

FODBOLDPÆDAGOGIK

FINTER · GRATIS PRINTPAKKE 2026

Læring gennem leg, deltagelse, samarbejde og refleksion. Til klub, skole, SFO og børnehave. Materialet er selvstændigt og kan printes uden internet.

Det får du

20 printbare 3×3-bingoplader, 20 pædagogiske boldøvelser, 30 åbne refleksionsspørgsmål, 10 quizspørgsmål med facit, en fireugers plan og en enkel observationsliste.

Sådan bruges materialet

1. Vælg et fokus: tryghed, samarbejde, mod eller medbestemmelse. 2. Lad børnene opleve opgaverne i små spil eller lege. 3. Sæt kryds på bingopladen, når handlingen sker. 4. Afslut med et spørgsmål, hvor alle kan komme til orde.

Pædagogiske principper

Tryghed før præstation. Alle har ret til at deltage. Variation frem for udskamning. Gør fejl til læring. Lad børn ændre reglerne. Anerkend indsats, forsøg og hjælpsomhed.

Sikkerhed og tilpasning

Brug bløde, egnede bolde og sikre underlag. Tilpas bane, regler og intensitet til alder og behov. Hav tydelige pauser og en voksen, der kan hjælpe. Ingen opgaver skal udføres under pres eller utrygge forhold.

BINGOPLADE 01 · TRYGHED

Sæt et kryds, når handlingen sker. Tre på stribe er bingo. Ingen skal presses til at udfylde alle felter.

Jeg turde prøve	Jeg sagde hej	Jeg fik hjælp
Jeg hjalp én	Jeg lyttede	Jeg tog en pause
Jeg prøvede igen	Jeg roste én	Jeg havde det rart

BINGOPLADE 02 · SAMARBEJDE

Sæt et kryds, når handlingen sker. Tre på stribe er bingo. Ingen skal presses til at udfylde alle felter.

Jeg delte bolden	Jeg lavede et løb	Jeg gav plads
Vi lavede en plan	Jeg lyttede	Jeg opmuntrede
Jeg afleverede	Vi løste en opgave	Vi fejrede sammen

BINGOPLADE 03 · FAIRPLAY

Sæt et kryds, når handlingen sker. Tre på striben er bingo. Ingen skal presses til at udfylde alle felter.

Jeg sagde undskyld	Jeg hjalp en modstander	Jeg accepterede en kendelse
Jeg talte pænt	Jeg ventede på tur	Jeg delte rollen
Jeg sagde tak	Jeg gav hånd	Jeg var ærlig

BINGOPLADE 04 · MOD

Sæt et kryds, når handlingen sker. Tre på striben er bingo. Ingen skal presses til at udfylde alle felter.

Jeg prøvede en finte	Jeg bad om bolden	Jeg turde skyde
Jeg prøvede en ny rolle	Jeg lærte af fejl	Jeg stillede et spørgsmål
Jeg gik i duel	Jeg prøvede igen	Jeg foreslog en idé

BINGOPLADE 05 · MEDBESTEMMELSE

Sæt et kryds, når handlingen sker. Tre på striben er bingo. Ingen skal presses til at udfylde alle felter.

Jeg foreslog en regel	Jeg valgte makker	Jeg prøvede en ny leg
Vi stemte om en idé	Jeg lyttede til idéer	Jeg ændrede en regel
Jeg var med til at planlægge	Jeg sagde min mening	Jeg gav plads til andre

BINGOPLADE 06 · VENNER

Sæt et kryds, når handlingen sker. Tre på striben er bingo. Ingen skal presses til at udfylde alle felter.

Jeg fandt en makker	Jeg inviterede én med	Jeg sagde godt spillet
Jeg delte bolden	Jeg hjalp en ny	Vi grinede sammen
Jeg lærte et navn	Jeg lyttede	Jeg gav et kompliment

BINGOPLADE 07 · BOLDGLÆDE

Sæt et kryds, når handlingen sker. Tre på stribe er bingo. Ingen skal presses til at udfylde alle felter.

Jeg dribblede	Jeg afleverede	Jeg tog imod
Jeg skød	Jeg prøvede nyt	Jeg spillede med begge ben
Jeg lavede en vending	Jeg hjalp én	Jeg havde det sjovt

BINGOPLADE 08 · SMÅSPIL

Sæt et kryds, når handlingen sker. Tre på stribe er bingo. Ingen skal presses til at udfylde alle felter.

Jeg søgte plads	Jeg afleverede	Jeg kommunikerede
Jeg forsvarede	Jeg skiftede rolle	Jeg tilbød støtte
Jeg forsøgte igen	Jeg roste én	Jeg fandt en løsning

BINGOPLADE 09 · KOMMUNIKATION

Sæt et kryds, når handlingen sker. Tre på striben er bingo. Ingen skal presses til at udfylde alle felter.

Jeg kaldte på bolden	Jeg sagde tak	Jeg gav et råd
Jeg lyttede	Jeg støttede én	Jeg talte roligt
Jeg spurgte én	Jeg gav plads	Jeg lavede en aftale

BINGOPLADE 10 · SELVTILLID

Sæt et kryds, når handlingen sker. Tre på striben er bingo. Ingen skal presses til at udfylde alle felter.

Jeg tog initiativ	Jeg prøvede en ny ting	Jeg roste mig selv
Jeg hjalp andre	Jeg turde fejle	Jeg stillede et spørgsmål
Jeg tog en beslutning	Jeg var stolt	Jeg prøvede igen

BINGOPLADE 11 · FØRSTEBERØRING

Sæt et kryds, når handlingen sker. Tre på striben er bingo. Ingen skal presses til at udfylde alle felter.

Jeg tog imod	Jeg brugte indersiden	Jeg tog bolden med
Jeg orienterede mig	Jeg afleverede hurtigt	Jeg dæmpede bolden
Jeg skiftede retning	Jeg hjalp min makker	Jeg forsøgte igen

BINGOPLADE 12 · KREATIVITET

Sæt et kryds, når handlingen sker. Tre på striben er bingo. Ingen skal presses til at udfylde alle felter.

Jeg lavede en finte	Jeg fandt en ny vej	Jeg skiftede retning
Jeg lavede egen regel	Jeg prøvede anden fod	Jeg spillede på ny måde
Jeg spurgte hvorfor	Jeg hjalp holdet	Jeg skabte plads

BINGOPLADE 13 · BEVÆGELSE

Sæt et kryds, når handlingen sker. Tre på stribe er bingo. Ingen skal presses til at udfylde alle felter.

Jeg løb fri	Jeg bremsede sikkert	Jeg vendte
Jeg fandt plads	Jeg hjalp bagud	Jeg skiftede tempo
Jeg orienterede mig	Jeg bevægede mig efter pasning	Jeg var aktiv

BINGOPLADE 14 · KONFLIKTLØSNING

Sæt et kryds, når handlingen sker. Tre på stribe er bingo. Ingen skal presses til at udfylde alle felter.

Jeg lyttede	Jeg holdt pause	Jeg talte roligt
Jeg spurgte ind	Jeg foreslog en løsning	Jeg sagde undskyld
Jeg gav plads	Jeg accepterede aftalen	Vi spillede videre

BINGOPLADE 15 · INKLUSION

Sæt et kryds, når handlingen sker. Tre på striben er bingo. Ingen skal presses til at udfylde alle felter.

Jeg inviterede én	Jeg delte bolden	Jeg ændrede en regel
Vi hjalp hinanden	Jeg spurgte hvad der hjalp	Jeg roste et forsøg
Jeg ventede	Vi skiftede makker	Alle var med

BINGOPLADE 16 · ROLLEBYTTE

Sæt et kryds, når handlingen sker. Tre på striben er bingo. Ingen skal presses til at udfylde alle felter.

Jeg prøvede målmand	Jeg var forsvarer	Jeg var angriber
Jeg hjalp holdet	Jeg forstod en rolle	Jeg spurgte en makker
Jeg skiftede opgave	Jeg roste én	Jeg lærte nyt

BINGOPLADE 17 · PAUSEREFLEKSION

Sæt et kryds, når handlingen sker. Tre på striben er bingo. Ingen skal presses til at udfylde alle felter.

Jeg kunne sige stop	Jeg lyttede til kroppen	Jeg drak vand
Jeg spurgte om hjælp	Jeg tog en rolig pause	Jeg delte en oplevelse
Jeg fandt ro	Jeg lavede en aftale	Jeg var klar igen

BINGOPLADE 18 · SKOLEGÅRD

Sæt et kryds, når handlingen sker. Tre på striben er bingo. Ingen skal presses til at udfylde alle felter.

Jeg fandt en makker	Jeg delte banen	Jeg dribblede sikkert
Jeg tog hensyn	Jeg lavede en leg	Jeg ryddede op
Jeg lyttede	Vi skiftede hold	Alle var med

BINGOPLADE 19 · SFO-LEGE

Sæt et kryds, når handlingen sker. Tre på striben er bingo. Ingen skal presses til at udfylde alle felter.

Jeg prøvede en leg	Jeg foreslog en variant	Jeg hjalp en mindre
Jeg tog tur	Jeg fandt på en regel	Jeg spillede sammen
Jeg ventede	Jeg roste én	Jeg deltog

BINGOPLADE 20 · DAGENS AFSLUTNING

Sæt et kryds, når handlingen sker. Tre på striben er bingo. Ingen skal presses til at udfylde alle felter.

Jeg lærte noget	Jeg blev hjulpet	Jeg hjalp én
Jeg turde prøve	Jeg havde det sjovt	Jeg lyttede
Jeg prøvede igen	Jeg var med	Jeg glæder mig til næste gang

20 PÆDAGOGISKE BOLDØVELSER

1. Navnebold: Stå i cirkel. Sig modtagerens navn og aflever. Tilpas tempo til alle.
2. Pasningsmission: Grupper på tre løser fem afleveringer. Hjælp hinanden frem for at konkurrere.
3. Makkerhjælp: Én viser en færdighed; makkeren støtter med ét positivt råd.
4. Alle scorer: Spil småspil, hvor alle på holdet skal have prøvet at afslutte.
5. Byg en bane: Børnene placerer kegler og begrunder, hvordan alle får plads.
6. Vælg en regel: Børnene foreslår en regel, stemmer og prøver den i spil.
7. Fejl er forsøg: Alle prøver en ny finte og deler bagefter, hvad der var svært.
8. Rolleskift: Spil korte intervaller, hvor alle får forskellige opgaver.
9. Lyttebold: Den der har bolden fortæller kort én idé, før bolden gives videre.
10. Fælles mål: Holdet arbejder sammen om 10 afleveringer i stedet for at slå et andet hold.
11. Stille spil: Spil 2 minutter uden tale og diskuter efterfølgende kommunikation.
12. Venlig genstart: Efter tabt bold hjælper en spiller en anden godt i gang igen.
13. Plads til alle: Sænk antal spillere og justér banen, så ingen bliver overset.
14. Tre idéer: Stop spillet og lad tre børn foreslå hver deres løsning.
15. Sikker balance: Øv stop og vendinger på jævnt underlag i eget tempo.
16. Fælles tæmning: Par tæmmer og afleverer skiftevis. Anerkend forsøg.
17. Inklusionskamp: Et mål tæller, når mindst tre forskellige spillere var involveret.
18. Dagens hjælper: Én spiller har ansvar for at invitere stille børn med.
19. Ny makker: Skift makker mellem runder på en tryk måde.
20. Min evaluering: Alle fortæller én ting, de prøvede, og ét ønske til næste gang.

30 ÅBNE SPØRGSMÅL · INGEN FACIT

1. Hvornår havde du det sjovest?
2. Hvem hjalp dig i dag?
3. Hvad var modigt at prøve?
4. Hvordan fik vi alle med?
5. Hvordan føles ros?
6. Hvornår var det svært?
7. Hvad lærte du af en fejl?
8. Hvilken regel gav mest plads?
9. Hvornår lyttede vi godt?
10. Hvad vil du prøve næste gang?
11. Hvordan hjalp du en ven?
12. Hvad kunne være mere retfærdigt?
13. Hvad kan man sige efter en fejl?
14. Hvordan siger vi fra venligt?
15. Hvordan løser vi uenigheder?
16. Hvem fik dig til at føle dig velkommen?
17. Hvorfor er det godt at bytte roller?
18. Hvordan kan vi dele bolden bedre?
19. Hvad er en god holdkammerat?
20. Hvad gjorde jer stolte?
21. Hvornår er konkurrence sjov?
22. Hvornår kan den blive svær?
23. Hvad kan børn bestemme selv?
24. Hvordan støtter vi en ny spiller?
25. Hvordan ved vi, at legen er sikker?
26. Hvad lærte vi om kommunikation?
27. Hvad hjælper, når du mister modet?
28. Hvornår fik du en god idé?
29. Hvad skal vi gøre anderledes?
30. Hvad tager du med dig fra i dag?

VIDENSQUIZ · 10 SPØRGSMÅL

1. Hvorfor bruger vi småspil? Svar: _____
2. Hvad gør du ved en fejl? Svar: _____
3. Hvordan kan børn få indflydelse? Svar: _____
4. Hvad er hjælpsom feedback? Svar: _____
5. Hvad gør vi, hvis et barn ikke er med? Svar: _____
6. Hvad er et godt mål for bingo? Svar: _____
7. Skal alle have samme udfordring? Svar: _____
8. Hvordan løser vi konflikter? Svar: _____
9. Hvad gør quizspørgsmål pædagogiske? Svar: _____
10. Hvad er vigtigst i farligt vejr? Svar: _____

FACIT TIL VIDENSQUIZ

1. For at give flere mulighed for deltagelse.
2. Giv støtte og mulighed for et nyt forsøg.
3. De kan foreslå og afprøve en regel.
4. Venlig, konkret og mulig at bruge.
5. Spørg, lyt og tilpas aktivitet eller regler.
6. Synliggør handlinger som samarbejde og mod.
7. Nej. Tilpas niveau og støtte efter behov.
8. Lyt til flere perspektiver og aftal en løsning.
9. De åbner en samtale og giver plads til forskellige oplevelser.
10. At afbryde eller ændre aktiviteten for at sikre deltagerne.

4-UGERS TRÆNINGSFORLØB

Uge 1 – Tryghed: Navnebold, makkerhjælp, alle scorer. Tal om at føle sig velkommen.

Uge 2 – Samarbejde: Pasningsmission, fælles mål, hjælpebingo. Tal om støtte.

Uge 3 – Mod: Prøv en ny finte, rollevending, venlig genstart. Tal om fejl og forsøg.

Uge 4 – Medbestemmelse: Børn designer spil, prøver regler og evaluerer. Tal om ejerskab.

OBSERVATIONSKORT TIL TRÆNER / PÆDAGOG

Dato: _____ Gruppe: _____

Hvem kom til orde? _____

Hvem havde brug for en anden måde at deltage på? _____

Hvornår lykkedes samarbejdet? _____

Hvilken justering prøver vi næste gang? _____

Hvad sagde børnene selv om oplevelsen? _____

LÆS VIDERE PÅ FINTER

finter.dk/fodbold-i-skolen-sfoen-og-i-boernehaven-forside/

finter.dk/quiz-bingo/

finter.dk/temaer/quizzer-og-afstemninger/

finter.dk – Mere end fodbold.