|  |
| --- |
| **NHF Fagplan dommer utviklingsgrupper** |
| **Utviklingsgruppe: Regional Utviklingsgruppe 1** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Formål med Utviklingsgruppe 1**  Utvikle regionale dommere til å bli nasjonale dommere gjennom å forberede dommerne til kamper på nivå 3 og Lerøy. Dette ved å ha god regelkunnskap, god fysisk form, håndballforståelse, gode holdninger og motivasjon for en dommerkarriere. | | | |
|  | | | |
| **Nivå**  Ringnivå 3-5  Høyeste regionale serier, Bring, Lerøy, mål om 2.divisjon kvinner | | | |
|  | | | |
| **Formell utdanning**   * Godkjent utdanning Dommer 2 * Påbegynne utdanning Dommer 3 | | | |
|  | | | |
| **Krav**   * Bestå BIP nivå 9.5 ved opptak * Gjennomføre og bestå månedlig regelprøve Ring 1-5 (nif.ekurs.no) * Utarbeidet Mål- og handlingsplan for sesongen og to år fram i tid * Levere treningsdagbok månedlig * Gjennomføre Ren Utøver-programmet (7 moduler) inkl. Repetisjonsquiz hvert år | | | |
|  | | | |
| **Rammefaktorer:**   * 3-4 fagsamlinger i løpet av en sesong (fordelt på dags- og helgesamlinger) * Fagsamlinger og kamphelger bør ses i sammenheng * Deltagelse i gruppen er et to- til treårig løp * Ha en dommerutvikler per 2. dommerpar * Dommerutvikler på dette nivået skal ha minimum Dommerutvikler 2 utdanning, bør ha Dommerutvikler 3 utdanning. * Gjennomføre minimum en videoevaluering av kamp med dommerutvikler per sesong * Anbefaler 4-6 observasjoner per halvår | | | |
|  | | | |
| **Hovedmål for kompetanse:**  Gi dommerne ferdigheter, forståelse og forutsetninger for å løse kamper på høyeste regionale nivå på en meget god måte. Oppnå utvikling og ferdigheter som kan gi mulighet for Lerøy og prøvekamper i 2.div. | | | |
|  | | | |
| **Kompetansemål:** | | | |
| **Kampledelse**    Utvikle gode ferdigheter innen non-verbal / verbal kommunikasjon igjennom teoretiske og praktiske øvelser.    Øke bevisstheten rundt egen ledelse og salg for å bygge egen merkevare.    Ha gode ferdigheter med å skille progressiv bestrafning og direkte bestrafning.    Øke forståelsen og ferdighetene innen progressiv opptreden, og hvordan dette kan forebygge utfordringer og bidra til en best mulig håndballkamp.    Lære seg å bruke riktig virkemiddel i ulike situasjoner. | **Regelforståelse**     Å utvikle ferdighet til å bruke regelverket for å skape rettferdige rammer for alle utøverne på en måte som er hensiktsmessig for kampen.    Å kunne benytte regel 8 som styringsverktøy.    Bedømme like situasjoner likt innad i dommerparet.    Utvikle en god regelforståelse rundt situasjonene som oppstår i duellene rundt linjespiller og utside 2’er.    Ha gode verktøy til konflikthåndtering på banen og i innbytterrommet. | **Fysisk og mental trening**    Ha til enhver tid en god og oppdatert mål- og handlingsplan.    Ha til enhver tid en oppdatert trenings-dagbok.    Ha kunnskap rundt spesifikk fysisk trening for dommer.    Gjennomføre gode treningsrutiner i hverdagen.    Innføring i enkle teknikker innenfor mental trening. | **Holdninger og verdier**    Å ha evnen til å vise mot både på og utenfor banen.    Å ha evne til å være ydmyk rundt egne prestasjoner ovenfor andre aktører i spillet.    Å vise respekt ovenfor dommer- kolleger og forsterke et positivt dommermiljø.    Bygge en egen dommerprofil som støtter seg på NHFs verdier.    Bevisst opptreden på sosiale medier    Levere alle praktiske oppgaver til riktig tid.    Gjennomføre strukturert egenevaluering og forberedelser, individuelt og i makkerparet. |

**Regi:**

Norges Håndballforbund