



Förslag på matchregler för Tre Kronors Hockeyskola

- * Speltid 2 x 15 minuter.
- * Byte var 90:e sekund efter avblåsning.
- * Alla spelar lika mycket.
- * Matchledare upp till 10 år. Föreningsdomare från 11 år.
- * Spela i så många zoner som möjligt, 2 eller 3 zoner.
- * Rekommenderar utrustningsnivå: CE-godkänd hjälm med galler, halsskydd, armbågsskydd, benskydd, suspensor och handskar. Axelskydd och ishockeybyxor rekommenderas så snart barnet visar intresse att spela och vill fortsätta spela ishockey.

Se även BBB-materialet (Bra-Bättre-Bredare) och föräldrafoldern.

Så går matchen till

- Ledarna samlar sitt lag.
- Föräldrarna hjälper till att organisera banan.
- Uppvärmning i mittzon eller utanför planen.
- Använd om möjligt matchklocka.
- Matchledare blåser i pipa för byten.
- Matchledare och tidtagare startar matchen.
- Vid regelbrott skall matchledaren blåsa av och informera spelaren om vilket fel som denne gjorde.
- Puck utanför spelplan = avblåsning och tekning där puck gick ut.
- Ingen periodpaus bör förekomma.
- Efter matchen tackar spelarna varandra och matchledaren.

Spelregler

- Lag med 6-11 spelare. 5 utespelare och en målvakt under spel.
- En viktig grundregel är att utespelarna skall prova på målvaktsspel.
- Utvisning förekommer inte.
Mindre straffet = avblåsning och tillrättavisning av matchledaren. Nedsläpp sker 5 meter framför det felande lagets mål.
Större straffet = spelaren får inte spela klart bytet utan måste åka och byta in en annan spelare.
Alltid 5 utespelare på banan!



Mindre straffet utdöms för följande förseelser:

- ✓ **FASTHÅLLNING** (att hålla fast en motståndare).
- ✓ **HAKNING** (att med klubban från sidan hindra en motståndare).
- ✓ **TRIPPING** (slag med klubban eller tackling mot motståndarens ben).
- ✓ **HÖG KLUBBA** (att spela med klubban över axelhöjd).

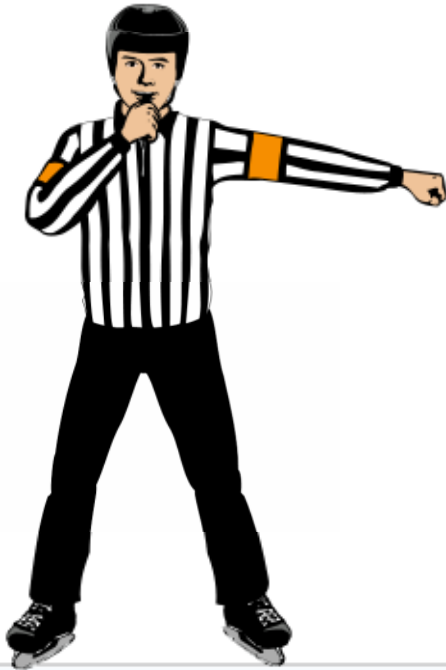
Större straffet utdöms för följande förseelser:

- ✓ **ROUGHING**: att spela för hårt mot en motståndare.
- ✓ **SLASHING**: att avsiktligt slå med klubban mot motståndarens kropp.
- ✓ **CROSSCHECKING**: att tackla motståndaren med klubban.

Straffslag:

- ✓ Utdöms när spelare är fri med målvakten och dras ned bakifrån.
- ✓ Pucken läggs mitt på banan.
- ✓ När en match spelas: Straffen läggs direkt efter händelsen. När två matcher spelas samtidigt på samma klocka: Straffen läggs under spelarbytet.





Matchledaren

- Matchledare är någon eller några av lagens ledare.
- Se till att spelarna följer reglerna i sportslig anda och lära spelarna ishockeyns grunder.
- Ingripa, korrigera och rätta när han/hon ser ett regelbrott.
- Matchledaren är både "domare" och "instruktör" vilket ställer stora krav på ledarrollen.
- Att vara så korrekt som möjligt i bedömningen är naturligt, men alla kan göra misstag.

Kom ihåg för matchledaren

- ✓ Kolla din personliga utrustning innan du åker hemifrån (visselpipa, regelbok, hjälm).
- ✓ Kom i god tid till matchen.
- ✓ Hälsa på dina medarbetare och på båda lagens lagledare.
- ✓ Var bestämd, klara signaler och tydliga instruktioner.
- ✓ Var positiv i dina omdömen, det tjänar du på i längden.
- ✓ Var inte rädd för att erkänna dina felaktiga beslut.
- ✓ Fria hellre än att fälla är ett nyckelbegrepp för matchledaren.
- ✓ Kom ihåg att du är en förebild.
- ✓ Var ödmjuk – ALLA MATCHER ÄR VIKTIGA!

