

DOMARPRAKTIK BARNDOMARE



Domarpraktik är ett viktigt tillfälle för domarna att få komma ut och prova på vissa moment innan det är dags att gå ut till match och försöka tillämpa det de lärt sig under kursen. I detta kompendium finns det förslag på lämpligt innehåll som passar bra för blivande barndomare. Passet beräknas ta ca 1 timme att genomföra. Då tillgången till fotbollsplan, vädret och annat kan spela in när man ska ha detta pass så får man anpassa materialet och göra det bästa av situationen. Det är av stor vikt att man ändå genomför detta pass så ungdomarna får en bra grund att stå på. Passet är utformat så att domarna ska få prova på vissa moment samt vara med och tänka och fundera hur man löser olika situationer. Viktigt att vi ger domarna enkla och tydliga instruktioner samt hela tiden kommer med konstruktiv feedback. Viktigaste målet med detta pass är att ingjuta så mycket mod och säkerhet hos varje enskild domare vi kan få dem att känna sig trygga när det är dags för första matchen.

1 - Tecken

Instruktioner:

Ställ upp alla deltagare på led (sida vid sida). Du står framför domarna och visar tecken och vad det betyder. Alla deltagare härmar dig samtidigt som du tittar och korrigerar tecken vid behov. De tecken som ska visas är följande: Inkast, Direkt Frispark, Indirekt Frispark, Hörna, Inspark, Straff & Fördel. Låt domarna sedan öva en kort stund 2&2 där de korrigerar varandra.

Diskussionspunkter/Att tänka på:

Raka/tydliga tecken – Varför är det viktigt?

Kroppshållning? Vart har man blicken?



2 - Signaler

Material:

Pipa och boll

Instruktioner:

Ställ upp alla deltagare och låt dem provblåsa i pipan en och en några gånger. Dela sedan upp domarna i två grupper och låt dem stå med ca 20m mellanrum. Låt domarna blåsa en och en för att se hur det hörs över till den andra sidan.



Bilda en cirkel runt en linje med spelare. Domaren står i mitten av cirkeln. Om spelarna på övre halvan studsar bollen så motsvarar det frispark åt det hållet. Om spelarna på nedre halvan studsar bollen ska frisparken blåsas åt det hållet. Bollen kastas mellan spelarna och när en spelare studsar bollen i marken så blåser domaren frispark och pekar åt rätt håll. Om bollen studsas två gånger i rad av samma spelare betyder det att det är en lite tuffare situation. Tre studsar = jättetuff situation

Diskussionspunkter:

Varför är det viktigt med höga/tydliga signaler? Kroppsspråk när man blåser i pipan?

3 – Övrigt

Entré på spelplan och avspark

Genomför en entré på spelplanen med slantsingling. Vad säger man?

Kroppsspråk? Vem väljer sida på myntet? Vad väljer vinnaren?

Boll i spel/ej i spel

Lägg upp 5 bollar precis på/utanför linjen och ställ upp deltagarna i olika positioner (vinklar) för att se vart man bäst ser om bollen är ute samt att det är viktigt att få hjälp med linjerna när man dömer ensam.

Frispark

Ställ upp en kona där du vill att frisparken ska äga rum. Låt två deltagarna agera spelare genom att driva en boll mot konan. När de kommer fram till konan ska en domare blåsa en frispark och förklara varför man blåst. Se sedan till att bollen läggs på rätt plats och ta ut avstånd