

FINTER | Hvorfor småspil virker

15 fordele, valg af spilformat og trænerens huskekort

1. Flere involveringer

Færre spillere kan give den enkelte flere muligheder for at deltage aktivt.

2. Flere beslutninger

Spilleren må løbende vælge mellem aflevering, dribling, afslutning og at beskytte bolden.

3. Kampnær teknik

Førsteberøring, vendinger og afleveringer udføres med pres og modstand.

4. Scanning

Spilleren skal orientere sig før modtagelse og mellem aktionerne.

5. Spilbarhed

Spillere lærer at skabe vinkler og gøre sig tilgængelige.

6. 1v1-mod

Små formater kan skabe hyppige dueller og mod til at udfordre.

7. Overtal og undertal

Spillerne opdager, hvordan en ekstra medspiller ændrer mulighederne.

8. Omstillinger

Boldtab og bolderobring følges hurtigt af nye beslutninger.

9. Presspil

Afstand, presretning og støtte kan trænes med klare mål.

10. Afslutninger

Målrettede spil med to mål skaber mange muligheder for afslutninger.

11. Kommunikation

Medspillere må hjælpe hinanden med information og placering.

12. Kondition med bold

Spil kan belaste kredsløbet, men intensiteten afhænger af format og bane.

13. Kreativitet

Frie løsninger og forskellige mål inviterer til eksperimenter.

14. Deltagelse og glæde

Kort ventetid og meningsfulde spil kan understøtte engagement.

15. Trænerens fleksibilitet

Banestørrelse, regler og antal spillere kan tilpasses et præcist læringsmål.

Huskekort til træneren

- Start med et tydeligt mål for spillet.
- Vælg 2v2 for dueller, 3v3 for relationer, 4v4 for flere muligheder og 5v5 for holdstruktur.
- Lav flere baner, hvis spillere venter for længe.
- Juster banestørrelse, regler og pauser efter niveau.
- Stop kun spillet kortvarigt for ét coachingpunkt.
- Afslut med frit spil og ét refleksionsspørgsmål.

Læs den fulde guide: finter.dk/hvorfor-er-smaaspil-godt/