

Fjäderboll

Regler

I den här aktiviteten måste man köpa in så kallade fjäderbollar, om man vill kan man även köpa till nät.

Fungerar ungefär som i volleyboll, jag brukar ha tre elever i varje lag.

Sedan kan man ha egna linjer om man vill men jag brukar inte köra med linjer utan försöker istället få eleverna att få ett så bra spel som möjligt.

Man använder handflatan när man slår på bollen.

Man serverar genom att slå till bollen och då måste man slå ett underarmsslag, bollen ska gå direkt över nätet. Laget som tar emot bollen får ha tre tillslag inom laget innan bollen måste gå över nätet igen.

Tar bollen i marken så får andra laget poäng om man vill köra med poäng.

