

## II.B.14

### Rückschlagspiele

# Roundnet – Einführung in ein modernes 360-Grad-Rückschlagspiel

Christian Gustedt und Julia Schröter, Leipzig



Foto: Autoren

Roundnet ist ein Rückschlagspiel für vier Spieler. Für diese Trendsportart braucht es die eigenen Hände und ein Roundnet-Set, bestehend aus einem Roundnet-Spielnetz und einem Roundnet-Spielball. Roundnet ist schnell zu erlernen und der Spaß steht an erster Stelle. In dieser Unterrichtseinheit werden Übungen und erste Spielformen durchgeführt und die Schülerinnen und Schüler probieren einfache Techniken aus.

---

#### KOMPETENZPROFIL

<b>Klassenstufe/Niveau:</b>	5–8, Anfänger
<b>Dauer:</b>	5 Doppelstunden
<b>Kompetenzen:</b>	einfache Aufgaben im Roundnet sicher und regelgerecht bewältigen; Spielsituationen im Roundnet wahrnehmen und technisch-koordinativ sowie taktisch-kognitiv angemessen handeln
<b>Thematische Bereiche:</b>	Basistechniken im Roundnet
<b>Medien:</b>	Lern-, Übungs- und Stationskarten
<b>Zusatzmaterialien:</b>	1 DIN-A1-Poster

---

## Erste Übungen zum Roundnet – Stationskarten

**M 1**

### Station 1: Ballgewöhnung

**Material** 1 Roundnet- oder Tennisball, 1 Reifen

**Aufgabe** Spiele den Ball mit der Hand so nach oben, dass er beim Herunterfallen im Reifen auf dem Boden aufkommt.

**Beachtet** Der Ball sollte mit der flachen Hand gespielt werden.



#### Variationen

- Verwende verschiedene Bälle (z. B. Prellball, Tennisball, Flummi).
- Übe auch mit deiner schwächeren Hand.
- Verkleinere oder vergrößere das Zielfeld (z. B. Viereck).



### Station 2: Ball prellen

**Material** 1 Roundnet-Ball, 1 Reifen

**Aufgabe** Preme den Ball auf den Boden.

**Beachtet** Der Ball sollte mit der flachen Hand geprellt werden.



#### Variationen

- Verwende verschiedene Bälle (z. B. Prellball, Handball, Tennisball).
- Preme auch mit deiner schwächeren Hand.
- Nimm einen zweiten Ball dazu und prelle ihn ebenfalls.



## M 1 Erste Übungen zum Roundnet – Stationskarten

### Station 3: In den Reifen prellen

**Material** 1 Roundnet-Ball, 1 Reifen

**Aufgabe** Prellt euch den Ball mit einem Aufsetzer im Reifen gegenseitig zu. Zu Beginn könnt ihr den Ball auch zwischendurch fangen.

**Beachtet** Der Ball sollte mit der flachen Hand geprellt werden.



#### Variationen

- Verändert den Abstand zueinander.
- Prellt auch mit eurer schwächeren Hand.
- Lauft beim Prellen um den Reifen herum.
- Welches Paar erreicht die meisten „Preller“ hintereinander?



### Station 4: Zuspiele

**Material** 1 Roundnet-Ball

**Aufgabe** Stellt euch in einem Abstand von ca. 3 Metern gegenüber auf und spielt euch den Ball zu.

**Beachtet** Der Ball sollte mit der flachen Hand gespielt werden.



#### Variationen

- Verändert den Abstand zueinander.
- Spielt auch mit eurer schwächeren Hand.
- Welches Paar erreicht die meisten Schläge hintereinander?



## M 2 Freies Spiel am Roundnet – Lernkarte

### Freies Roundnet-Spiel

**Material** 1 Roundnet-Netz, 1 Roundnet-Ball

**Organisation** Geht zu zweit zusammen und stellt euch mit dem Ball am Netz gegenüber auf.



### Aufgabe

Spielt euch den Ball mit der flachen Hand über das Netz zu. Die Angabe erfolgt durch Einwurf des Balls. Spielt miteinander, nicht gegeneinander. Stellt euer Spieltempo aufeinander ein.

### Beachtet

Der Ball sollte immer im Blick sein. In der Grundposition sind deine Knie und Hüfte leicht gebeugt und die Belastung sollte auf dem Fußballen sein. Die Hände befinden sich spielbereit neben bzw. vor dem Körper.



### Variationen

- Fangt den Ball, bevor ihr weiterspielt.
- Spielt einen Gewinnsatz bis 15 Punkte aus. Hast du einen Punkt erzielt, hast du weiterhin die Angabe. Beim Stand von 15 : 15 sind 2 Punkte Differenz für den Sieg erforderlich.
- Versucht, die Angabe mit einem Schlag zu machen.

## Das Passen mit einem Partner – Lernkarte

## M 3

## Basics

**Unter-Brust-Pass**

- tiefe Grundposition
- Ball mit den Augen anvisieren
- Ball von unterhalb der Brust mit der flachen Hand spielen
- Ball nach oben spielen
- Bewegung erfolgt aufwärts
- Grundposition wieder einnehmen

**Über-Brust-Pass**

- tiefe Grundposition
- Ball mit den Augen anvisieren
- Ball von oberhalb der Brust mit der flachen Hand spielen
- Ball nach oben spielen
- Bewegung erfolgt aufwärts
- Grundposition wieder einnehmen

**Beachte**

Die tiefe Grundposition ist die Stellung, aus der man den Pass optimal ausführen kann.

**Aufgabe**

Geht zu zweit zusammen und führt folgende Übungen aus:

- Partner A wirft Partner B den Ball hoch zu, sodass dieser ihn mit der flachen Hand zurückspielen kann. Tauscht nach einiger Zeit die Rollen.
- Spielt euch den Ball mit der flachen Hand zu.
- Übt die Pässe mit eurer schwächeren Hand.
- Versucht, mit 2 Bällen (oder Luftballons) zu spielen.
- Wie viele Pässe schafft ihr ununterbrochen, ehe der Ball den Boden berührt?

**Variation**

Es sind nur Unter-Brust-Pässe oder Über-Brust-Pässe erlaubt.