

Trendsportart 2h Symposium

Einführung: (2 min)

- Roundnet – Spikeball – Unterschied
- In den 90iger in Japan – in 2000er in den USA neu entdeckt und weiterentwickelt

Aufwärmen (10-15min): Ich würde hier nicht alle Aufwärmübungen in der gleichen Stunde machen sondern etwas abwechseln.

- **Knee-Tag** (Athletischer Stand, wir sind immer bereit uns zum Ball zu bewegen, nützlich für alle Sportarten mit Antizipation)

Warm-Up: Spikeball™ Partner Jog

- Partner A is jogging while passing the ball up in the air to themselves
- Partner B is jogging and following, picking up the ball if Partner A loses control
- After 30 seconds the roles switch. Partner B is now jogging and passing, Partner A following
- Continue for 3 minutes

Warm-Up: All Hands On Net

- Get with a group of 3-5 students
- Everyone pick up the net by the rim or leg and hold it close to shoulder height
- Place the ball on the net. As a team, bounce the ball 10x in a row
- Once complete, try getting 10x in a row while...
 - Spinning clockwise
 - Traveling in a certain direction
 - Hitting the ball 10 feet in the air
 - Make up your own challenge
- 4 minutes

Technik Passen: (2 min)

- Ellbogen ca. einen Ball breit von der Brust seitlich entfernt (Übung: Ball zwischen Oberarm und Brust anklappen)
- Beine leicht gebeugt, da man wie beim Volleyball die Bewegung mit aus den Beinen machen kann
- Treffpunkt des Balles: Rund um die Fingerballen → No-No-Zone ist Handballen, da die Kontrolle fehlt
- Hand locker lassen – nicht versteifen wie ein Brett
- Die Bewegung beim Passen fertig machen – extrem vorzeigen Hand berührt die Schulter
- Schulter bzw. Füße schauen dorthin wo man hinspielen möchte
- **An den Ball gewöhnen – jeder einen Ball:**
 - A) Den Ball selbst so lange wie möglich in der Luft halten (10 für Juniors, 20 für Fortgeschrittene)

- B) Nur Überkopfpässe
- C) Überkopfpässe und normale Pässe kombinieren
- D) nur die nicht dominante Hand
- E) Überkopfpässe und normale Pässe kombinieren und immer linke/rechte Hand abwechselnd
- F) Wie E) nur in Bewegung
- G) Überkopfpässe mit der nicht-dominanten-Hand
- H) Ball jedes dritte Mal höher nach oben passen
- I) Ball gegen die Wand spielen
- J) Mit dem Ball sich durch einen Parcours bewegen (Hütchen)
- G) Spiel: Wer schafft die wenigsten Berührungen innerhalb von 20 Sekunden, ohne dass der Ball am Boden fliegt.
-

Allgemein:

Common Modifications for Student Success

To make it easier...when you play

- Catch the ball before passing
- Throw the ball instead of passing
- Let the ball bounce once per touch
- Let the ball bounce once per possession
- Use a bigger/lighter ball
- Use a bigger Spikeball™ Set or target
- More than 3 or unlimited touches

To make it harder...

- Use the non-dominant hand
- Pass the ball higher
- Use 2 touches only
- Using a modification to hinder the players ability to perform

Falls es nicht genügend Sets gibt können für Übungen auch Hula-Hoop-Reifen verwendet werden

Warm-Up: Spikeball™ Knee Tag - Exercise for Athletic stance:

- 1 vs 1 Challenge - Each student has a ball (can use hands to tag if not enough balls)
- Objective is to tag your opponent's knee cap with the ball in your hand to earn a point

- 5 foot approximate radius is the boundary
- Games are played up to 5 points, then quickly find a new opponent
- Play for approximately 3 minutes

Warm-Up: Spikeball™ Fencing Knee Tag

- 1 vs 1 Challenge - Each student has a ball (can use hands to tag if not enough balls)
- The objective is to tag your opponent's knee with the ball in hand – one point for each tag
- **Students start in a “power stance” and can only move forward and backward, similar to fencing**
- Games are played up to 5 points, then quickly find a new opponent
- Play for approximately 3 minutes

Warm-Up: Spikeball™ Partner Jog

- Partner A is jogging while passing the ball up in the air to themselves
- Partner B is jogging and following, picking up the ball if Partner A loses control
- After 30 seconds the roles switch. Partner B is now jogging and passing, Partner A following
- Continue for 3 minutes

Warm-Up: Spikeball™ Set shuffle

- 4 students circle around the Spikeball™ Set
- Students move clockwise while shuffling their feet
- The group cooperatively passes the ball up in the air as many times as they can
- If the ball hits the ground, everyone does 5 jumping jacks and changes the direction of travel
- Continue for 3 minutes

Warm-Up: Spikeball™ Shootout

- Line up students on the free-throw line of a basketball court with a Spikeball™ Set 2 feet in front of them
- 2 balls - the first 2 students in line have the ball
- Objective is to hit the ball off the net and have it go into the hoop
- If you miss the hoop, you must gather the ball and self-toss and pass the ball into the hoop
- Once you make it in the hoop, pass the ball to the next person in line
- If the person behind you in line makes the ball before you do, you get a strike
- Once a player gets 2 strikes, they exit the game
- Games are played until there is a winner

Warm-Up: Roundnet On The Run

- 2 students with 1 Spikeball™ Ball
- Partner A has the ball in their hand ready to toss to Partner B
- Partner B runs a route similar to football.
- Partner A tosses the ball to Partner B while remembering to lead their partner with the pass
- Partner A runs to Partner B while the ball is in the air
- Partner B receives the ball by passing it up in the air so Partner A can catch it
- See how many successful running passes and catches you can do in a row
- Continue for 4 minutes. Take a short break at 2 minutes if needed

Warm-Up: Rally Control

- Get with a partner and find another pair
- Keep a cooperative rally going as long as you can
- Try your best to use all 3 touches when it is your team's possession
- Count how many times the ball hits the net and changes possession
- 5 minutes total - Work with a different team after 2 minutes and 30 seconds

Warm-Up: All Hands On Net

- Get with a group of 3-5 students
- Everyone pick up the net by the rim or leg and hold it close to shoulder height
- Place the ball on the net. As a team, bounce the ball 10x in a row
- Once complete, try getting 10x in a row while...
 - Spinning clockwise
 - Traveling in a certain direction
 - Hitting the ball 10 feet in the air
 - Make up your own challenge
- 4 minutes

Warm-Up: Pepper

- Group students into pairs
- Partner A hits the ball onto the net towards Partner B
- Partner B passes the ball to Partner A
- Partner A passes the ball to Partner B
- Partner B hits the ball on the net towards Partner A
- Continue with the cycle and rhythm as long as you can
- Circle around the net in a certain direction while continuing the rally
- 4 minutes - Switch partners after 2 minutes

Technik Passen: (2 min)

- Ellbogen ca. einen Ball breit von der Brust seitlich entfernt (Übung: Ball zwischen Oberarm und Brust anklammern)
- Beine leicht gebeugt, da man wie beim Volleyball die Bewegung mit aus den Beinen machen kann
- Treffpunkt des Balles: Rund um die Fingerballen → No-No-Zone ist Handballen, da die Kontrolle fehlt
- Hand locker lassen – nicht versteifen wie ein Brett
- Die Bewegung beim Passen fertig machen – extrem vorgezogene Hand berührt die Schulter
- Schulter bzw. Füße schauen dorthin wo man hinspielen möchte

Übungen zum Ballgefühl – jede/r Schüler/in einen Ball (5 Minuten)

- Passing Drills: <https://www.youtube.com/watch?v=tHjQ0bOKWfk>
 - A) Den Ball selbst so lange wie möglich in der Luft halten (10 für Juniors, 20 für Fortgeschrittene)
 - B) Nur Überkopfpässe
 - C) Überkopfpässe und normale Pässe kombinieren
 - D) nur die nicht dominante Hand
 - E) Überkopfpässe und normale Pässe kombinieren und immer linke/rechte Hand abwechselnd
 - F) Wie E) nur in Bewegung
 - G) Überkopfpässe mit der nicht-dominanten Hand
 -

Übungen 2 Personen 1 Ball: (5 min)

- Zu zweit einen Ball - locker hin und her passen - Variationen und Schwierigkeitsgrade können hier dem Level der Schüler angepasst werden (**Dauer ca. 7-10 min**)
 - Den Ball selbst aufwerfen und passen – der Partner fängt den Ball, wirft ihn sich selbst auf und passt ihn wieder zum Partner
 - Wie zuvor, nur versucht nun der Partner, der den Pass empfängt, den Ball „anzunehmen“ indem er sich den Ball selbst aufspielt und danach fängt.
 - Ein Partner passt der andere versucht den Ball unter Kontrolle zu bringen – sobald der Partner den Ball unter Kontrolle hat soll er wieder passen:
 - 3 Kontakte - dritter Kontakt ist Pass
 - 2 Kontakte - 2ter Kontakt ist Pass
 - Direkt hin und her passen
 - Alle Übungen auch mit der linken Hand wie oben (3/2/1 Kontakt)
 - Überkopf spielen

Pass-Drills zu zweit von <https://www.youtube.com/watch?v=tHjQ0bOKWfk> (03:10):

- A) Mit einem Kontakt miteinander passen – Überkopf und normale Pässe
- B) Nur normale Pässe von unten
- C) nur Überkopfpässe
- D) Wenn der Ball vom Partner kommt, den Ball 1x selbst hoch passen und dann wieder zurück zum Partner

- E) Passen mit der Nicht-dominanten Hand
- F) Partner A nur Pässe von unten, Partner B nur Überkopfpässe (+Rollentausch)

Teacher Tips

- Use foam dodgeballs, beach balls or something similar if you do not have enough balls
- Students can also be grouped into 3
- Students can use a wall instead of a partner
- Allow the ball to bounce to make it easier on students
- Remind the students to keep their hands “soft” and not to swing their arms

EASIER

- Allow the ball to bounce between passes
- Catch the ball between each pass
- Use a bigger, softer, and/or lighter ball

HARDER

- Use your non-dominant hand
 - Alternate hands between passes
 - Add spin to your passes
 - Move around while you pass (jogging, skipping, hopping, running, etc.)
 - Pass at different heights (low, medium, high)
-
- Zu zweit einen Ball - 2 Personen stehen gegenüber voneinander. Person A jongliert den Ball und spielt ihn gerade, hoch nach oben. Während der Flugzeit des Balles sollen die Positionen der zwei Partner gewechselt werden und Person B kontrolliert den Ball und wiederholt den Vorgang. **(Dauer ca. 2 Min)**
 - Für Experten: Person A und B haben einen Ball und spielen ihn hoch nach oben und wechseln dann die Position. Person A “received” den Ball von Person B und umgekehrt.
 - Zu zweit 2 Bälle, wenn möglich zur selben Zeit hin und her spielen - Eine Person gibt das Kommando für das Zuspiel, nach dem Zuspiel → Ball unter Kontrolle bringen und wieder auf Kommando gleichzeitig das Zuspiel
 - Den Ball direkt hin und her spielen

Übungen in der Gruppe - Bei geringer Verfügbarkeit von Bällen: (Dauer ca. 5 min)

- Einen Kreis bilden und den Ball in der Gruppe in der Luft halten
 - 4er Gruppen mit einem Ball
 - Die Gruppe nummeriert sich mit den Zahlen 1-4 durch.
 - Der Ball wird innerhalb der Gruppe jongliert (am Anfang auch einfach geworfen, bzw. selbst aufspielen und passen,...Variationen siehe Übungen mit einem Ball), wobei jeder maximal 3 Kontakte haben darf (wenn mehr Kontakte notwendig sind, ist es auch ok).

Ziel: Der Ball soll von 1 zu 2, von 2 zu 3, von 3 zu 4 und von 4 zu 1 etc...
gepasst werden KEINE STATISCHE POSITION - DIE GRUPPE IST IN BEWEGUNG

- wie zuvor, nur mit 2 Bällen
- Schwierigkeit erhöhen: 2 Kontakte, 1 Kontakt
- Variation: Richtungsänderung = 4 zu 3, 3 zu 2, ..., linke Hand, ...
- **Competition (Dauer ca. 5 min.)**
 - Zwei 4er Gruppen bilden und im Kreis aufstellen
 - Eine 4er Gruppe jongliert den Ball im Kreis - Pro Person 1 Kontakt immer im Kreis (also immer zum rechten/linken Nachbarn) jonglieren
 - Die Kontakte mitzählen
 - Die zweite 4er Gruppe macht eine Staffel um ein Netz, welches sich ca. 10 m entfernt befindet. Beim Laufen muss der Ball jongliert werden.
 - Ziel: Während die andere Gruppe läuft, so viele Kontakte wie möglich im Kreis schaffen
 - Achtung Kreis darf nicht zu klein sein - min. 50-100cm Abstand zw. den Partnern im Kreis.
- **Gruppenspiel** (zum Aufwärmen wenn man bereits Roundnet gespielt hat) : Man bildet 2 Gruppen (oder 4 Gruppen und 2 Spielflächen, wenn es mehr Teilnehmer gibt)
 - Es werden mehrere Netze in einem Feld aufgestellt. Man versucht nun als Team Punkte zu erzielen, indem man den Ball auf ein Netz wirft und ein Mitspieler aus demselben Team den Ball fängt.
 - Mit dem Ball darf man nicht laufen (Sternschritt ist erlaubt)
 - Kein Körperkontakt
 - Fällt der Ball auf den Boden = Ballverlust
 - Wird ein Punkt erzielt, dann bekommt das andere Team den Ball
- **Staffel mit Parkour**
- 2 Gruppen – A spielt den Ball gerade nach oben und läuft um ein Netz, B spielt den herunterkommenden Ball direkt wieder nach oben und läuft um das Netz, usw....wie lange kann die Gruppe dies machen ohne, dass der Ball runter fällt?

Hauptteil:

gewöhnen an das „Bounce“ verhalten des Netzes

- **(5 min)** 2 Teampartner passen sich einen Ball via Netz zu. Es wird bereits das Spikeballnetz verwendet um ein Gefühl dafür zu bekommen. In weiterer Folge spielt A den Ball so in das Netz, dass B den zurückprallenden Ball nur mit Mühe fangen kann. Gelingt B ein schöner Fang, so gratuliert ihm A. A und B verändern die Würfe auf das Netz: scharf/fein, hoch/tief, Ballabgabe im Sprung/Stand...
 - Variation: man kann dies am Anfang auch mit Werfen machen
 - A wirft den Ball in das Netz → B spielt ihn sich selbst auf und passt ihn wieder ins Netz
 - Wie zuvor, nur versucht man jetzt Punkte zu erzielen, indem der Teampartner den Ball nicht mehr erreicht. Wer hat zuerst 5 Punkte?
 - Hat man weniger Netze zur Verfügung, kann man sich hintereinander anstellen und die Seite wechseln (siehe Skizze)
 -

Skizze:

- **Service** - <https://www.youtube.com/watch?v=kRkTLybQLwo>
 - **2 Chancen auf ein Serve**
 - Ball aufwerfen, Schlaghand wartet bereits,
 - Durchschwingen
 - Möglichst mittig auf das Netz Zielen
 - **Varianten: Drop-shot, Power-Shot, Fwango,...**
- **Serve-Drills:**
 - A) 2 Schritte vom Netz und 3x hintereinander in s Netz servieren
 - B) Wie A nur mit einem Fwango
 - C) Wie A nur mit einem side-Step
 - D) Wie A nur mit einem Drop-Shot
 - E) Wie A nur mit der nicht-dominanten Hand
 - F) A-E wiederholen aber mit 3-4 Schritte Abstand vom Netz
- **Abschluss**
 - Haltung - athletischer Stand
 - Schlag sollte Hüfthöhe oder niedriger erfolgen
 - Je näher beim Netz, desto wahrscheinlicher treffe ich auch das Netz
 - rechts/links – mit beiden Händen bereit sein
 - alle Richtungen – nicht immer nur gerade schlagen – es gibt viele Möglichkeiten
 - Drop-Shots
 - flach/hoch
 - seitlich (nicht übers ganze Netz sondern nur über eine Seite spielen
 - offset
 - weites offset
- **Hitting Drills:** <https://www.youtube.com/watch?v=qdLOLU1lxQM>
 - A) Athletischer Stand beim Netz, selbst hochwerfen und den Ball ins Netz zu einem Partner schlagen
 - B) 1 Schritt vom Netz entfernt, selbst hochwerfen und den Ball ins Netz zu einem Partner schlagen
 - C) Wie A) nur 2 Schritte entfernt stehen
 - D) wie A) nur 3-4 Schritte entfernt stehen
 - E) 3 bis 4 Schritte entfernt vom Netz stehen – den Ball sich selbst zum Netz aufwerfen und den Ball in der Bewegung zum Partner schlagen
 - F) A-E mit der nicht-dominanten Hand wiederholen
- **Offensive Strategies – Drills:** <https://www.youtube.com/watch?v=0WvbyeMyOas>
 - Deception: Versuche deine Gegner im unklaren zu lassen was du machen wirst
 - A) Spieler A wirft den Ball mit 2m Entfernung zu Partner B, der am Netz steht. Dieser versucht einen Drop-Shot zu machen
 - B) Wie A nur mit Power-Shot
 - C) Wie A nur wechselt Spieler A Drop-Shot mit Power-shot ab
 - D) Wie B) nur mit der nicht-dominanten Hand
 - E) Spieler A wirft den Ball zum Netz und bewegt sich sofort danach 1-2 Schritte in eine Richtung. Spieler B schlägt den Ball so in das Netz, dass Spieler A den Ball fangen kann

Teacher Tips

- Use foam dodgeballs, beach balls or something similar if you do not have enough balls
- Students can also be grouped into 3
- Students can use a wall instead of a partner

- **Defence**
 - Defensiv: Antizipation und Positionieren
 - Was wird der Gegner machen? Wie ist seine Haltung – schaut es nach Schlag oder Aufspiel aus?
 - Wo befindet sich der Gegner für den dritten Kontakt und was kann er von dort machen?
 - Je näher der Gegner beim Netz ist, desto näher kannst auch du als Verteidiger stehen –
 - Grundsätzlich immer versuchen gegenüber vom Ball zu stehen – das heißt, nach dem Aufspiel muss ich mich orientieren
 - Offence lesen lernen
 - z.B.: offset Aufspiel
- **Defence Drills:** <https://www.youtube.com/watch?v=8YMIsh4ir3k>
 - A) Spieler A wirft den Ball in das Netz und Spieler B versucht in zu Fangen (+Rollentausch nach 10 versuchen)
 - B) Wie A) nur muss Spieler B den Ball zuerst selbst nach oben passen und dann fangen
 - C) Spieler A wirft den Ball so ins Netz, dass Spieler B in nur schwer erreicht und fängt
 - D) Wie C) nur muss Spieler B den Ball zuerst selbst nach oben passen und dann fangen
 - E) Spieler A wirft den Ball so in das Netz, dass er schwer zu erreichen ist für Spieler B. Spieler B versucht direkt einen Pass zurück zu Spieler A, der den Ball fängt
 - entscheiden Block/layout/laufen/?

Teacher Tips - Defence

- Group 2 students who are at different skill levels and have them encourage each other
- Use foam dodgeballs, beach balls or something similar if you do not have enough balls
- Students can use a wall instead of a partner
- Challenge your students by making them use their non-dominant hand

- **Taktik**
 - Laufwege -Defensiv/Offensiv
 - Standardsituationen
 - Defence
 - tunneling/mirror/ kurz lang

Passing Assessment (Partner)

- You and your partner have 10 minutes to climb up the grade ladder
- Start at Level 2
- Once you complete a level, move up to the next one and start over from 0 in a row

Level	Description
4	My partner and I can pass the ball back and forth with a net in between us and get to 20 consecutive passes in a row before the ball hits the ground while demonstrating the important cues.
3	My partner and I can pass the ball back and forth with a net in between us and get to 15 consecutive passes in a row before the ball hits the ground while demonstrating the important cues.
2	My partner and I can pass the ball back and forth with a net in between us and get to 10 consecutive passes in a row before the ball hits the ground while demonstrating the important cues.
1	My partner and I can pass the ball back and forth with a net in between us and get to 5 consecutive passes in a row before the ball hits the ground while demonstrating the important cues.

Hitting Assessment (Individual)

- You have 10 minutes to climb up the grade ladder
- Start at Level 2
- Once you complete a level, move up to the next one and start over from 0 in a row

Level	Description
4	I can self toss and successfully hit the ball onto the net at least 7 times out of 10 attempts from 5 feet away while demonstrating the important cues.
3	I can self toss and successfully hit the ball onto the net at least 5 times out of 10 attempts from 5 feet away while demonstrating the important cues.
2	I can self toss and successfully hit the ball onto the net at least 3 times out of 10 attempts from 5 feet away while demonstrating the important cues.
1	I can self toss and successfully hit the ball onto the net at least 1 times out of 10 attempts from 5 feet away while demonstrating the important cues.

Game-Play Assessment (Partner)

- Evaluate students as they play 2 vs 2 competitively
- Four categories to be graded
 1. Offensive Strategy
 2. Defensive Strategy
 3. Communication
 4. Spirit of the Game
- Students will get 4 grades total, one for each category
 - **Grading Rubric**
 - A – Most of the time
 - B – Usually
 - C – Some of the time
 - D – Rarely
 - F – Never

Categories	Grade (circle below)
1. Offensive Strategy -Attempts to hit the ball to the open area when available -Uses a variety of shots like the drop-shot and power-shot	A B C D F
2. Defensive Strategy -Uses an athletic stance when the opponent is about to hit the ball -Anticipates and moves to where the opponent will hit the ball	A B C D F
3. Communication -Calls the ball during play and communicates with teammate -Positively communicates during and after the rally to help improve game strategy	A B C D F
4. Spirit of the Game -High fives opponents and teammate before and after a game -Respectful in close calls with opponents— Just re-do the point	A B C D F

Vereinfachende Spielformen:

- **Spikeball 3vs 3 mit werfen und fangen.**
 - A wirft den Spikeball so auf das Netz, dass Team B den abprallenden Ball nicht fangen kann und auf den Boden fällt. Das abwehrende Team B darf die Aktionen des Gegners in keiner Weise behindern, sondern darf nur den zurückprallenden Ball fangen, bevor dieser den Boden berührt. Gelingt dies, so werden die Abwehrspieler zu Angreifern. Gelingt dies nicht, so erhält Team A einen Punkt und Team B den Ball. Bei Spielbeginn oder nach Punktgewinn wird von einer markierten Grundlinie neben dem Netz gestartet. Das Prellen des Balles ist nicht erlaubt (Variation: Prellen ist erlaubt). Der Ball darf höchstens 3 Sekunden gehalten werden bis dieser zu einem Mitspieler gepasst werden muss. Um einen Angriff abzuschließen, hat das Team A höchstens drei Pässe zur Verfügung (Ausnahme: Bei Spielbeginn und nach einem Punkt 4 Pässe). Ein Ballverlust für ein Team ist es, wenn: ein Spieler das Netz oder den Rahmen nicht trifft, ein Spieler den zurückspringenden Ball erneut fängt oder berührt, oder der Ball zu Boden fällt. Nach mindestens einem Pass darf auf das Netz geworfen werden
- **Spikeball 3 vs. 3:< (oder 2 vs 2)**
 - Der erste Ball muss angenommen werden, der zweite darf gefangen werden, der dritte Kontakt muss wieder geschlagen werden

Schluss: Spiel 2vs2 1-Satz bis 15 und dann Wechsel mit anderen Teams (25 min)

Game variations:

T-Rex Arms - all players must have their arms (up to their wrists) inside their sleeves for the duration of the point.

The floor is lava - the ball can bounce off the ground once per possession for both teams

Double trouble - winning counts for 2 points for both teams

Ambidextrous - your opponents can only use their off-hand

Infinity touch - your team has unlimited touches

Infinity serve - your server has unlimited faults but once they get it on net the point starts

Flexing - whichever team loses has to immediately do 20 push-ups

Sharp shooter - your opponents server has to serve from twice the normal distance

Kill them with kindness - both teams can only win on a drop shot

Don't mess up - it is -2 points if either team hits rim

Deuces - your opponents only get two touches per possession

Trampoline Shirt - All players must use their shirt as a ball trampoline on the *second* hit of a rally.

Freeze - one player on the opposing team can't move from a pre-decided location for the duration of the point.

Sly five - at any time in a rally you can yell "SLY FIVE" and the opposing team must high five in the next 5 seconds or they lose the point.

Food for thought - each player must yell the opposite hand of whichever one they are hitting with. (ex. when hitting with your right hand you yell "LEFT")

Takes two to tango - all players must hold hands with their teammates for the duration of the point.

Mortar combat - at any point in your possession your team can yell "MORTAR COMBAT" and wherever the ball lands you get to pick it up and throw it back towards the net resuming the rally with normal hits.

Double down - call double down before the start of a point and the winning team receives 2 points instead of 1.

Fire extinguisher - changes who's serving on the opposing team. Example if Opponent A hit two aces in a row call Fire Extinguisher so his partner takes possession of the serve.

Pirates booty - All players must jump up and down on one leg for the duration of the point.

Yahtzee - one player starts the point holding an extra ball. This player must hold on to this ball throughout the point until he or she yells Yahtzee! At this point the extra ball becomes the active ball for the point. The "original" ball can be completely ignored. Immediately after Yahtzee is called the player must pass the new ball to his partner, this pass counts as the team's first touch of the possession.

Simon says - call this before a point and the server has to announce what serve they are going to hit before they hit it

Simon sez - call this before a point and the reciever gets to tell the server what type of serve he/she must hit

Small ball - for the next point the ball can take two bounces on the net (no rim)

Bottoms up - losers of the next point owe the winners a 6-pack

Hals pals - players must keep at least one foot touching the ground at all times during the point

Sassy - players can only use the back of their hands to strike the ball

There's a me in team - passes do not have to alternate between players, consecutive touches are allowed

Use your noggin' - you must win the point by incorporating a head hit at some point in the rally or it doesn't count.

Stranger things - the next point is played with the net flipped upsidedown

Fingers crossed - for the next three serves the opposing team must have their eyes closed when serving

The bee's knees - for the next point everyone must play on their knees

Love love: the game must be played with tennis rackets

Try hard: players can only use closed fists to hit the ball

Blood in the water: either team can yell "Blood in the water!" during a rally when the other team has possession if they are feeling confident. Winners of the point get +2 and losers get -2 points.

Dito: your opponents must hit with the same hands to hit the ball in the same order
(right, left, left)

Banana splits: if a player can do the splits mid rally and still win the point the opposing team owes them a banana

Going the distance: players who are not the server or receiver must start the point standing 20 ft away from the net

Tweenerville - call Tweenerville before the start of a point and the winning team gets 5 points if they finish the point with a Tweener.

Harder, better, faster, stronger: if a player is successfully able to do a push-up mid rally and still win the point they earn their team 2 points

Birds of a feather: all sets must be (roughly) above 15 ft in the air

The real deal: both teams must use at least one foot touch before finishing a point

Depth over distance: every player must play with one eye closed for the duration of the point

Eat dirt: each player must make an attempt to dive at every touch on the ball

Double double toil and trouble: each time you touch the ball you have to bounce it up to yourself first

Star Spangled Manners: you must say "thank you" every time your partner sets or passes to you. Loss of point for every unsaid "thank you"

Arnold Spikezenegger: to start the game you have a longest spike contest and the winning team gets 3 points

Beach bods: every time someone hits rim on the serve they have to do 5 push-ups

Jurassic Spike: every player must put their arms in their shirt up to their wrists.

Sisyphus: for the next point you get to choose one player on the opposing team to play on their hands and knees for the duration of the point.

Friendly fire: both teams can only win a point from the opposing team making an offensive mistake. Kill shots will result in a do over.

Activity: Make Up Your Own Game

- Students are grouped into groups of 4 or more
- Groups are given something to write with (whiteboard, markers, paper, pencil, etc.)
- Groups will cooperatively make up a new game using the Spikeball™ net
- Encourage the groups to think outside the box and utilize other balls, paddles, equipment that you have
- Remind students to think about what skills they want to be a part of their game (throwing, catching, striking, etc.)
- Groups must write down at least 5 rules to the game as well as create a name for it
- Pair groups together so they can teach each other their games
- Have groups share their new game to the whole class
- Bank the best games to use for future class activities

Youtube:

- HTR – How to roundnet – Technik u. Taktikvideos + Podcasts und Pick-Up-Games
- Spikeball Curriculum und Spikeschool zu finden auf dem Channel von Spikeball - https://www.youtube.com/channel/UCloOPkaQY_Wo0016hhe1Uhg
-