
- Bruker et arbeidsmønster som muliggjør kontroll av fokusområder, samt spillerbokser.
- Posisjonerer seg slik at man muliggjør at trenere har oversikt over prosessen for spillerbytter.
- HD anvender seg av en posisjon som er forenklet for LD i forbindelse med dropper.
- Unngår kontrakt / konfrontasjon med spillere i forbindelse med utvisninger.



Avslag / Dropp Spillerkontroll

En korrekt utført dropp skal gjennomføres slik at begge deltakere har samme forutsetninger for å vinne avslaget. Her som i andre situasjoner skal dommeren være det individet som symboliserer fair play. For å kunne oppnå det nivået på avslaget må dommeren ta frem sine lederegenskaper for å styre spillerne.

Det er viktig at dommeren er tilpasningsdyktig da det er ulik struktur i ulike kamper, og at spillerne kan oppføre seg ulikt fra kamp til kamp. Dommercoachen må vurdere og se an farten i gjennomføringen, metodikken og prosessen for å gjøre klar til avslaget, samt hvordan dommeren kommuniserer med spillerne i forbindelser med avslag. Følgende punkter skal tas med i vurderingen av hvorvidt avslaget er god eller ikke:

Basic

- Evnen til å innta korrekt posisjon for effektivt og raskt avslag.
- Dommerne inntar korrekte posisjoner tilpasset spillernes posisjoner.
- Korrekt håndtering av spillernes køller i forbindelse med droppen.
- Påse at ikke-involverte spillere har posisjon utenfor linjene og at alle spillerne inntar korrekte posisjoner etter gitte markeringer.
- Dropperen som ikke inntar korrekt posisjon skal erstattes.
- Evne til å få droppernes køller på isen på en «fair» måte, korrekt rekkefølge.

Advance

- Dommerens evne til å kontrollere spillerbytter samtidig som andre oppgaver utføres.
- Konsekvent oppfølging av overtredelse av linjene.
- Egenskap til å tilpasse sin posisjon ved kommunikasjonen med senterforwardene.
- Evne å gjenkjenne hvilke situasjoner HD skal støtte LD i forbindelse med dropper.
- Korrekt gjennomføring av dømte utvisninger i forbindelse med regelbrudd ved dropper
- Kommunikasjon med spillerne i forbindelse med droppen.



Posisjon og dropp

Den grunnleggende posisjonen og selve slippet skal også evalueres av dommercoachen. Å sikre at pucken kommer ned «rent» på bredsidene er en av de enklere oppgavene en dommer har under kampen, men dessverre er det mange som gjør feil i selve nedslippet av pucken. Man hopper ofte over å være konsentrert og nøye nok når det kommer til denne delen av prosessen.

Dommere som vil oppnå en bra dropp trenger å trene på å slippe/kaste pucken ned på isen på en korrekt og bra måte!

Basic

- Korrekt utførelse av droppeprosedyre, kroppsholdning og posisjon.
- Dommeren er balansert og komfortabel i gjennomføringen.
- Evne å få pucken til å lande på bredsidene uten sprett.
- Minimalt med bevegelser som kan medføre forstyrrelser i forbindelse med slippet.
- Korrekt hastighet på puck, ikke for hardt ikke for løst
- Ingen bevegelse oppover med puckarm, ei heller ingen svikt i knær ved slipp.

Advance

- Konsekvent gjennomføre «fair drops» uansett situasjon.
- Egenskapen til å få pucken ned i isen uten å kaste den ned.
- Stopper spillet når pucken utilsiktet treffer kølla eller kroppen på deltakerne i avslaget før pucken har truffet isen.
- Evne til å «time» avslaget til spillerne er oppstilte.
- Bruker den pedagogiske og strukturerende måten for utførelse av dropp.



Bevegelse etter dropp

Når dommeren forlater droppesirkelen etter nedslippet så er det flere viktige aspekter å tenke på. Det er åpenbart at det største fokuset ligger på å slippe pucken korrekt, men det er også viktig å tenke på hvordan man skal trekke seg tilbake etter at pucken er på isen. Det viser seg dog at mange nye dommere har en uvane til å trekke seg bort fra droppesituasjonen nesten før pucken er sluppet og har svært hastverk med å komme seg ut mot vantet og opp mot blålinjen.

Dette fenomenet kan ofte straffe seg da det blir lettere å havne i veien for både puck og spillere med en sånn utførelse. Mer erfarne dommere er ikke like urolige over å komme seg bort fra situasjonen så raskt som mulig, men avventer heller til veien ut av sonen er helt fri, samt at de er mer observante på selve spillet når de beveger seg i fra situasjonen for å vite hvordan de skal handle når de etter hvert kommer seg ut av sonen. Dommer-coachen må se på disse trekkene og vurdere dommeren utfra individets evne til å beholde roen, konsentrasjonen og modenheten.

Basic

- Korrekt rekkefølge ved utførelse av dropp; slipp, pause og deretter aktiv skøytegang.
- Bruker baklengs-gåing for å komme seg til vantet når muligheten kommer.
- Benytter baklengs- gåing for å komme seg ut av sonen, og passer hele tiden på at spillet er i dommerens synsfelt.
- «Allways face the puck» – baklengs-gåing.
- Bruker kommunikasjon for å korrekt kunne bytte posisjonen med sin kollega dersom nødvendig.

Advance

- Dommeren bruker «C-cuts» for å komme seg ut av sonen på en stabil og effektiv måte.
- Dommeren som har sluppet pucken beveger seg basert på spillets bevegelse, form og dens retning.
- Anvender seg av bytte ved blålinja bare når kollegaen ikke gjør en direkte bedømmelse eller kan forstyrres på annen måte.
- Bruker fart og intensitet for å sikre samarbeidet med sin kollega.



Signaler

Utførelse (signaler med fløyta)

Formålet med punktet om utførelse av signaler med fløyta er å bevisstgjøre at fløyta er et kommunikasjonsmiddel med spillere, trenere og publikum. Klare og distinkte signaler viser dommerens selvtillit og autoritet i sammenheng med de beslutninger som akkurat har blitt tatt.

På motsatt side viser svake, sene og korte signaler en usikkerhet i dommerens beslutning. Følgende punkter bør tas med i betraktning ved evaluering av en dommers signaler i forbindelse med bedømmelser:

Basic

- Korrekt bruk av signaler før situasjonen.
- Er rolig og bestemt i forbindelse med at et regelbrudd har funnet sted.
- Klare og tydelige signaler ved alle bedømmelser.

Advance

- Reagerer ikke for raskt på situasjoner som oppstår.
- Bruker fløytesignalene som en forlengelse av sin autoritet / sitt lederskap.
- Viser tydelighet som ikke skaper unødvendig rom for diskusjoner.
- Benytter seg ikke av «egenkomponerte» signaler.



Prosessen ved utvisninger

En bra dommer kommer til å bruke utvisningsprosessen for å «selge» sin beslutning til spillere, ledere og publikum. Tegn og kroppsspråk i forbindelse med dømmingen av utvisningene kan påvirke spilleres, treneres og publikums helhetsvurdering av utvisningene. Det bør vektlegges å tydeliggjøre hvor enormt mye en dommer kommuniserer til alle deltakere ved utvisninger i løpet av en kamp. En dårlig utført prosess kan føre til at dommerens lederskap føles konfronterende, rotete, uklart og stressende.

Basic

- Benytter fløyta's signaler tydelig og stopper før dømmingen av utvisningen.
- Identifiserer spillere ved å peke på spilleren med hele hånden, kommuniserer spillerens nummer, farge på drakt, samt hvilket regelbrudd som er begått.
- Viser tegn på en korrekt måte.
- Blås – Stopp – Pek – Tegn - Gå
- Bruker baklengs-gåing til utvisningsboksen for å få en oversikt over spillerne når utvisningene skal rapporteres.
- Er tydelig og korrekt ved kommunikasjonen med sekretariatet så man unngår misforståelser.

Advance

- Dommeren skal til enhver tid ha fløyta klar til å blåse av spillet, men ikke risikere å blåse av for tidlig.
- Peker «i retning» der den aktuelle spilleren befinner seg og ikke direkte på spilleren for å unngå en «fiendtlig» situasjon.
- Hvis nær spiller ikke pek men snakk.
- Korrekt verbal kommunikasjon, samt ha øyekontakt for å minimere risikoen for at feil spiller blir hentet til utvisningsboksen.
- Avventer til spillet har stoppet helt og fokuset er på dommeren, før utvisningen dømmes.
- Unngår unødvendig kontakt med spillere ved utvisningsbenkene.



Bedømmelser

Regelkunnskap

Regelkunnskap kan være en vanskelig egenskap å vurdere hos en dommer ved kampobservasjon, hvis ikke dommeren åpenbart feilbehandler en regel. Det kan være at vanskelige situasjoner aldri oppstår for dommeren i den aktuelle kampen og da er det ekstra vanskelig. Det er dog viktig å løfte spørsmål om hva som har skjedd i kampen og i disse spørsmålene legge inn tillegsspørsmål om regler for å få frem informasjon om dommerens regelkunnskapsnivå. Det blir da lettere for deg som coach å gi feedback på dommerens nivå og metoder for å øke kunnskapene. I visse kamper går det ikke å bedømme fullt ut en dommers kunnskapsnivå, og da er det bedre å rapportere blankt under dette punktet enn å sjanse på dennes kompetansenivå.

Basic

- Overordnet kunnskap om de grunnleggende reglene i spillet.
- Saklig kunnskap om betydningen og tanken bak de grunnleggende reglene.
- Ser regelmessig igjennom regelboken og slår opp dersom usikkerhet.
- Usikkerhet i farlige situasjoner vurderes alltid «opp».

Advance

- God kunnskap om reglene uansett om de inntreffer ofte eller sjelden.
- Kunnskap og forståelse for reglene og direktivene.
- Kunnskap og forståelse for ulike tolkninger i andre regelbøker enn NIHF's (f.eks. IIFHs regler, IIFH Casebook, særskilte regler for alderstrinnet etc.)



Praktiseringen av spillets regler

Den faktiske praktiseringen av reglene er forholdsvis enkel å identifisere hos dommeren, det gjøres lettest ved å bedømme kvaliteten på hver dømte utvisning og hver situasjon som dommeren lar passere. Dommeren skal dømme utvisninger for situasjoner som er beskrevet i NIHF's bedømmelsesdirektiv og spillefilosofi. En suksessfull dommer klarer å praktisere reglene i henhold til bakgrunnen og meningen med hver regel.

For eksempel hvis fokus i bedømmelsesdirektivet er på hekting og holding, og dommeren lar disse forseelsene passere, så skal dommeren få en lavere score på dette punkt og gis feedback på hvordan dette kan forbedres. Du må ikke blande dette punktet sammen med egenskapen kamp, praktisering av spillets regler innebærer i hovedsak at reglene etterleves og at utvisninger dømmes i henhold til meningen med reglene.

Basic

- Bruker reglenes betydning ved bedømmelse av situasjonene.
- Praktiserer korrekt regel til de ulike situasjonene som bestraffes.
- Kunnskap om de ulike kriteriene og bedømmelsesdirektivet.

Advance

- Kunnskap om bakgrunnen for reglene og hva den aktuelle regelen «egentlig sier».
- Påvirkningen på spillet tas i betraktning ved bedømmelse av situasjonene.
- Kunnskap og spilleforståelse for hvilke situasjoner som kan ødelegge «game flow» og provosere frem følelser.
- Korrekt praktisering av meningen med reglene.
- Bruker suntt fornuft ved praktiseringen av reglene.
- Kjenner til OBI



Konsistent bedømmelsesnivå

Konsekvent praktisering av reglene og et konsistent bedømmelsesnivå er en vanskelig egenskap å utvikle hos dommerne og å vurdere for en dommercoach. Ofte regner man med at en dommer skal være konsekvent kampen i gjennom uten å påvirkes av at kampbildet forandres seg og at kampen kan se ulik ut fra periode til periode. I denne sammenheng må vi også bedømme dommerens egenskap til å oppfatte og tilpasse sin dømming til forandringer i kampbildet.

Generelt sett kan man si at når en kamp er rolig så skal dommeren bevare «game flow» i så stor grad som mulig uten å la overtredelser passere. Når kampen blir tøffere, hardere og røffere så forventes det at flere utvisninger skal utdeles for å roe ned spillerne med det formål å få «game flow» tilbake.

Basic

- Tillater seg ikke å bli påvirket av resultatet ved bedømmelser.
- Praktiserer reglene i henhold til direktivene uansett hvilke lag eller spillere som er på isen.
- Dømmer utvisninger for like forseelser uten å ta hensyn til tidspunkt i kampen, resultatet eller andre ytre omstendigheter.

Advance

- Vet hvordan reglene skal praktiseres på de ulike nivåene.
- I så stor grad som mulig bruker det samme bedømmelsesnivået fra kamp til kamp.
- Ikke lar seg påvirke av ytre faktorer ved bedømmelse av situasjoner.
- Egenskapen til å ta korrekte utvisninger i pressede situasjoner.
- Handler basert på hva situasjonen krever.



Besluttsomhet

Egenskapen *besluttsomhet* består av dommerens utstråling og pondus når denne havner i fokus ved ulike bedømmelsessituasjoner. Dette punktet kan enklest evalueres ved at du som dommercoach observerer fysiske endringer hos dommeren.

Faktorer som reaksjonstid og kroppsspråk kan påvise hvor besluttsom en dommer er og hvor sikker denne er i sin beslutning.

Basic

- Egenskapen til å ta raske beslutninger.
- Bruker tydelige signaler for å vise når spillerens oppførsel ikke er akseptabel.
- Oppviser selvtillit / besluttsomhet når en utvisning er dømt.

Advance

- Anvender kommunikasjon med bruk av stemmen og fløyta for å formidle autoritet uten å virke «arrogant».
- Egenskapen til å kommunisere på riktig måte med spillere og trenere når behovet tilsier det.



Kampkontroll

Selv om de fleste problemstillinger og situasjoner som oppstår rundt kontroll av kampen skal adresseres og legges frem til lagenes trenere så kan vi ikke stole på at lagene ved trenerne skal komme frem til konstruktive løsninger for å få kampen tilbake på riktig nivå. Dommere er tilsatt for å kontrollere hver kamp med alle tilgjengelige verktøy for å skape like forutsetninger for begge lagene og en fair sjanse til å vinne kampen. Dette innebærer at dommeren eliminerer ikke tillatte fragmenter og situasjoner i kampene og arbeider for å holde voldsomme og farlige situasjoner på et minimum. Det må tillegges at praktiseringen av reglene og bestraffelsene rundt oppførsel mot dommer skal tillegges i evalueringen av dommerens kampkontroll.

Dommere skal ikke akseptere og tolerere verbale overtramp som angår dennes stilling og utførelse av kampen. Hvordan dommeren håndterer dette skal ikke glemmes bort under dette punktet da det har stor påvirkning på en dommer uansett nivå.

Basic

- Prøver å begrense voldsomme og aggressive aspekter av spillet.
- Oppviser selvtillit - besluttsomhet ved avgjørelser.
- Diskuterer ikke med spillere og ledere vedrørende beslutninger, men forklarer når det er behov for det.

Advance

- Egenskapen til å skille på forseelser som er aggressive og farlige i motsetning til de tillatte tøffe og harde nærkampene.
- Tillater ikke at spillere og ledere åpent stiller spørsmålstegn ved dommerens bedømmelse, men er åpen for dialog og kommunikasjon på et korrekt nivå med begge lagene.
- Tar ansvar i situasjoner der gruff og bråk oppstår.
- Har egenskaper til å formidle følelser på en kontrollert måte når det er nødvendig.
- Oppviser egenskapen til å håndtere ulike situasjoner som oppstår, uansett type.



Oppmerksomhet Arena/ishall

Den som til syvende og sist sitter med ansvaret for å kontrollere sikkerheten og kvaliteten på arenaen er dommeren på isen. Dommeren/dommerne skal avgjøre hvorvidt kampen er gjennomførbar under sikre omstendigheter. Med den risikoen som kan oppstå ved gjennomføring av en ishockeykamp så er nok dette en av de tyngste byrdene som ligger på dommerens skuldre.

Denne kategorien omfatter ikke bare køller og andre gjenstander som ofte havner på isen, det kan også innebære andre fragmenter og objekter. Følgende punkter bør observeres når evaluering og bedømmelse av dommerens oppmerksomhet vedrørende arenaen og ishallen gjøres:

Basic

- Dommeren inspiserer isflaten samt kritiske deler av arenaen før kampen.
- Egenskapen til å oppdage gjenstander og utstyr som ligger på isen.
- Gjør rette personer oppmerksomme på feil/skader som har oppstått ved arenaen (dører, pleksiglass, m.m.)
- Stopper spillet umiddelbart dersom målet er ute av stilling.

Advance

- Er oppmerksom på og utbedrer hull og sprekker i isen umiddelbart for å forhindre skade.
- Er oppmerksom på og gjør tiltak når kampklokka ikke fungerer normalt, står stille eller tidtakeren har problemer.
- Gjør oppmerksom på problemer og farer rundt isbanen og stopper spillet umiddelbart for å forhindre skadesituasjoner.
- Tar beslutninger og oppviser «god kampløse» ved å være oppmerksom på og avbryte kampen når utstyr eller lignende på banen gjør at det ikke er forsvarlig å fortsette kampen.



Under spillets gang

Oppmerksomhet er en av de viktigste egenskapene en dommer kan ha. Den dommeren som ser mest og er oppmerksom på mest mulig av spillets hendelser og hendelsesforløp, har en bedre forutsetning for å dømme konsekvent. En dommer kan ikke dømme en utvisning på noe som ikke denne har vært oppmerksom på og oppfattet. Vanligvis så kan bedre plassering gi en dommer bedre forutsetninger for å være oppmerksom.

En enkel faktor å ta med i evalueringen av dommerens oppmerksomhet under spillets gang er å se på hvor aktiv dommeren er i å få med seg mest mulig ved sitt blikk, sine bevegelser og egenskaper til å observere så mange situasjoner som mulig som oppstår på banen.

Basic

- Har oversikt rundt pucken og målet og unngår «tunnelsyn».
- Vet hvor dommerkollegaene befinner seg.
- Er oppmerksom på spillerbytter under spillets gang.
- Har oversikt over bytter som målvakten gjennomfører i forbindelse med avventende utvisninger samt i slutten av kampen.
- Har oversikt rundt dropper mens kollegaen gjennomfører avslag.

Advance

- Har alltid oversikt over banen, har bevegelse på hodet og unngår «puckfokus».
- Har oppmerksomhet rundt pucken samt foran målet.
- Tar over kollegaens posisjon om denne går seg fast eller faller.
- Aktiv skøytegang mot bråk/slåsskamp.
- Alltid oppmerksomhet på kollegaens posisjon og arbeid.
- Oppmerksom på kollegaenes posisjoner og arbeid.
- Har spilleforståelse og kan forutse spillestopp.



Under spillestopp

Oppmerksomhet under spillestoppene har blitt viktigere og viktigere i forbindelse med sportens utvikling og viser mer og mer dommerens egenskap i å lede kampen. Etter at dommeren har stoppet spillet så må dommeren følge rutinene som nevnes i de 3 P'ene; først sikre roen og kontrollere «P» personene på isen, deretter prioritere å ha oversikt på «P» puckens lokasjon og til slutt prioriteringen på å innta korrekt «P» posisjon. Det skal tillegges at i visse situasjoner så er det ikke tilstrekkelig å ha sterk og aktiv skøytegang inn mot mål for å få bukt med hete situasjoner, dommeren må være klar til å i visse tilfeller bli fysisk og gå imellom spillere på en aktiv måte.

Andre situasjoner der oppmerksomheten er viktig ved spillestopp er å kontrollere det angripende lagets pointplayers og deres posisjon etter avblåsning, være oppmerksom ved spillerboksene vedr bytter, m.m. Denne kategorien skiller seg fra akselerasjon og fart, denne kategori prioriteres foran dette og tvinger dommeren til å tilpasse seg andre egenskaper enn fart og akselerasjon.

Basic

- Teller spillere og passer på at korrekt antall spillere er oppstilt ved avslag.
- Observant og aktiv ved spillerbytter under spillestoppet.
- Oppmerksom på angripende lagets pointplayers i forbindelse med spillestopp.
- Fart og aktivitet etter icing.
- Players Puck Position

Advance

- Er rolig og metodisk etter avblåsning for utvisning for å ikke miste noen hendelser.
- Overvåker og har kontroll over spillerbytter.
- Har oversikt over spillerbenkene og aktivitet ved disse.
- Dersom behov finnes så skal spillere eskorteres og observeres til utvisningsboksen.
- Ha oversikt over kollegaens posisjon for å kunne hjelpe denne dersom behov finnes.



Teamwork og kommunikasjon

Dommere må så fort som mulig lære seg at de er individer som sammen danner et team som skal handle i samspill med de to lagene på isen. Teamet må assistere hverandre når hjelp behøves for å gjøre kampgjennomføringen så bra som mulig og beholde kampens «flow».

Det har ofte vist seg at personer som innehar dommerrollen har skapt sterke tillitsbånd som strekker seg også utenfor isbanen med sine kollegaer. Det blir ofte veldig lett å bli oppmerksom på team der samspillet og følelsene er sterke og der teamet fungerer bra sammen. Disse individene backer opp hverandre, gjør hverandre gode, diskuterer åpent om situasjoner for kampens beste, dommernes utvikling og individenes tilstand.

Å dømme ishockey er et samspill mellom de aktive på isen og der ingen er sterkere enn den svakeste linken. Som dommercoach kommer du til å oppdage hvor mange andre egenskaper som forbedres da et team passer og fungerer sammen

Basic

- Tar partnerens posisjon når denne ikke har mulighet til å ta den.
- Har øyekontakt med kollegaene.
- Kunnskap og oppmerksomhet over kollegaens posisjon.

Advance

- Ser/føler behovet, samt gjør kollegaene oppmerksomme på det, når en samling/avstemming i dommersirkelen er nødvendig.
- Ser hvordan partneren opptrer og reagerer på den måten som er nødvendig for å støtte denne.
- Innser verdien i å jobbe sammen som et team.
- Er ikke egoistisk i oppdelingen av arbeidsoppgaver.



Hvordan du som coach bør kommunisere med dommerne

- **Før matchen**

Å kommunisere før kampen stiller visse krav på deg som coach, de ulike aspektene du bør tenke ekstra på er:

- Informere dommerne før sesongen om hvordan veiledning/coaching under sesongen skal gjennomføres, hvem som er coacher/veiledere, samt hva som det skal fokuseres på. Alt dette for å forberede dommerne på hva veiledningsprosessen kommer til å inneholde.
- Det bør foreligge veldig sterke forklaringer for å gjøre et unntak for deg som coach til ikke å møte dommerne før kampen. Tenk på at selv om at du er der bare basert på deres utvikling så må du alltid respektere garderoben som deres fredede sone, banke på før du går inn og vær oppmerksom på deres behov og spørsmålsstillinger. Hver gjerne åpen og sosial, men ikke overdriv slik at dommerne mister fokus på oppgavene sine.
- Vær åpen og oppmerksom på at du kommer til å møte ulike individer med ulike spørsmål og behov, noen kan ha spørsmål om arbeidsmønster, situasjoner som har skjedd, mål under sesongen, etc. Spør gjerne dommeren før kampen hvilke fokusområder dommeren har og hva han/hun håper på at forbedringer av dette skal medføre. Tydeliggjør for dommerne at disse punkter kommer til å bli faktorer og situasjoner som du kommer til å fokusere på ekstra under kampen. Glem ikke at ønske dommerteamet lykke til og la dem lade opp sammen de siste minuttene.
- Om coachingen involverer en uerfaren og ny dommer så kan det ofte finnes en viss prestasjonsangst og nervøsitet over veiledningssituasjonen. Dette kan lett forebygges gjennom en rolig og harmonisk fremtoning før kampen og en støttende innstilling til denne under kampens gang. Tenk på at din rolle er å være coach og å utvikle, ikke være politi og peke på feil, å utvikle og forbedre dommeren er din prioritet nummer en! Tenk på at du ikke gir for mange punkter som dommeren bør arbeide med da dette lett kan dra fokus bort fra dommerens grunnleggende arbeidsoppgaver og pålegger mye tanker rett før kampen starter.

- **Kommunikasjon i pausene**

- I pausen mellom periodene så anbefales at dommercoachen går inn og kort diskuterer og gir feedback om den perioden som har blitt gjennomført. Ved denne situasjonen bør du som coach bare diskutere relevante situasjoner som har med ledelsen av kampen å gjøre. Så lenge dommeren ikke har store problemer med det så bør du som coach ta opp minimalt med spørsmål som gjelder dommerens bedømmelser og vurderinger for å påvirke dommeren for mye.

Dette bør tas på største alvor for å forhindre at dommeren blir nervøs for at denne kommer til å få dårlige tilbakemeldinger på et visst punkt og pga dette endrer sitt nivå fullstendig. På visse nivåer er dette en enormt farlig del å vektlegge under kampens gang og du som coach må få et bra bilde av dommerens nivå for å kunne nærme deg det spørsmålet.



➤ Det er viktig å påpeke at du som coach bør være konkret og kort i periodepauser, ikke forsøk å gi noen nye arbeidsoppgaver og bruk isteden tiden til å spre energi, positivitet, trygghet og støtte til dommerne. Pausen finnes der for at spillere og dommere skal kunne hente seg inn og fokusere på neste periode.

- **Etter matchen**

➤ Etter kampen bør du som coach diskutere punktene som du vil at dommeren skal tenke på for sin utvikling. Husk at du bare tar opp i rapporten og prater om de punktene som kan brukes som et verktøy for utviklingen, slik at ikke dommeren blir forvirret. Vær observant på hva som kan ha vært følsomt etter kampen, har noe spesielt skjedd så kan det være bra å reflektere over det og la dommeren få prate om det. En stresset, urolig, skuffet dommer får svært vanskelig med å ta inn og prosessere feedback dersom det finnes masse annet denne tenker på.

Prøv å ikke presse på dommeren for mange punkter etter kampen, send med ca 2-3 punkter å jobbe med og diskuter gjerne en tiltaksplan, samt hva som kommer til å bli annerledes når dommeren har utviklet de nevnte ferdighetene.

➤ Prøv å gjør coachingen så personlig som mulig, å sette seg ved siden av den man gir feedback og prate spesifikt til den personen kommer til å skape en større tillitt og gjøre at dommeren føler at du er der for dennes utvikling.

➤ Pass på at når du drar fra arenaen så skal ikke dommeren føle seg usikker på hva du mener og hvordan det bør arbeides for å utvikles. Å avstemme i etterkant på telefon er ikke å anbefale, men kan skje ved behov, åpenhet og tydelighet er en viktig del av din rolle som coach og kommer til å skape en tillitt for deg hos de aktive.