FINTER – FODBOLDFORÆLDRE 2026/27

Gratis printpakke: fra U5 til U19. Barnets trivsel og glæde før resultater.

10 pejlemærker

1. Barnet før resultatet
2. Lyt mere, instruér mindre
3. Lad træneren coache
4. Respektér dommeren
5. Fejl er læring
6. Støt hele holdet
7. Sammenlign ikke børn
8. Giv plads til pauser
9. Tag konflikter roligt og direkte
10. Hjælp fællesskabet

FINTERs forældreaftale

[ ] Vi støtter alle børn og accepterer fejl.

[ ] Vi råber ikke taktiske kommandoer.

[ ] Vi respekterer modstandere og dommere.

[ ] Vi drøfter uenigheder uden for kampen.

[ ] Vi reagerer på mobning og utryghed.

[ ] Vi respekterer barnets ønsker, trivsel og pauser.

[ ] Vi hjælper fællesskabet efter evne.

Hold: _____ Dato: _____

Bilen hjem – 12 samtalekort

• Vil du fortælle om kampen?

• Hvad var sjovest?

• Hvad var svært?

• Hvem hjalp dig i dag?

• Hvad var du stolt af?

• Var der noget, du gerne ville prøve?

• Hvad gjorde dig glad?

• Hvad vil du gerne øve dig på?

• Er der noget, du ønsker hjælp til?

• Hvad lærte du af en fejl?

• Hvad vil du gerne lave nu?

• Skal vi bare høre musik?

Sidelinjeaftale

HEP: Kom så! Godt forsøgt! Vi er med jer!

UNDGÅ: Skyd! Aflever! Hvad laver du! Dommer!

Mødeplan – 30 minutter

0–5 min: Hvorfor spiller børn fodbold?

5–10 min: DBU's børnesyn og holdets værdier

10–17 min: To dilemmaer i små grupper

17–23 min: Sidelinjeregler, kommunikation og spilletid

23–27 min: Praktiske opgaver og kørsel

27–30 min: Godkend aftaler og planlæg opfølgning

20 dilemmaer – spørgsmål til forældremødet

1. Dit barn starter på bænken | Refleksion: Lyt først, og hold voksenkonflikter væk fra kampen.
2. Dommeren overser et frispark | Refleksion: Respekt er vigtigere end en enkelt kendelse.
3. Dit barn mister bolden før et mål | Refleksion: Fejl er en del af at lære.
4. Barnet vil helst ikke tale om kampen | Refleksion: Et barn har også ret til ro efter kampen.
5. Træneren bruger en formation, du er uenig i | Refleksion: Adskil trænerrolle fra forældrerolle.
6. En ny spiller har svært ved at følge med | Refleksion: Inklusion er et fælles ansvar.
7. Dit barn vil springe træning over | Refleksion: Undersøg trivsel, motivation, belastning og andre interesser.
8. Holdet taber 0-8 | Refleksion: Resultater fortæller ikke alt om læring.
9. Dit barn scorer fem mål | Refleksion: Anerkend glæden uden at gøre det til pres.
10. En forælder råber konstant SKYD! | Refleksion: En fælles sidelinjeaftale forebygger konflikter.
11. Barnet bliver valgt fra til en kamp | Refleksion: Søg gennemsigtighed og respekt; tag barnet alvorligt.
12. Dit barn vil skifte klub | Refleksion: Barnets perspektiv bør være centralt.
13. En spiller græder efter en fejl | Refleksion: Tryghed er fundamentet for læring.
14. Kampplanen ændres sent | Refleksion: Problemer løses bedre konstruktivt.
15. Dit barn får ros af træneren | Refleksion: Ros bør ikke blive til rangliste.
16. Der er stor forskel i niveau på holdet | Refleksion: Børn udvikler sig i forskelligt tempo.
17. Barnet ønsker en pause fra fodbold | Refleksion: Hvile og andre interesser hører med til et godt børneliv.
18. Du oplever mobning på holdet | Refleksion: Trivselssager kræver handling og omsorg.
19. En ung dommer laver flere fejl | Refleksion: Unge dommere lærer også.
20. Barnet siger: Jeg spiller kun for at gøre dig glad | Refleksion: Barnets egen lyst kommer først.

30-dages forældrechallenge

[ ] Dag 01: Spørg barnet, hvad det bedst kan lide ved fodbold

[ ] Dag 02: Se en træning uden at give instruktioner

[ ] Dag 03: Ros modet til at prøve en ny finte

[ ] Dag 04: Hils på en ny forælder

[ ] Dag 05: Ros en holdkammerat, ikke kun dit barn

[ ] Dag 06: Giv dommeren en respektfuld kamp

[ ] Dag 07: Spørg om barnet ønsker at tale om kampen

[ ] Dag 08: Lad barnet vælge en sjov boldleg

[ ] Dag 09: Tilbyd hjælp til en praktisk opgave

[ ] Dag 10: Undlad sammenligning med andre børn

[ ] Dag 11: Lyt til barnets egne ambitioner

[ ] Dag 12: Tak en frivillig træner

[ ] Dag 13: Spørg hvad der føles trygt på holdet

[ ] Dag 14: Tag et kig på DBU's børnesyn

[ ] Dag 15: Undlad taktiske råb i en hel kamp

[ ] Dag 16: Tal om fejl som en del af læring

[ ] Dag 17: Hjælp med samkørsel hvis muligt

[ ] Dag 18: Prioritér restitution og fritid

[ ] Dag 19: Hils på modstanderholdets forældre

[ ] Dag 20: Støt barnet efter et svært resultat

[ ] Dag 21: Spørg barnet, om det føler sig hørt

[ ] Dag 22: Hjælp med at byde nye børn velkommen

[ ] Dag 23: Aftal en rolig kommunikationsvej

[ ] Dag 24: Spørg ind til venskaber på holdet

[ ] Dag 25: Læs én FINTER-forældreguide sammen

[ ] Dag 26: Giv oprigtig ros for samarbejde

[ ] Dag 27: Overvej om forventninger skaber pres

[ ] Dag 28: Tag en snak om barnets egne mål

[ ] Dag 29: Lav en lille fælles familieaftale

[ ] Dag 30: Fejr lysten til at spille – ikke kun sejre

Guide til håndtering af uenigheder

1. Lyt til barnets oplevelse og tag den alvorligt.

2. Adskil det akutte fra det, der kan vente til efter kampen.

3. Kontakt træner eller holdleder respektfuldt, direkte og konkret.

4. Bed om fælles aftaler og tidspunkt for opfølgning.

5. Ved mobning eller alvorlig utryghed: kontakt klubbens ansvarlige hurtigt.

Links og ressourcer

FINTER Forældreunivers
https://finter.dk/temaer/foraeldre/

FINTER Forældrekompasset
https://finter.dk/%F0%9F%92%99-finter-foraeldrekompasset/

FINTER Tip en 13'er
https://finter.dk/foraeldre-hjaelp-tip-en-13er/

DBU's børnesyn
https://www.dbu.dk/boern-og-unge/boernefodbold/strategi-for-dansk-boernefodbold/dbu-s-boernesyn/

QR-koder – scan med telefonen

FINTER Forældreunivers

DBU Børnesyn