

Hvor er alle driblerne blevet af?

FINTER træner- og klubpakke | 2026

Udvikling af modige driblere fra U6 til senior. Materialet er en praktisk trænerguide, ikke dokumentation for at driblinger er faldet historisk.

Sådan bruger du pakken

Vælg 2-4 øvelser pr. træning. Giv point for modige forsøg og gode beslutninger, ikke kun vellykkede finter. Tilpas plads, modstand og pauser efter spillernes niveau.

4. FINTERs udviklingsmodel fra U6 til senior

Dette er FINTERs foreslåede udviklingsmodel – ikke officielle krav eller videnskabeligt fastsatte aldersnormer.

5. 25 øvelser, der udvikler fremtidens driblere

Brug 6-12 minutter pr. øvelse afhængigt af alder, intensitet og antal spillere. Giv pauser, så kvaliteten holdes høj. Lad spillerne prøve begge fødder og skift modstandere.

6. Fire ugers dribblechallenge for hele klubben

Giv anerkendelse for mod, indsats, udvikling og gode beslutninger – ikke kun antal vellykkede driblinger. Undgå at offentliggøre ranglister over børn.

7. Interaktiv FINTER-observation: Får spillerne lov at dribble?

Observer en kamp eller et træningsspil. Registrér faktiske hændelser, ikke mavefornemmelser. Beregningen bliver kun vist på din egen skærm og sender ikke data til FINTER.

Definition: Et dribbleforsøg er et tydeligt forsøg på at passere en modstander med bolden. En succesfuld dribbling er et forsøg, hvor spilleren kommer forbi og bevarer en spilbar fordel. Dette er en lokal trænerdefinition; professionelle dataleverandører kan anvende andre definitioner.

En høj eller lav dribbleandel er ikke automatisk god eller dårlig. Notér også spillerens position, kampens situation, modstandernes niveau og om der faktisk var plads til at udfordre.

8. Hvad skal vi måle, før vi siger, at driblerne forsvinder?

Redaktionel status: Denne artikel offentliggør ikke en opdigtet top-25-liste eller historiske ligatal. De kræver en verificeret, sammenlignelig dataserie fra eksempelvis en professionel statistikleverandør. Listen bør først publiceres, når datagrundlaget er dokumenteret.

10. Ti spørgsmål til klubber, trænere og forældre

Hvor mange minutter bruger vi på 1v1 i en normal uge?

Hvor ofte coacher vi offensiv teknik sammenlignet med defensiv organisation?

Roser vi en modig dribbling, selv når den mislykkes?

Kan alle spillere prøve offensive roller?

Har børnene frihed til selv at vælge finter?

Træner vi begge fødder i kamprealistiske situationer?

Får de mindst erfarne lige så mange udfordringer?

Er vores småspil indrettet, så direkte dueller opstår?

Ser vi på udvikling over måneder frem for kun weekendens resultat?

Kan vi vise, at spillerne forsøger flere 1v1 efter fire ugers træning?

Vil FINTER samle fælles svar og vise stemmeprocenter på tværs af læsere, kræver det et

WordPress-afstemningssystem med serverlagring. Denne HTML indeholder ikke en sådan database og viser derfor ikke fiktive stemmetal.

Konklusion: Vi skal ikke vælge mellem holdspil og driblinger

Vi skal udvikle spillere, der både kan samarbejde og skabe noget selv. En velorganiseret spiller kan hjælpe holdet. En modig og teknisk dygtig spiller kan bryde modstanderens organisation. Fremtidens fodbold har brug for begge dele.

FINTERs opfordring: Giv børnene bolden. Giv dem modstandere at udfordre. Giv dem frihed til at fejle. Og giv dem tid til at blive bedre.

Debatspørgsmål: Er vi blevet så dygtige til at organisere børnefodbolden, at vi har glemt at udvikle dem, der kan bryde organisationen?

Alle 25 øvelser - komplet oversigt

U6-U7 | Fang halen

Alle dribler med egen bold og forsøger at nå en anden spillers hale uden at miste kontrollen.

U6-U7 | Trafiklys

Grøn: dribl. Gul: langsomt. Rød: stop bolden. Lad børnene finde egne vendinger.

U6-U7 | Skattejagt

Dribl gennem porte og saml point for forskellige ruter og finter.

U6-U7 | Spejlspilleren

To spillere med hver sin bold; den ene ændrer retning, den anden efterligner.

U6-U7 | Mini-duellen

1v1 til to små mål med korte runder og hurtig rotation.

U8-U9 | Kropsfinte og sprint

Vis én vej med kroppen, gå den anden og accelerér til en port.

U8-U9 | Fire mål

1v1 med fire små mål; angriberen vælger frit hvilket mål.

U8-U9 | Stop-start

Dribl langsomt, stop og accelerér forbi en aktiv forsvarer.

U8-U9 | Begge sider

1v1 hvor spilleren udfordres til at prøve både højre og venstre vej.

U8-U9 | Kreativ fintebane

Spillerne opfinder en finte og tester den mod en makker.

U10-U11 | Kantduellen

1v1 fra kanten med mulighed for indlæg eller afslutning.

U10-U11 | Tre porte

Angriberen skal læse forsvareren og vælge en af tre gennembrudsporte.

U10-U11 | Finte og afslut

1v1 med en afslutning senest få sekunder efter gennembrud.

U10-U11 | Vend og udfordr

Modtag med ryggen til, vend og angrib en forsvarer.

U10-U11 | 2v2 med frihed

2v2 til mål; spilleren vælger selv dribling eller aflevering.

U12-U13 | Scanning før duel

Spilleren orienterer sig, modtager og vælger retning mod aktiv forsvarer.

U12-U13 | Overtal efter 1v1

En vundet 1v1 åbner for 2v1 og afslutning.

U12-U13 | Pres bagfra

Modtag med pres i ryggen, beskyt, vend eller spil videre.

U12-U13 | Dribl eller spil

2v2 med ekstra støtte; beløn gode beslutninger, ikke kun driblinger.

U12-U13 | Kampens sidste tredjedel

1v1 nær feltet efterfulgt af indlæg, aflevering eller skud.

U14-U19 | Kant mod back

1v1 med realistisk sidelinje, støtte og afslutningsmulighed.

U14-U19 | Halvrumsduel

Modtag mellem kæder, angrib en modstander og skab chance.

U14-U19 | Pres og genpres

Spil 3v3; efter tab genpres, men beløn også offensive gennembrud.

U14-U19 | Transition 2v2

Angrib hurtigt efter boldvinding og vælg den rigtige direkte duel.

U14-U19 | Matchrealistisk 5v5

Småspil med frie løsninger; registrér dribleforsøg og chancer efter gennembrud.

Observationsark - kopier eller print

Hold / alder: _____ Dato: _____

Spiller: _____ Observatør: _____

Boldmodtagelser: _____ Dribleforsøg: _____ Vellykkede driblinger: _____

Forsøg pr. 100 modtagelser: _____ Succesprocent: _____

Hvad gjorde spilleren godt? _____

Hvad vil spilleren prøve næste gang? _____

Fire ugers klubudfordring - registrering

Uge 1: antal modige 1-mod-1-forsøg ____ | spillerens egen læring _____

Uge 2: antal modige 1-mod-1-forsøg ____ | spillerens egen læring _____

Uge 3: antal modige 1-mod-1-forsøg ____ | spillerens egen læring _____

Uge 4: antal modige 1-mod-1-forsøg ____ | spillerens egen læring _____

Debatspørgsmål til trænergruppen

1. Hvad roser vi mest: sikre afleveringer eller modige udfordringer?
2. Hvor ofte skaber vi reelle 1-mod-1-situationer?
3. Hvordan reagerer vi, når en spiller mister bolden efter en finte?
4. Hvordan kombinerer vi frihed med gode beslutninger?
5. Hvordan måler vi fremskridt uden at presse børnene?

Læs mere på FINTER.dk

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

<https://finter.dk/temaer/driblinger/>

<https://finter.dk/hvad-er-dribling-teori/>

<https://finter.dk/temaer/teknik-generelt/>