



Regional utviklingsgruppe Eldre

Beskrivelse: Regionens høyest rangerte utviklingsgruppe for voksne dommere. Gruppen samler erfarne, voksne dommere som ønsker å ta steg videre i sin dommerkarriere.

Mål: Tilby et faglig og sosialt fellesskap med tilpasset utviklingsfokus, der dommerne både får påfyll og utfordringer tilpasset sitt nivå og sine ambisjoner.

Sammensetning: Dommere med erfaring fra seniorserier, eller voksen dommer med et ønske om å dømme i seniorserier.

Kompetansekrav: Dommeren skal ha bestått Dommer 2-utdanning og skal ha vist over tid at hen mestrer kamper i ungdoms- og eller seniorkamper. Skal i høy grad vise motivasjon for videre læring og profesjonalisering. Levere Mål- og handlingsplan hver sesong, opp mot 3. divisjon og nasjonale serier.

Rammefaktorer:

- Minimum 2 kvelds- og 1 helgesamlinger i løpet av sesongen. Samling før- og eventuelt etter sesongen kommer i tillegg.
- Ha en dommerutvikler per 3. dommerpar.
- Dommerutvikler på dette nivået skal ha minimum Dommerutvikler 2 utdanning.
- Gjennomføre minimum 2 observasjoner per halvår.

Testkrav:

- Skal gjennomføre månedlig regelprøve (mål 80 prosent).
- Skal være i stand til å løpe 7.1 (økes etter hver sesong, jmf. NHF's retningslinjer) i løpet av tiden i gruppen dersom du ønsker å dømme øverste regionale nivå. Deltakelse er et minimum.
- Fullført Ren Utøver.

Faglig base:

- Dommeren må bestå Dommer 3-utdanning i løpet av tiden i utviklingsgruppen.
- Regler og fortolkning:
 - Etablere god forståelse til alle regler, fortolkninger, retningslinjer og presiseringer.
 - Fordypning i regel 8 og 16, og protest og disiplinær.
 - Diskusjon av gråsoner og spillsituasjoner, med vekt på erfaringsutveksling.
- Kampløp og kommunikasjon:
 - Kommunikasjon med spillere, lagledere og øvrige aktører.
 - Konfliktbehandling og balansert autoritet på banen.
 - Bruk av kroppsspråk og stemme for å skape trygghet og forutsigbarhet.



- Samarbeid i dommerpar, refleksjoner rundt ulike makkerkonstellasjoner.
- Skal mestre løpsmønster og posisjonering for innsyn på høyt nivå.
- **Bestrafning:**
 - Utvikle kjennskap til forskjellen mellom de forskjellige bestrafningene, 8.3-8.6.
 - Utvikle mot og forståelse for situasjoner som skal straffes etter regel 8.5. Forstå hva som menes med «total tap av kroppskontroll», «helsefarlig», «hensynsløs holdning», og «særlig aggressiv handling».
 - Ha forståelse for situasjoner som ikke trenger bestrafning. Eksempelvis hvor angriper beholder full ball- og kroppskontroll etter forseelse.
- **Forberedelser, evaluering og profesjonalisering:**
 - Strukturert kampforberedelse, også for kamper på lavere nivå.
 - Fokus på fysisk og mental forberedelse tilpasset alder og ambisjonsnivå.
 - Regelmessig kondisjonstrening.
- **Profesjonalisering:**
 - Hvordan bygge en dommerprofil, opptreden på og utenfor banen, og bruk av sosiale medier.
 - Arbeid med å være en ressurs og mentor for yngre dommere.
 - Bidra til et positivt dommermiljø og rekruttering.
- **Teknisk bedømming:**
 - Fordypning i vurdering av bestrafning (regel 8.3-8.6), spesielt i krevende situasjoner, samt god forståelse av regel 14.
 - Kunne bevege seg på en slik måte at dommeren kan være i posisjoner til å vurdere situasjoner korrekt, samt ikke være i veien for spillet.
 - Forståelse av fordelsprinsippet og dets praktiske bruk.
 - Håndtering av spillere med ulikt erfarings- og ferdighetsnivå.

Utviklingsarenaer:

- Regional serie, 4. divisjon - 3. divisjon
- Mobile Regionscup
- Bring/Lerøy
- NM (1.-2. runde)