

FINTER 2026 | HVILKEN BØRNEFODBOLD VIL VI HAVE?

Udvidet debat-, trænings- og mødepakke · selvstændigt dansk materiale inspireret af Birgitte Dahle
Rushfeldts kronik i Nordnorsk Debatt (22.10.2026).

Hovedbudskab

Børn kan både trives, konkurrere og blive dygtigere. Men differentiering skal støtte udvikling, ikke blive permanent udvælgelse. Det er ikke muligt at forudsige en femårigs fremtidige niveau. Prioritér tilhørsforhold, udvikling, fairplay og lysten til at fortsætte.

Norsk debat - og dansk perspektiv

Rushfeldt problematiserer tidlige elitehold, gæstespillere hentet ind for at vinde stævner og børn, der mister spilletid. Hun fortæller også om positive turneringsoplevelser med to jævnt fordelte hold. FINTER anbefaler fleksible træningsgrupper, børnemedbestemmelse og dialog om spilletid. Se DBUs aktuelle regler og vejledninger for bindende rammer.

8 konkrete øvelser

1. Vennefodbold 3v3 (U5-U7) – 3 baner, 3v3, 4 x 5 min; byt makker efter hver runde. Fokus: relationer og boldberøringer.
2. Dribleeventyr (U6-U9) – Alle med bold; 6 porte, 3 x 4 min. Børn vælger finte og viser hinanden nye løsninger.
3. Fleksibel 2v2 (U8-U12) – 3 x 6 min med nye makker og passende modstand. Træneren observerer udvikling, ikke rangliste.
4. Fire mål – mange valg (U9-U12) – 3v3/4v4, to små mål i hver ende, 4 x 5 min. Scanning, retningsskift og samarbejde.
5. Ros din makker (U10-U12) – 2v2, 4 x 4 min. Kort pause: sig én konkret god ting, makkeren gjorde.
6. Alle starter angreb (U8-U12) – 4v4, 4 x 5 min. Ny spiller sætter bolden i gang ved hvert angreb.
7. Fairplay-timeout (U9-U12) – 3v3, 3 x 6 min. Efter hver runde: hvem hjalp en anden spiller?
8. Børnenes kamp (U11-U12) – 4v4, 20 min. Børnene vælger én regel og evaluerer, om den gav flere gode aktioner.

5 trænerdilemmaer

1. I fører 2-1 i en U9-finale, og én spiller har næsten ikke spillet. Hvordan sikrer I deltagelse?
2. En stærk gæstespiller kan give en pokal, men tager minutter fra egne børn. Hvilke hensyn og regler gælder?
3. En U10-spiller udvikler sig sent og mister modet. Hvordan justerer I udfordringerne?
4. En U11-spiller ønsker større udfordringer. Hvordan aftaler I fleksibel hospitering med barnet?
5. En forælder råber instruktioner og kritiserer fejl. Hvordan aftaler I en sund sidelinjekultur?

10 spørgsmål til forældremødet

1. Hvad skal børnene huske om fem år?

2. Hvordan sikrer vi spilletid?
3. Hvornår skifter vi træningsgrupper?
4. Hvordan taler vi med børn om hospitering?
5. Hvordan støtter vi sent udviklede spillere?
6. Hvornår kan gæstespillere være rimelige?
7. Hvilken sidelinjekultur ønsker vi?
8. Hvordan måler vi trivsel?
9. Hvordan fejrer vi hjælpsomhed og mod?
10. Hvor mange håber vi stadig spiller om to år?

4-ugers mini-plan

Uge 1: Vennefodbold og dribleeventyr – observer deltagelse og glæde.

Uge 2: Fleksibel 2v2 og firemålsspil – observer passende udfordringer.

Uge 3: Ros din makker og fairplay-timeout – observer kommunikation og mod.

Uge 4: Alle starter angreb og børnenes kamp – lad børnene evaluere.

Observationsark - kopiér til hvert barn

Spiller / dato: _____

Fik barnet boldaktioner og passende udfordringer? _____

Tog barnet modige valg? _____

Hjalp barnet andre / blev barnet hjulpet? _____

Hvad siger barnet selv om træningen? _____

Næste lille udviklingsmål: _____

QR-koder og links

Norsk originalkronik



<https://www.nordnorskdebatt.no/hva-slags-barnefotball-vil-vi-ha/o/80-124-8291>

FINTER.dk



<https://finter.dk/>

FINTER: Trænerens sprog



<https://finter.dk/1260-2/>

FINTER: Scouting



<https://finter.dk/scouting-i-fodbold/>

DBU: Holdopdeling



<https://www.dbu.dk/boern-og-unge/boernefodbold/strategi-for-dansk-boernefodbold/vejledning-boernepolitik/kom-godt-i-gang/eksempler-til-refleksion/retningslinjer-for-holdopdeling-og-gruppedynamik/>

Kilde og rettigheder: FINTER-materialet er selvstændigt udarbejdet. Den norske kronik er kun kort refereret og krediteret; læs originalen via QR-koden. Kontrollér altid aktuelle DBU- og stævne regler.