

DE STØRSTE FODBOLDCITATER

40 KORT + TRÆNERARK

Klip ud, del ud, hæng op og brug som et konkret redskab til glæde, mod, læring og fællesskab.

DET FÅR DU

- 40 originale citatkort fordelt på fem A4-sider
- 4 træningsstationer til 40 minutters citat-træning
- 7-dages challenge med afkrydsning
- Refleksionsark til spiller, hold og træner
- Citatdetektiv: kildekontrol og QR-kode



Scan QR-koden

Åbn den komplette artikel med historiske citater, videoer, quizzer og fælles afstemninger.

Citatkort · ark 1 af 5

FINTER

GLÆDE

Spil, fordi du elsker spillet.

MIT FOKUS I DAG: _____

FINTER

GLÆDE

**Fodboldglæde kan ikke aflæses
på en resultattavle.**

MIT FOKUS I DAG: _____

FINTER

GLÆDE

**Et smil kan være starten på en
god træning.**

MIT FOKUS I DAG: _____

FINTER

GLÆDE

**Nysgerrighed er en stærk
medspiller.**

MIT FOKUS I DAG: _____

FINTER

GLÆDE

**Alle børn skal have noget at
glæde sig til.**

MIT FOKUS I DAG: _____

FINTER

GLÆDE

**Den bedste træning giver lyst til
den næste.**

MIT FOKUS I DAG: _____

FINTER

GLÆDE

**Den næste bold er vigtigere end
den sidste fejl.**

MIT FOKUS I DAG: _____

FINTER

GLÆDE

**Den, der tør prøve, giver sig selv
en chance for at lære.**

MIT FOKUS I DAG: _____

Citatkort · ark 2 af 5

FINTER

MOD

En modig beslutning kan godt ende med en fejl.

MIT FOKUS I DAG: _____

FINTER

MOD

Du skal ikke kunne det hele for at kunne begynde.

MIT FOKUS I DAG: _____

FINTER

MOD

Mod er også at bede om hjælp.

MIT FOKUS I DAG: _____

FINTER

MOD

Det vigtigste efter et boldtab er din næste handling.

MIT FOKUS I DAG: _____

FINTER

MOD

Et stærkt hold giver plads til flere.

MIT FOKUS I DAG: _____

FINTER

MOD

Den bedste medspiller gør andre bedre.

MIT FOKUS I DAG: _____

FINTER

MOD

Alle bidrager - også dem, der ikke scorer.

MIT FOKUS I DAG: _____

FINTER

MOD

Respekt skal kunne mærkes, også når vi taber.

MIT FOKUS I DAG: _____

Citatkort · ark 3 af 5

FINTER

HOLDÅND

Hjælp den spiller, der lige har lavet en fejl.

MIT FOKUS I DAG: _____

FINTER

HOLDÅND

Fællesskabet begynder før kampstart.

MIT FOKUS I DAG: _____

FINTER

HOLDÅND

Træning handler om at blive bedre, ikke om at se perfekt ud.

MIT FOKUS I DAG: _____

FINTER

HOLDÅND

Gode spørgsmål kan lære os mere end lange forklaringer.

MIT FOKUS I DAG: _____

FINTER

HOLDÅND

En ny færdighed begynder ofte med et forsøg.

MIT FOKUS I DAG: _____

FINTER

HOLDÅND

Øv dig på det, du endnu ikke mestrer.

MIT FOKUS I DAG: _____

FINTER

HOLDÅND

Små forbedringer tæller også.

MIT FOKUS I DAG: _____

FINTER

HOLDÅND

Bolden lærer dig noget, når du får lov at bruge den.

MIT FOKUS I DAG: _____

Citatkort · ark 4 af 5

FINTER

LÆRING

Spørg mere, råb mindre.

MIT FOKUS I DAG: _____

FINTER

LÆRING

Ros handlingen, ikke bare resultatet.

MIT FOKUS I DAG: _____

FINTER

LÆRING

Skab tryghed, så flere tør være modige.

MIT FOKUS I DAG: _____

FINTER

LÆRING

Børn har brug for en træner - ikke en kommentator.

MIT FOKUS I DAG: _____

FINTER

LÆRING

Spillere udvikler sig i forskelligt tempo.

MIT FOKUS I DAG: _____

FINTER

LÆRING

Den vigtigste evaluering kan være: Kommer de igen med glæde?

MIT FOKUS I DAG: _____

FINTER

LÆRING

Husk at se efter glæden, ikke kun målene.

MIT FOKUS I DAG: _____

FINTER

LÆRING

Fri leg giver plads til nye idéer.

MIT FOKUS I DAG: _____

Citatkort · ark 5 af 5

FINTER

TRÆNER

Fodbold er noget, vi gør sammen.

MIT FOKUS I DAG: _____

FINTER

TRÆNER

Gå til bolden igen, selv om det gik galt før.

MIT FOKUS I DAG: _____

FINTER

TRÆNER

Din fejl fortæller ikke, hvem du er.

MIT FOKUS I DAG: _____

FINTER

TRÆNER

Et forsøg kan være en succes, selv når du mister bolden.

MIT FOKUS I DAG: _____

FINTER

TRÆNER

Hver aflevering er en mulighed for at hjælpe en anden.

MIT FOKUS I DAG: _____

FINTER

TRÆNER

Et hold bliver stærkere, når alle bliver set.

MIT FOKUS I DAG: _____

FINTER

TRÆNER

Lyt til din medspiller, også når I er uenige.

MIT FOKUS I DAG: _____

FINTER

TRÆNER

Se spillet - vælg - prøv - justér.

MIT FOKUS I DAG: _____

4 STATIONER · 40 MINUTTER

Fire grupper, fire baner. Cirka 8 minutter på hver station, tre skift, kort intro og fire minutters fælles afslutning.

1. NÆSTE BOLD

1v1 / 2v2 · 8 min

2 små mål, 1 bold, 8-12 meter bane. Efter boldtab fortsætter spilleren. Observer næste reaktion, ikke kun scoring.

2. ALLE BIDRAGER

3v3 · 8 min

2 mål, bold og veste. Prøv at få alle med, når det giver mening. Ros spilbarhed og støtte.

3. TØR DU PRØVE?

1v1 · 8 min

2 baner og 2 små mål. Prøv en ny løsning. Giv plads til kreativitet og fejl.

4. SPØRG MERE

4v4 · 8 min

2 mål, 1 bold. Kort stop efter et spil: Hvad så du? Lad spillerne svare.

AFSLUTNING (4 MIN):

En sætning pr. spiller: "I dag prøvede jeg ..." eller "Jeg hjalp mit hold ved at ..."

7 DAGE · 7 SMÅ HANDLINGER

Sæt ét kryds om dagen. Det er okay at springe over, holde pause eller begynde forfra. Det handler ikke om perfektion.

DAG 1☐

Giv en holdkammerat en konkret ros.

DAG 2☐

Prøv en ny finte eller et nyt valg i spillet.

DAG 3☐

Reager konstruktivt på næste boldtab.

DAG 4☐

Stil ét godt spørgsmål om en situation.

DAG 5☐

Hjælp én, der har svært ved noget.

DAG 6☐

Vælg et lille personligt procesmål.

DAG 7☐

Fortæl én ting, du lærte, og én ting, du nød.

Hvad var ugens vigtigste oplevelse?

SPILLER · HOLD · TRÆNER

Navn / hold: _____ Dato: _____

SPILLER

- Hvilken situation gav dig lyst til at prøve igen?

- Hvilken handling var du mest glad for?

- Hvad vil du prøve næste gang?

HOLD

- Hvornår hjalp vi hinanden?

- Fik alle plads til at bidrage?

- Hvad vil vi sige mere af til hinanden?

TRÆNER

- Hvilke handlinger roste jeg?

- Hvem fik jeg spurgt og lyttet til?

- Hvordan tilpasser jeg næste træning?

CITATDETEKTIV · FAKTA ELLER FUP?

- ☐ 1. Hvem har angiveligt sagt citatet?
- ☐ 2. Find den ældste troværdige kilde.
- ☐ 3. Er ordlyden direkte, oversat eller forkortet?
- ☐ 4. I hvilken situation blev det sagt?
- ☐ 5. Kan du dokumentere det? Hvis ikke: kald det ubekræftet.

MIT FUNDET CITAT:

KILDE / LINK:

VURDERING: [] Dokumenteret [] Sandsynligt [] Ubekræftet [] Forkert

GOD PRAKSIS

De 40 citatkort er FINTERs egne formuleringer. De er ikke udtalelser fra Messi, Ronaldo, Cruyff eller andre berømte spillere. Tilskriv ikke et navn uden troværdig dokumentation.

Klar til træning og klubhus

Brug kortene som ugens fokus. Lad spillere selv vælge et citat og omsætte det til én konkret handling. Ved hjemmekampen kan holdet vælge ét fælles budskab.

PRINTVEJLEDNING

1. Print på A4 i 100 % størrelse. 2. Vælg farve eller sort/hvid. 3. Klip kortene langs kanterne. 4. Laminer eventuelt. 5. Hæng citaterne op eller del dem ud før træning.



SCAN OG PRØV QUIZ / AFSTEMNINGER

QR-koden åbner FINTER-artiklen. Her findes dokumenterede historiske citater, videoklip, 4 træningsstationer, citatgenerator og de fælles afstemninger.

finter.dk