

FODBOLDUDSTYR – VIDEN, HISTORIER, QUIZ & BINGO

Denne PDF samler hele temaet om fodboldudstyr. Den er klar til brug på hjemmeside, i klubber og til print. Fodboldtrøjer er bevidst udeladt.

Fodboldstøvler

- Fodboldstøvler giver greb, balance og boldkontrol.
- Typer: FG (græs), AG (kunstgræs), SG (vådt græs), IC/IN (indendørs).
- Sjove facts: Før lignede støvler arbejdsstøvler og vejede over 1 kg. Gamle læderstøvler sugede vand og blev ekstremt tunge.

Fodbolde

- Bolden er spillets vigtigste redskab.
- Der findes træningsbolde, kampbolde og futsalbolde.
- Sjove facts: Gamle bolde havde snøre og kunne blive 40 % tungere i regn.

Skinnebendsbeskyttere & strømper

- Beskytter mod slag og spark.
- Før brugte spillere aviser og pap i strømperne.
- Grip-strømper giver bedre greb i støvlen.

Målmandsudstyr

- Målmandshandsker giver greb og tryghed.
- Tidligere spillede målmænd uden handsker.
- Polstrede bukser og trøjer beskytter ved fald.

Træningsudstyr

- Kegler, stiger, hække og minibandemål.
- Små baner giver flere boldberøringer.
- Ét stykke udstyr kan bruges på mange måder.

Beskyttelsesudstyr

- Ankel- og knæstøtter samt tape.
- God opvarmning forebygger flere skader end ekstra udstyr.

Træningstøj (uden trøjer)

- Shorts, undertrøjer, regnjakker og vinterudstyr.
- En varm spiller lærer bedre end en kold.

Fodboldudstyr til børn

- Komfort og sikkerhed er vigtigere end design.
- Det bedste udstyr er det, barnet glemmer at det har på.

QUIZ – FODBOLDUDSTYR

Hvad er den vigtigste funktion ved fodboldstøvler?

Svar: At give greb, balance og boldkontrol.

Hvilken støvletype er bedst til kunstgræs?

Svar: AG-støvler.

Hvorfor var gamle læderbolde farlige i regn?

Svar: De sugede vand og blev meget tunge.

Hvad brugte spillere før skinnensbeskyttere?

Svar: Aviser og pap.

Hvad er formålet med grip-strømper?

Svar: Bedre greb i støvlen.

Hvad kendetegner en futsalbold?

Svar: Den hopper mindre.

Hvorfor er målmandshandsker vigtige?

Svar: Greb og beskyttelse.

Hvad er vigtigst ved udstyr til børn?

Svar: Komfort og sikkerhed.

Hvad bruges kegler til?

Svar: Afmærkning og variation.

Hvad forebygger flest skader?

Svar: God opvarmning.

BINGO – FODBOLDUDSTYR

Bingoen kan spilles som enkeltspiller eller hold. 5 på stribe giver BINGO.

- Spillet med rigtige støvler til underlaget
- Havde skinnebendsbeskyttere på
- Bold i korrekt størrelse
- Kendte forskel på FG og AG
- Brugte kegler i træning
- Brugte minibandemål
- Brugte målmandshandsker
- Talte om sikkerhed
- Trænede i regnvej
- Brugte grip-strømper
- Hjalp en holdkammerat med udstyr
- Opvarmede før spil
- Tjekkede sit udstyr før træning
- Kendte forskel på kampbold og træningsbold
- Trænede uden fokus på udseende