



KIN-BALL

KIN-BALL® er et ballspill som er utviklet for å aktivisere alle elevene i en kroppsøvingstime. Spillet kan tilpasses til barne-, ungdom- og videregående skoler.

UTSTYR

- KIN-BALL
- Vester til 3 lag
- Poengtavle
- Kjegler til merking av bane

PASSER FOR

Elever på alle trinn



ORGANISERING

KIN-BALL spilles med tre lag med fire spillere. Hvert lag med sin farge (f.eks. svart, rosa og grå). Det er mulig å spille med et annet antall spillere på hvert lag, men det anbefales 4 spillere.

BALL

KIN-BALL[®] innendørs har diameter 120cm, vekt 960g. KIN-BALL[®] utendørs har størrelse Ø 102cm, vekt 1000g. Utendørsballen er mindre fordi den er produsert i et kraftigere stoff som er tyngre.

BANE

Den offisielle banestørrelsen er 21,40 x 21,40m. Vi anbefaler at banestørrelsen tilpasses deltakernes fysiske nivå og de aktuelle omgivelsene.

KIN-BALL[®] POENGTAVLE

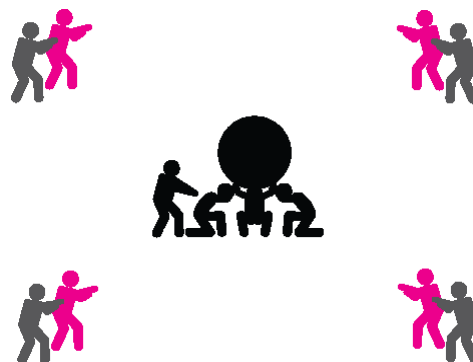
Poengtavla er rosa/grå/svart. Det gjør det enkelt å følge med på egne og motstanderes poeng. Dette har også betydning for lagenes strategi.

SPILLETID

Offisielt spilles KIN-BALL[®] 3 x 15 minutter. Vi anbefaler at spilletiden tilpasses deltakere og den aktuelle situasjon.

SPILLEREGLER

Utgangsposisjonen for serv er at de to andre lagene danner fire hjørner rundt laget som skal serve. En spiller fra hvert lag i hvert hjørne



Serv

Idet ballen serves, skal server rope **OMNIKIN!** – og fargen på ett av de andre lagene. Ballen skal serves slik at den har en oppadgående bevegelsesbane, og minimum 2 meter. Man kan slå eller dytte ballen med to hender.

Det er de tre andre på laget som holder ballen oppe klar for serv. De fire på laget skal skifte på å serve. Om den samme spilleren server to ganger etter hverandre, teller det som feil og de to andre lagene får poeng. Laget må serve innen 10 sekunder. Det er ikke tillatt å slå ballen ut av banen. Det vil telle som feil, og de to andre lagene får poeng.

SPILL

Når et lag blir ropt opp, skal laget prøve å få tak i ballen før den rører bakken. Ballen kan fanges av en eller flere på laget med hvilken som helst kroppsdel. For eksempel kan en spiller ta ballen på foten og vippe den opp til en annen spiller som fanger den med hendene.

Så lenge det kun er én eller to spillere som berører ballen, må laget flytte ballen til stedet de vil servere fra, men også huske på 10-sekundersregelen. I det den tredje spilleren berører ballen, må spillerne bare pivotere med ballen. Det vil si at én fot skal alltid være på gulvet mens den andre kan løftes og flyttes rundt på gulvet.

Det er tillatt å motta ballen på streken. Så lenge spilleren har en fot på streken og resten av kroppen er utenfor, er spillet i gang. Om ballen treffer en gjenstand utenfor banen og spretter tilbake inn på banen, er ballen ute og det blir notert feil. De to andre lagene får da poeng, og mottakerlaget server ny ball.

POENG

Ved feil gis det poeng til de to andre lagene som ikke gjør feilen. Det laget som gjør feil server neste gang.

Feil som gir poeng til de andre lagene:

- Ballen berører bakken før den fanges av det laget som er servet på.
- Om en eller flere på laget ikke holder ballen under serveren.
- Når 10-sekundersregelen ikke overholdes.
- Om man mister ballen i gulvet ved serv eller mottak.
- Når ballen serves utenfor banen
- Om samme spiller server to ganger etter hverandre.
- Obstruksjon (hindre) ballen eller motstander med vilje. (hindringer p.g.a. uhell medfører omserv).

