FINTER DOMMERAKADEMI

Printpakke 2026 • Dommertræning fra børnefodbold til 11-mod-11

Et uofficielt undervisningsmateriale med 10 moduler, 30 situationsopgaver, facit, praktiske aktiviteter og deltagerbevis. FINTER-beviset er ikke en DBU-dommerlicens.

Vigtigt om regler

IFABs Laws of the Game regulerer almindelig 11-mod-11-fodbold. DBU og lokalunioner kan have særregler for 3-mod-3, 5-mod-5 og 8-mod-8, fx om offside, preszoner, udskiftninger og kort. Kontrollér altid turneringsreglement og spilleform, inden du dømmer. Dette materiale beskriver generelle læringsprincipper og konkrete 11-mod-11-eksempler.

10 kursusmoduler

1. Dommerens rolle
Neutralitet, sikkerhed, tydelig kommunikation, respekt og hjælp til spillere.

2. Før kampstart
Kontrollér bane, mål, bolde, udstyr, hold og lokale kampregler.

3. Bold ude og genstart
Indkast, målspark, hjørnespark, dommerkast og begyndelsesspark.

4. Frispark og kontakt
Skeln mellem lovlig skulderkontakt, uforsigtig, hensynsløs og unødigt hård tackling.

5. Straffespark
Et direkte frisparksforseelse begået af en forsvarsspiller i eget straffesparksfelt udløser straffespark.

6. Offside
Position alene er ikke forseelse; aktiv deltagelse i spillet er afgørende. Gælder ikke direkte fra indkast, målspark eller hjørnespark.

7. Advarsler og udvisning
Hensynsløs adfærd kan give gult kort; voldsom adfærd/alvorligt uforsvarligt spil kan give rødt.

8. Fordelsreglen
Overvej, om holdet faktisk får fordel; straf disciplinært når reglerne kræver det.

9. Samarbejde og konflikter
Brug rolig stemme, tydelige signaler og korte forklaringer. Beskyt unge dommere.

10. Video, VAR og læring
Træn din vurdering med videoklip; VAR anvendes kun i relevante turneringer og situationer.

30 dommerdilemmaer – vælg din kendelse

1. Bolden krydser helt sidelinjen sidst rørt af blå.
2. Bolden krydser mållinjen uden mål sidst rørt af angriber.
3. Bolden krydser mållinjen uden mål sidst rørt af forsvarer.
4. En spiller står i offsideposition uden at påvirke spillet.
5. En offsideplaceret spiller modtager bolden direkte fra indkast.
6. En offsideplaceret spiller modtager bolden direkte fra målspark.
7. En offsideplaceret spiller modtager bolden direkte fra hjørnespark.
8. Forsvarer begår en uforsigtig benspændsforseelse uden for feltet.
9. Forsvarer begår en direkte frisparksforseelse i eget straffesparksfelt.
10. Angriber begår en direkte frisparksforseelse i modstanderens felt.
11. En spiller spiller bevidst bolden med armen under omstændigheder, der er strafbare.
12. Spiller bliver ramt af bolden på armen; armstilling og bevægelse skal vurderes.
13. En spiller tackler hensynsløst.
14. En spiller bruger unødigt hård kraft og bringer modstanders sikkerhed i fare.
15. Spiller protesterer vedvarende kraftigt mod kendelser.
16. En spiller forsinker bevidst spillets genoptagelse.
17. En spiller modtager sin anden advarsel.
18. En spiller tager trøjen af under måljubel.
19. Målmand holder bolden i hænderne for længe.
20. Bolden rammer dommeren og ændrer besiddelse.
21. En modspiller står for tæt på et indkast og forstyrrer kasteren.
22. Spiller forhindrer en oplagt scoringsmulighed med en forseelse.
23. Forsvarer holder angriber uden for feltet, og grebet fortsætter inde i feltet.
24. En målmand griber en bevidst sparket aflevering fra en medspiller.
25. En spiller sparker farligt mod en anden uden kontakt.
26. En spiller sparker bolden, mens en modstander ligger med hovedet tæt på.
27. En reserve træder ind uden tilladelse og forstyrrer spillet.
28. En træner råber fornærmende til dommeren.
29. Et U7-stævne spiller 3-mod-3, og nogen kræver offside.
30. En ung dommer er utryg ved tilskuernes opførsel.

Facit og forklaringer

1. Indkast til rød.
2. Målspark.
3. Hjørnespark.
4. Spil videre – position alene straffes ikke.
5. Ingen offsideforseelse fra direkte indkast.
6. Ingen offsideforseelse fra direkte målspark.
7. Ingen offsideforseelse fra direkte hjørnespark.
8. Direkte frispark.
9. Straffespark.
10. Direkte frispark til forsvaret.
11. Direkte frispark eller straffespark afhængigt af placering.
12. Ikke automatisk frispark – vurder efter håndreglen.
13. Frispark og normalt advarsel (gult kort).
14. Frispark og rødt kort for alvorligt uforsvarligt spil.
15. Kan give gult kort for protester.
16. Kan give advarsel.
17. Vis andet gule kort og derefter rødt.
18. Advarsel (gult kort).
19. Anvend gældende 8-sekundersregel og procedure for hjørnespark i 11-mod-11 (IFAB 2025/26+).
20. Stands spillet og genoptag med dommerkast efter reglerne.
21. Håndtér efter indkastreglen; kan medføre advarsel.
22. Vurder DOGSO og evt. rødt kort; særlige straffesparksundtagelser.
23. Straffespark, hvis holdingen fortsætter ind i straffesparksfeltet.
24. Indirekte frispark til modstanderen, hvis reglen er opfyldt.
25. Kan være indirekte frispark for farligt spil.
26. Vurder farligt spil og evt. indirekte frispark.
27. Stands ved nødvendig anledning; disciplinær sanktion og korrekt genstart.
28. Håndtér disciplinært efter konkurrencens regler; alvorlig krænkende adfærd kan give udvisning.
29. Kontrollér DBU/lokalunionens særregler; brug ikke automatisk 11-mod-11-offside.
30. Stands om nødvendigt spillet, tilkald ansvarlig voksen/arrangør og prioritér sikkerhed.

10 praktiske træneraktiviteter

1. Fløjtesignaler: øv kort og langt fløjt og klare håndtegn.
2. Sidelinjedommer: observér hvornår hele bolden er ude.
3. Offside på tavle: tegn 5 situationer og diskutér aktiv deltagelse.
4. Frisparkskort: sortér uforsigtig, hensynsløs og unødigt hård.
5. Straffespark: gennemgå placering og signaler uden spillere i pres.
6. Fordelsregel: spil 4-mod-4 og stop, når reel fordel mangler.
7. Konfliktrolleleg: dommer, anfører, spiller og observatør.
8. Videodommer: afspil et klip og begrund kendelsen med én regel.
9. Børnekampleder: lav en venlig, kort kampbriefing til U8.
10. Refleksion: skriv tre kendelser, du vil gøre tydeligere næste gang.

Dommerens huskeliste før kampen

Spilleform og lokalt regelsæt: _____ Kampens varighed: _____

Udstyr og sikkerhed kontrolleret: ☐ Hold og trænere informeret: ☐ Fair play aftalt: ☐

FINTER deltagerbevis – til print

Dette bekræfter, at _____ har gennemført FINTER Dommerakademis øvelser og quiz.

Dato: _____ Underskrift: _____

Bemærk: Beviset dokumenterer deltagelse i FINTER-materialet og er ikke en officiel autorisation til at dømme.

Kilder og videre læsning

IFAB Laws of the Game: https://www.theifab.com/laws/latest/

DBU børnefodbold og kampleder: https://www.dbu.dk/

FINTER eksisterende børnedommerguide: https://finter.dk/?p=11418