Dömning

Utrustning för att kunna genomföra en match som domare:

* Domartröja
* Visselpipa
* Klocka/tidtagarur
* Penna och papper (för att hålla koll på ställningen)

All utrustning ska finnas i domarrummet! Om någonting fattas, meddela detta till Jonas Allertz Andersson så köper han nytt!

**Ta kontakt med lagledaren för laget ni ska döma några dagar innan matchen ska spelas** (Kontaktuppgifter finns på Rackeby IK:s hemsida), så slipper de gå och oroa sig för om det kommer en domare eller inte. Dubbelkolla även att matchtiden stämmer och att matchen inte blivit flyttad eller inställd.

**Du ska befinna dig på Degeberg ca 30 min innan matchen börjar**. Hälsa på lagledarna för de bägge lagen och hör vad som gäller med matchtid, bollstorlek m.m. Berätta att du inte är en van domare och att dom ska va snälla mot dig ☺ Be någon från de bägge lagen att hjälpa dig som linjemän.

**7-manna**

Viktiga regler som skiljer sig från 11-manna:

* Matchtiden är normalt 2 x 25-35 min, men kolla alltid detta med lagledarna innan matchen!
* Bollens storlek ska vara 4 för Pojkar 10-13 år och Flickor 10-15 år (dubbelkolla med lagledarna)
* Ingen offside
* Målvakten får ta upp hemåtpass med händerna
* Felaktiga inkast görs om
* Avstånd på frisparkar är 5 m
* Om en spelare skadar sig blåser man av spelet och kollar så att allt är ok. Spelet sätts sedan igång med ett nedsläpp (ungefär som i hockey) där bollen måste studsa en gång innan de får sparka den.

**5-manna**

Viktiga regler som skiljer sig från 11-manna:

* Matchtiden är normalt 2 x 15 min, men kolla alltid detta med lagledarna innan matchen!
* Bollens storlek ska vara 3 för 8-9åringar (dubbelkolla med lagledarna)
* Ingen offside
* Målvakten får ta upp hemåtpass med händerna
* Felaktiga inkast görs om
* Avstånd på frisparkar är 5 m
* Vi använder varken gula eller röda kort. Om någon spelare gör något riktigt fult eller beter sig illa så pratar man med spelaren och eventuellt ber lagledaren byta ut spelaren.
* Om en spelare skadar sig blåser man av spelet och kollar så att allt är ok. När liket är utburet sätts spelet igång med ett nedsläpp (ungefär som i hockey) där bollen var när spelet blåstes av. Bollen måste studsa en gång innan de får sparka den. (Det här med att ge tillbaka bollen till laget som hade den är överkurs)

**Det viktigaste när man dömer 5- och 7-manna är att man pratar mycket, både med spelare men också med ledarna. Blås i pipan och säg sedan vad det är du har blåst för!**

På de här nivåerna är det inte så allvarligt, och spelarna köper det mesta. Om någon ledare eller förälder blir för jobbig kan man räcka fram pipan till dom och snällt fråga om de vill vara domare istället. Då brukar dom bli tystare ☺