

© WIMASU GmbH 2023

Alle Rechte vorbehalten. Alle Nachdrucke und digitale Weitergabe nur mit ausdrücklicher schriftlicher Genehmigung.

<https://www.wimasu.de/shop/roundnet-uebungen-aufgaben-training>

1. Version

Autoren: S. Drost, H. Masho

Illustrationen: N. Matsuyama

Lektorat: J. Schäfer

Herausgeber: J. Veit, Ch. Walther

Dieses Dokument zitieren:

Drost, S., H. Masho (2023). Roundnet. Aufgabenkarten.

Eingeschränkter Zugriff am DATUM

unter <https://www.wimasu.de/shop/roundnet-uebungen-aufgaben-training>

Haftungsausschluss

Unsere Veröffentlichungen stellen nur generelle Anleitungen für Sportübungen dar. Sportübungen unterliegen sich laufend fortentwickelnden sportwissenschaftlichen Erkenntnissen. Daher garantieren wir nicht, dass die Anleitungen zu jedem Zeitpunkt den aktuellen Erkenntnissen entsprechen. Weiterhin kann auch kein Erfolg der Übungen garantiert werden. Generell gilt: Jeder Nutzer muss bei der konkreten Ausführung der vorgestellten Übungen selbst für eine sichere Übungsumgebung sorgen. Für den Fall, dass dies nicht möglich ist, sollte keine Übung ausgeführt werden.

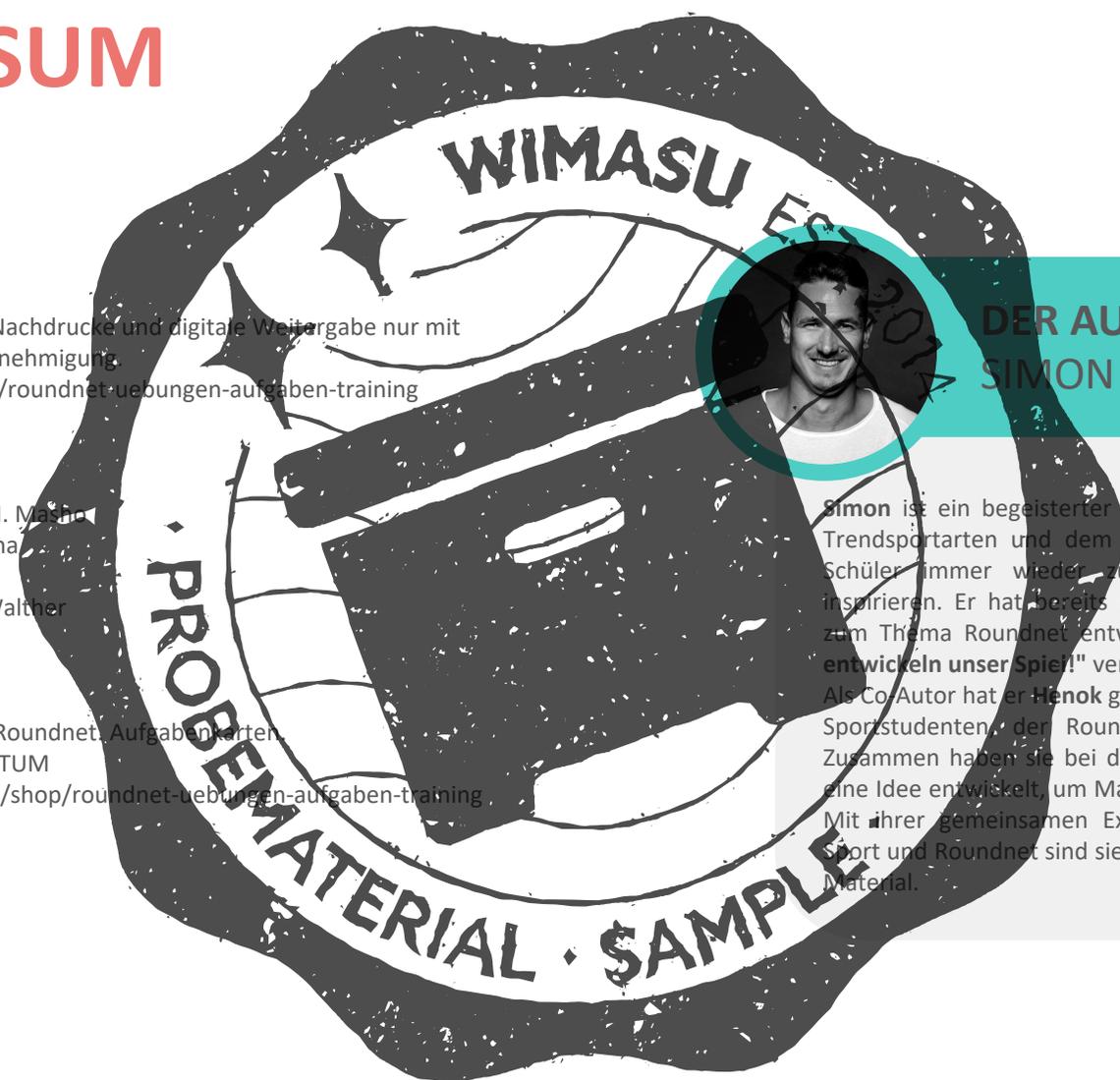


DER AUTOR

SIMON DROSTEN

Simon ist ein begeisterter Lehrer mit einer Leidenschaft für Trendsportarten und dem Wunsch, seine Schülerinnen und Schüler immer wieder zu neuen Herausforderungen zu inspirieren. Er hat bereits eine erfolgreiche Unterrichtsreihe zum Thema Roundnet entwickelt, die unter dem Titel "Wir entwickeln unser Spiel!" veröffentlicht wurde.

Als Co-Autor hat er Henok gewonnen, einen leidenschaftlichen Sportstudenten, der Roundnet liebt und es gerne zockt. Zusammen haben sie bei der Schulsporttagung von WIMASU eine Idee entwickelt, um Materialien für das Spiel zu erstellen. Mit ihrer gemeinsamen Expertise in den Bereichen Lehre, Sport und Roundnet sind sie das perfekte Autorenteam für das Material.



HINWEIS ZU DIESEM MATERIAL

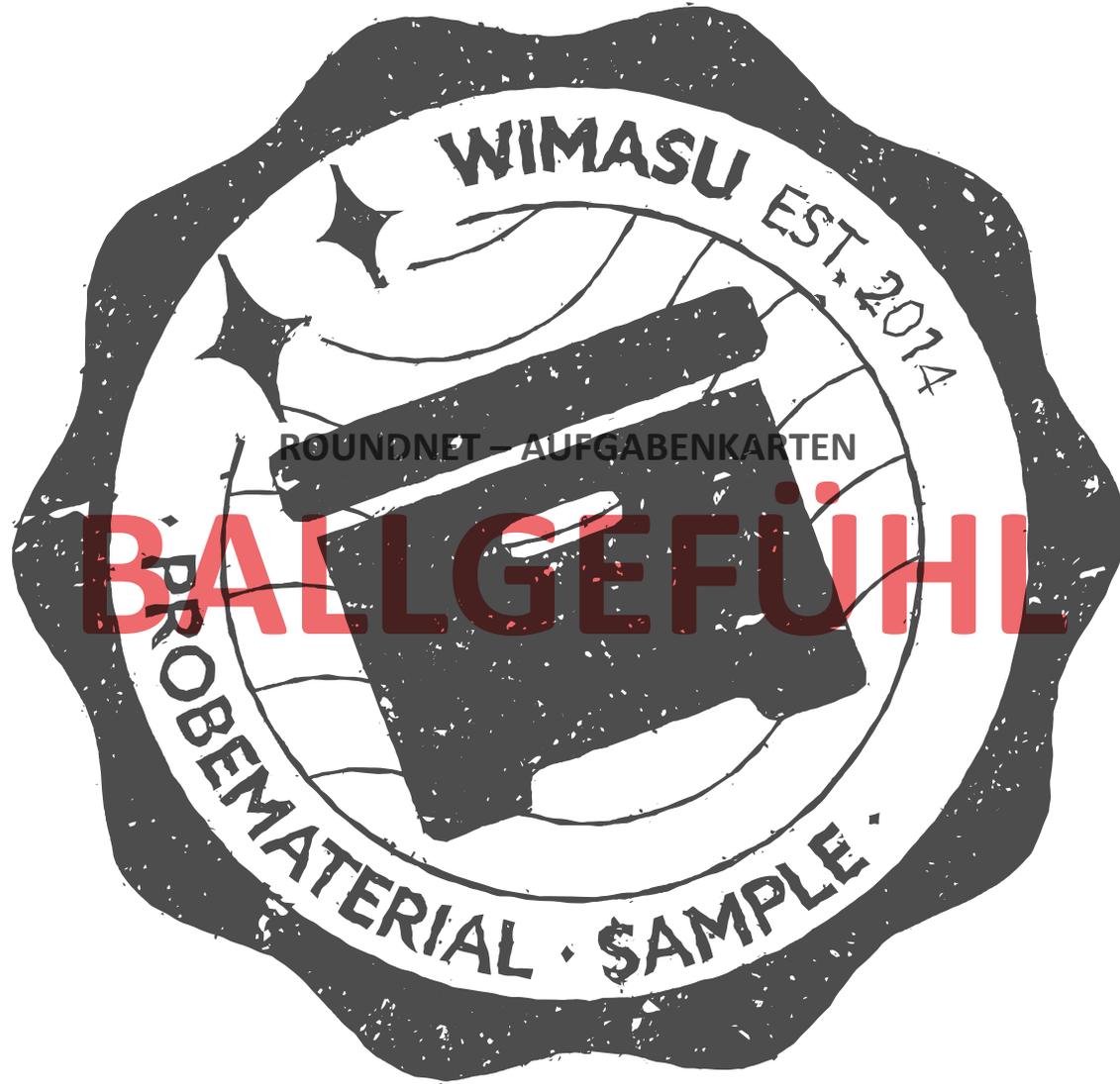


Der Großteil der Übungen und Spiele in dieser Aufgabenkartei kann im Unterricht auch dann eingesetzt werden, wenn kein oder nicht ausreichend Roundnet-Equipment in Form von Netzen und Bällen vorhanden ist.

So können viele Aufgaben, in denen pro Person ein Ball benötigt wird, auch im Wechsel absolviert werden und Roundnets bei nahezu allen Übungen durch Reifen oder einen Kreis aus Sprungseilen auf dem Hallenboden ersetzt werden. Ein vollständiger Klassensatz an Roundnets und Bällen ist somit keine Voraussetzung für den Einsatz der Aufgabenkarten.

Viel Spaß!

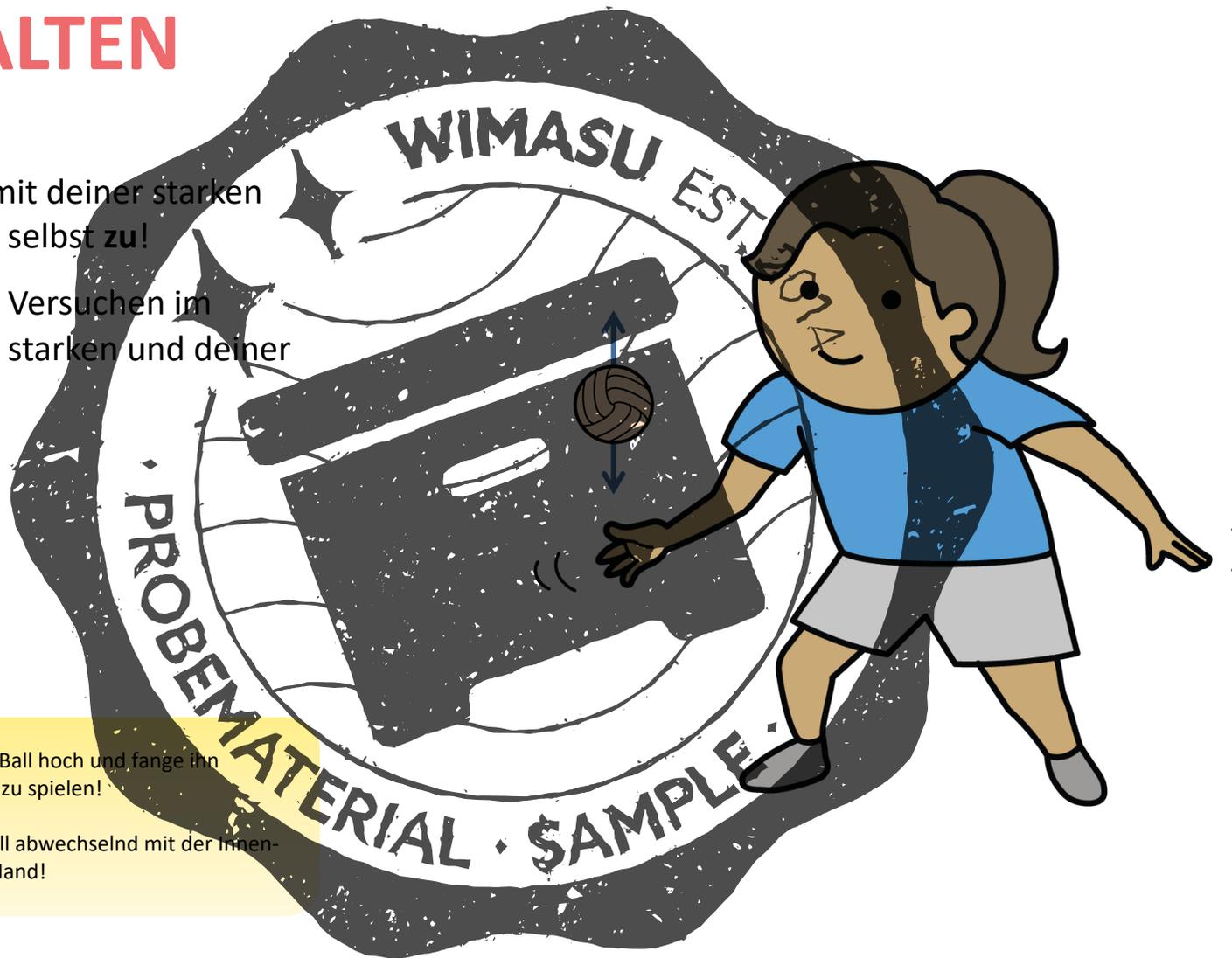




HOCHHALTEN

Spiele dir den Ball mit deiner starken Hand so oft es geht selbst zu!

Spiele nach einigen Versuchen im Wechsel mit deiner starken und deiner schwachen Hand.



Zu schwierig? Werfe den Ball hoch und fange ihn wieder, anstatt ihn direkt zu spielen!

Zu einfach? Spiele den Ball abwechselnd mit der Innen- und Außenfläche deiner Hand!

Material:

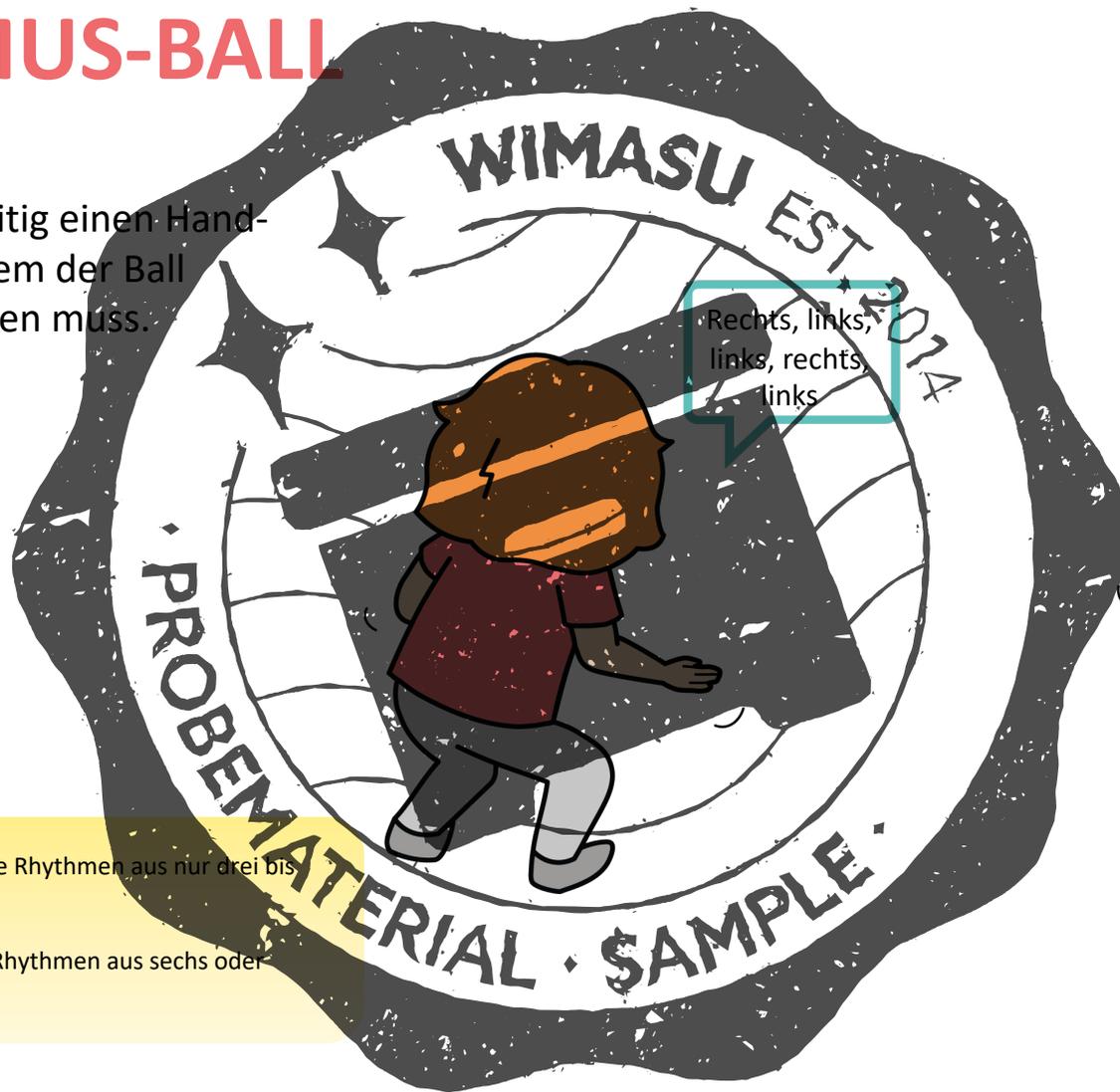
1 Roundnet-Ball pro Person

BALLGEFÜHL

RHYTHMUS-BALL



Gebt euch gegenseitig einen Hand-Rhythmus **vor**, in dem der Ball hochgehalten werden muss.



© WIMASU



Zu schwierig? Wählt kurze Rhythmen aus nur drei bis vier Vorgaben!

Zu einfach? Wählt lange Rhythmen aus sechs oder sieben Vorgaben!

Material:

1 Roundnet-Ball für 2 Personen

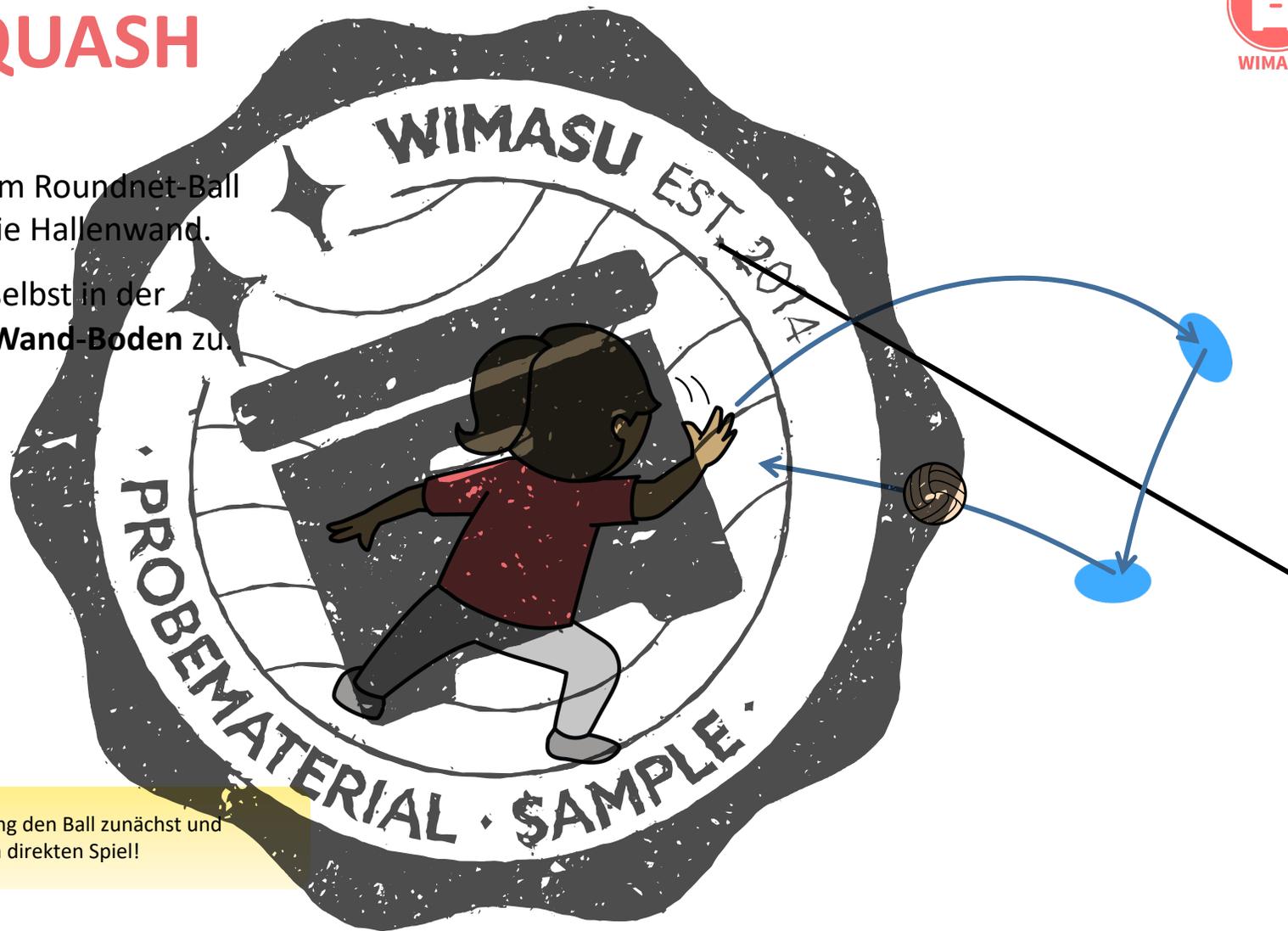
BALLGEFÜHL

SOLO-SQUASH



Stelle dich mit einem Roundnet-Ball ca. 2-3 Meter vor die Hallenwand.

Spiele dir den Ball selbst in der Reihenfolge **Hand-Wand-Boden** zu.

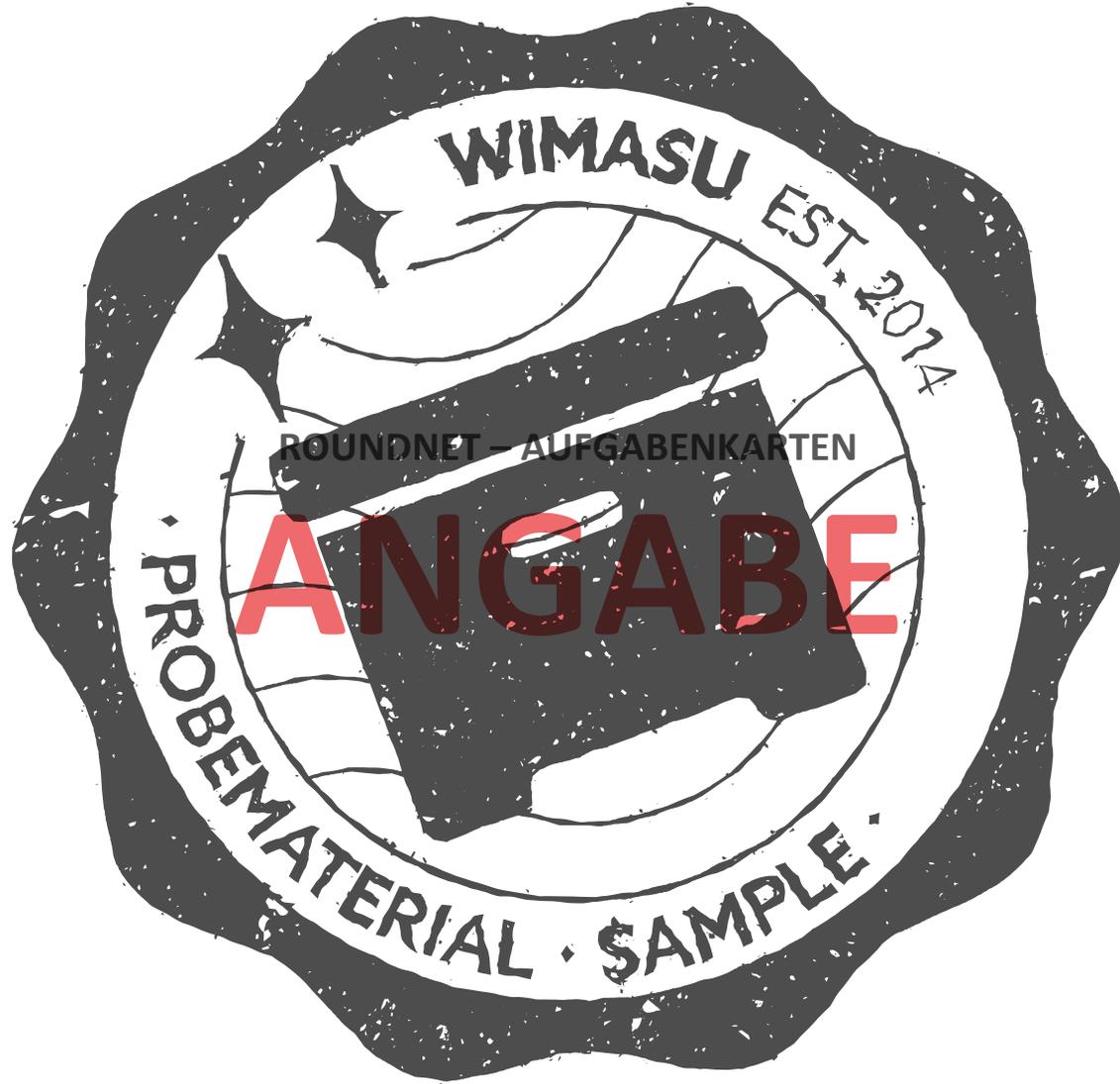


Zu schwierig? Wirf und fang den Ball zunächst und steigere dich langsam zum direkten Spiel!

Material:

1 Roundnet-Ball pro Person

BALLGEFÜHL

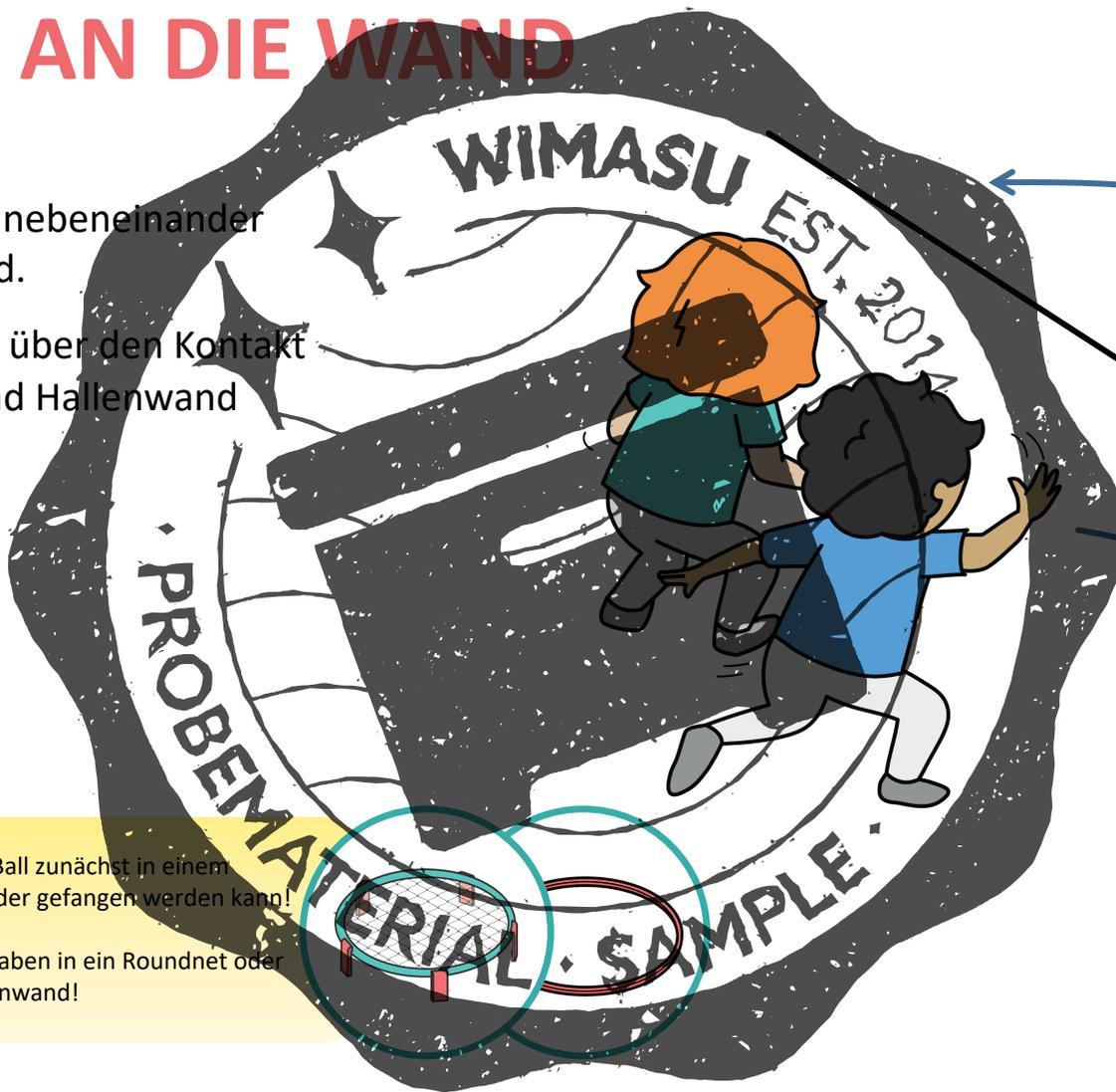


ANGABE AN DIE WAND

Stellt euch zu zweit nebeneinander vor eine Hallenwand.

Spielt euch den Ball über den Kontakt mit Hallenboden und Hallenwand gegenseitig zu!

Zählt eure Rekorde.



Zu schwierig? Werft den Ball zunächst in einem Winkel, in dem er gut wieder gefangen werden kann!

Zu einfach? Spielt die Angaben in ein Roundnet oder einen Reifen vor der Hallenwand!

Material:

1 Roundnet-Ball für 2 Personen

ANGABE

ANGABEN-GOLF



Stellt euch zu zweit ca. 2 Meter entfernt vor das Ziel!

Alle haben jeweils 5 Versuche, den Ball mit der flachen Hand von unten in den Kasten zu schlagen.

Ein Treffer in den Kasten zählt **3 Punkte**.
Wird die Matte getroffen, gibt es **1 Punkt**.

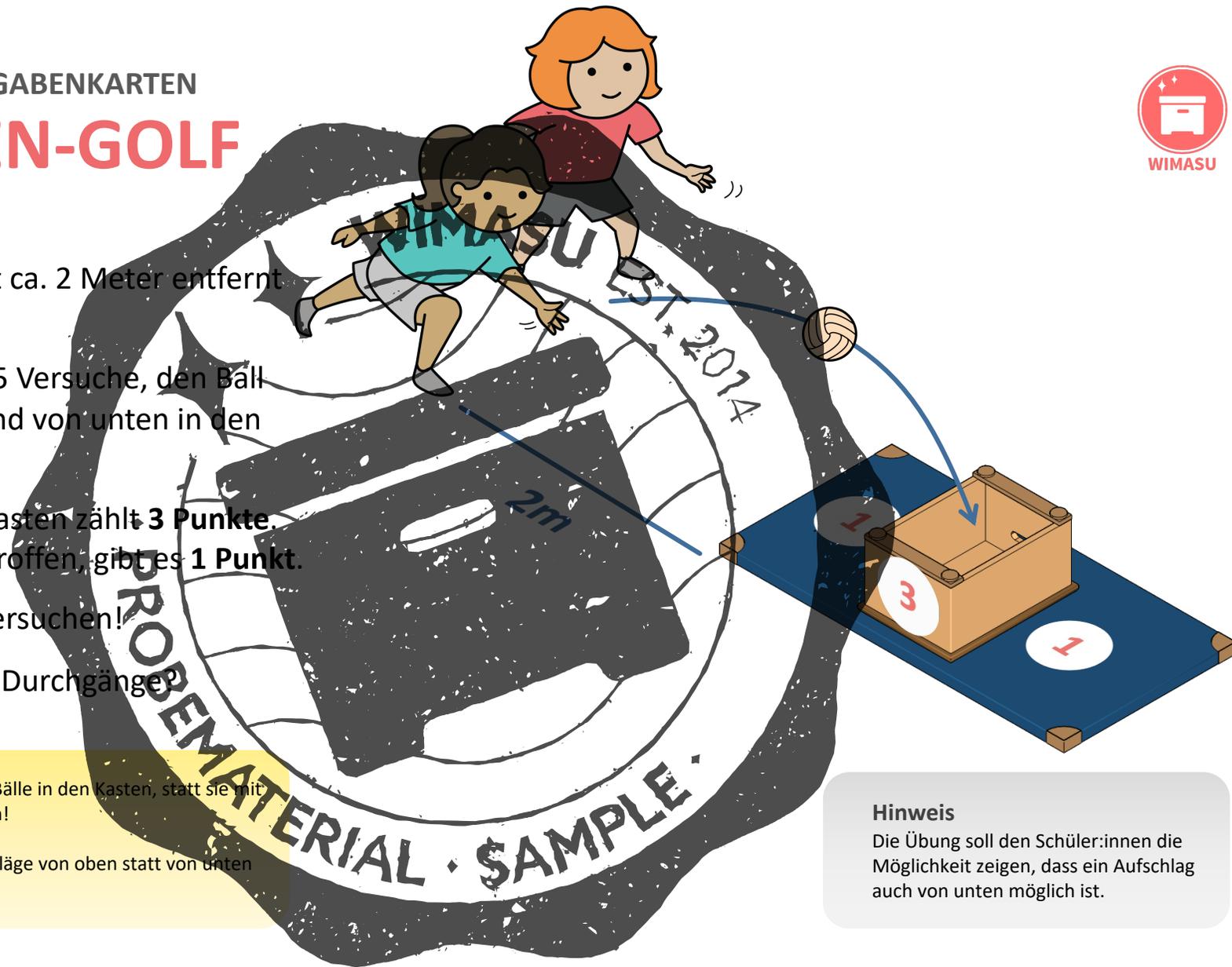
Wechselt nach 5 Versuchen!

Wer gewinnt mehr Durchgänge?



Zu schwierig? Werft die Bälle in den Kasten, statt sie mit der Handfläche zu spielen!

Zu einfach? Führt die Schläge von oben statt von unten aus!



Hinweis

Die Übung soll den Schüler:innen die Möglichkeit zeigen, dass ein Aufschlag auch von unten möglich ist.

Material:

1 kleiner Kasten, 1 Turnmatte, 1 Roundnet-Ball für 2 oder mehr Personen

ANGABE

ANGABENDUELL



Startet am ersten Hütchen, welches nah am Netz steht. **Spielt** eine Angabe ins Netz!

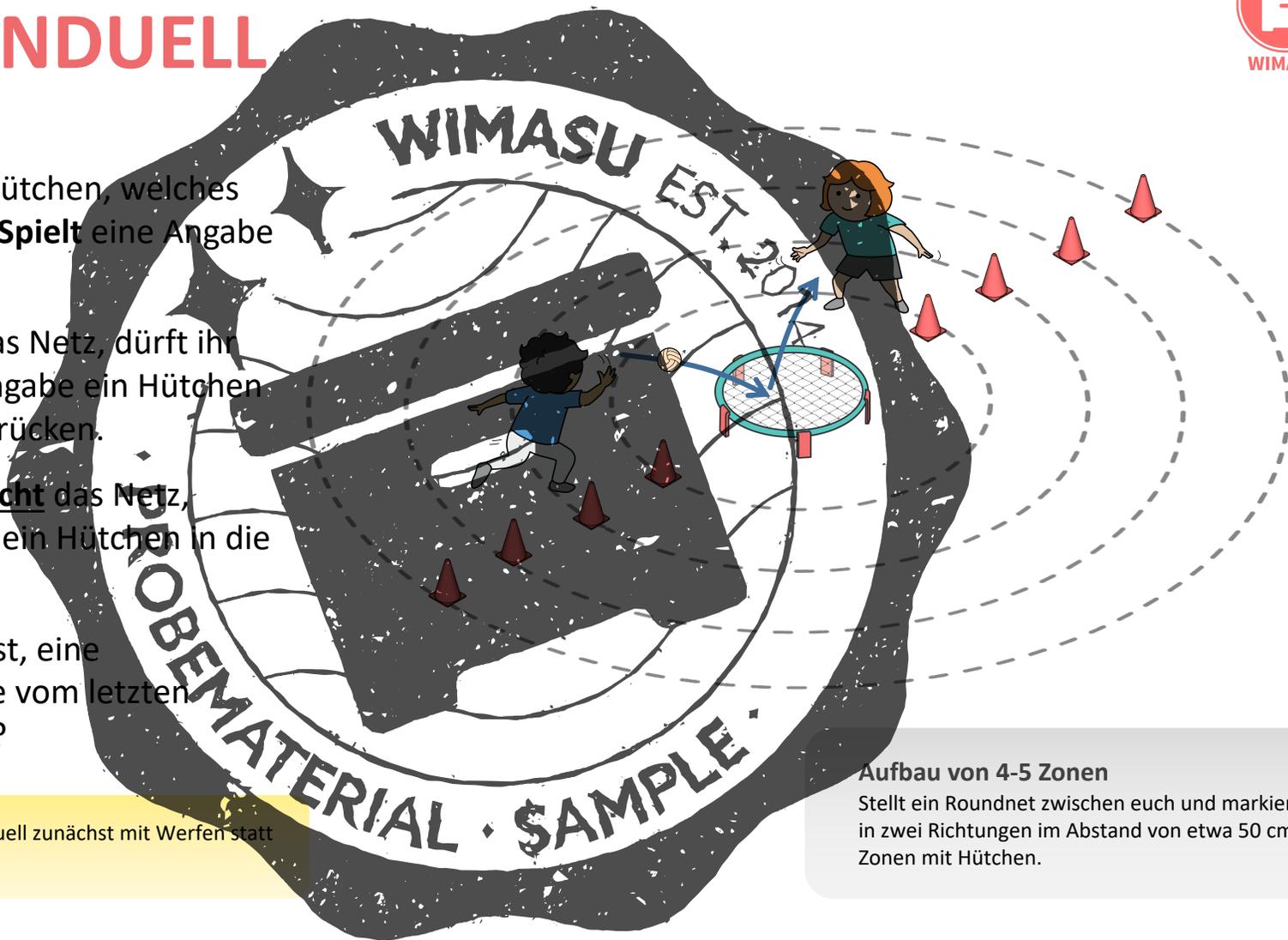
Trifft die Angabe das Netz, dürft ihr bei der nächsten Angabe ein Hütchen weiter nach hinten rücken.

Trifft die Angabe nicht das Netz, wandert ihr wieder ein Hütchen in die Mitte.

Wer schafft es zuerst, eine erfolgreiche Angabe vom letzten Hütchen zu spielen?



Zu schwierig? Spielt das Duell zunächst mit Werfen statt Schlagen.



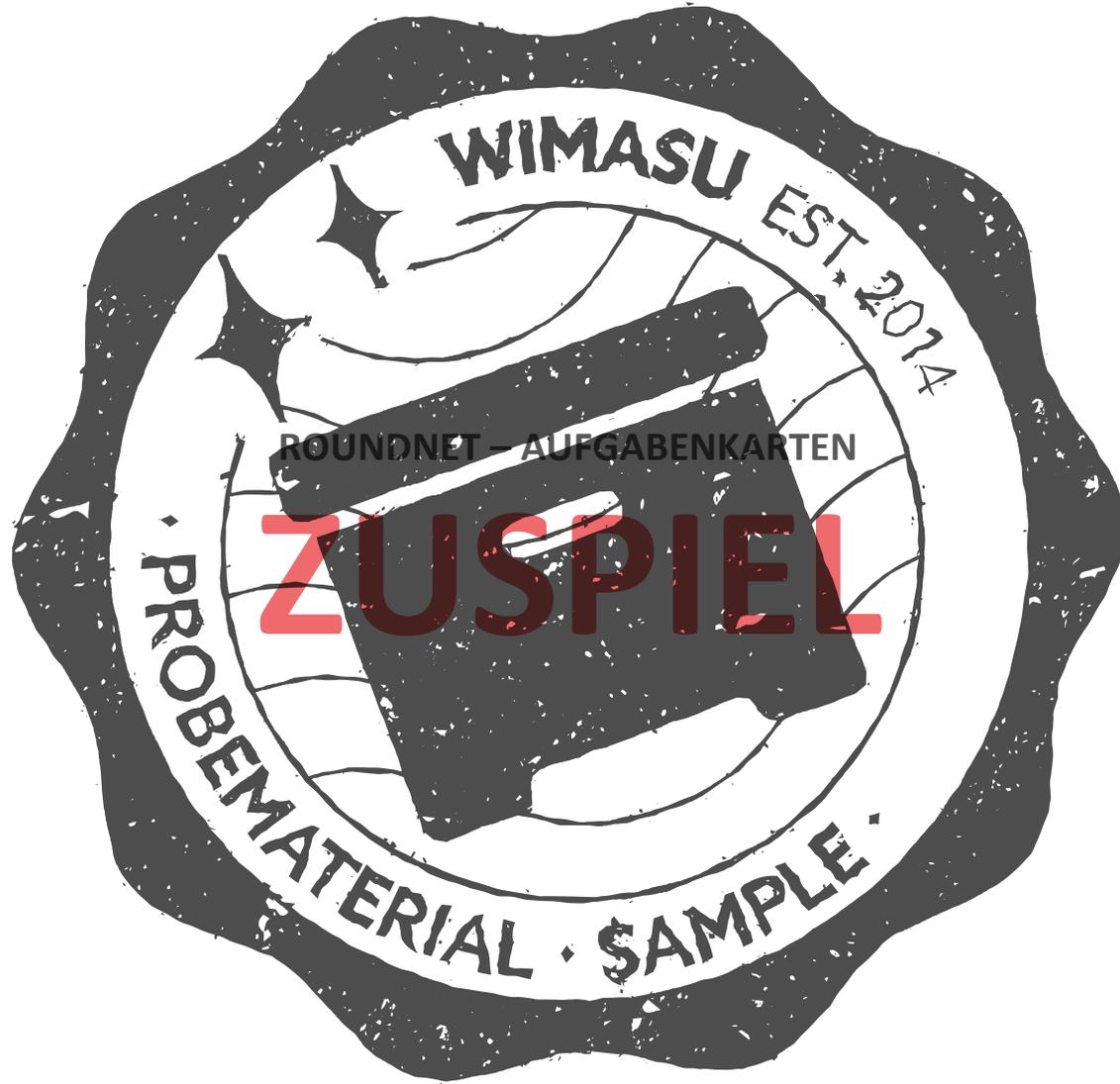
Aufbau von 4-5 Zonen

Stellt ein Roundnet zwischen euch und markiert in zwei Richtungen im Abstand von etwa 50 cm Zonen mit Hütchen.

Material:

1 Roundnet, 1 Roundnet-Ball, 8-10 Hütchen für 2 oder mehr Personen

ANGABE

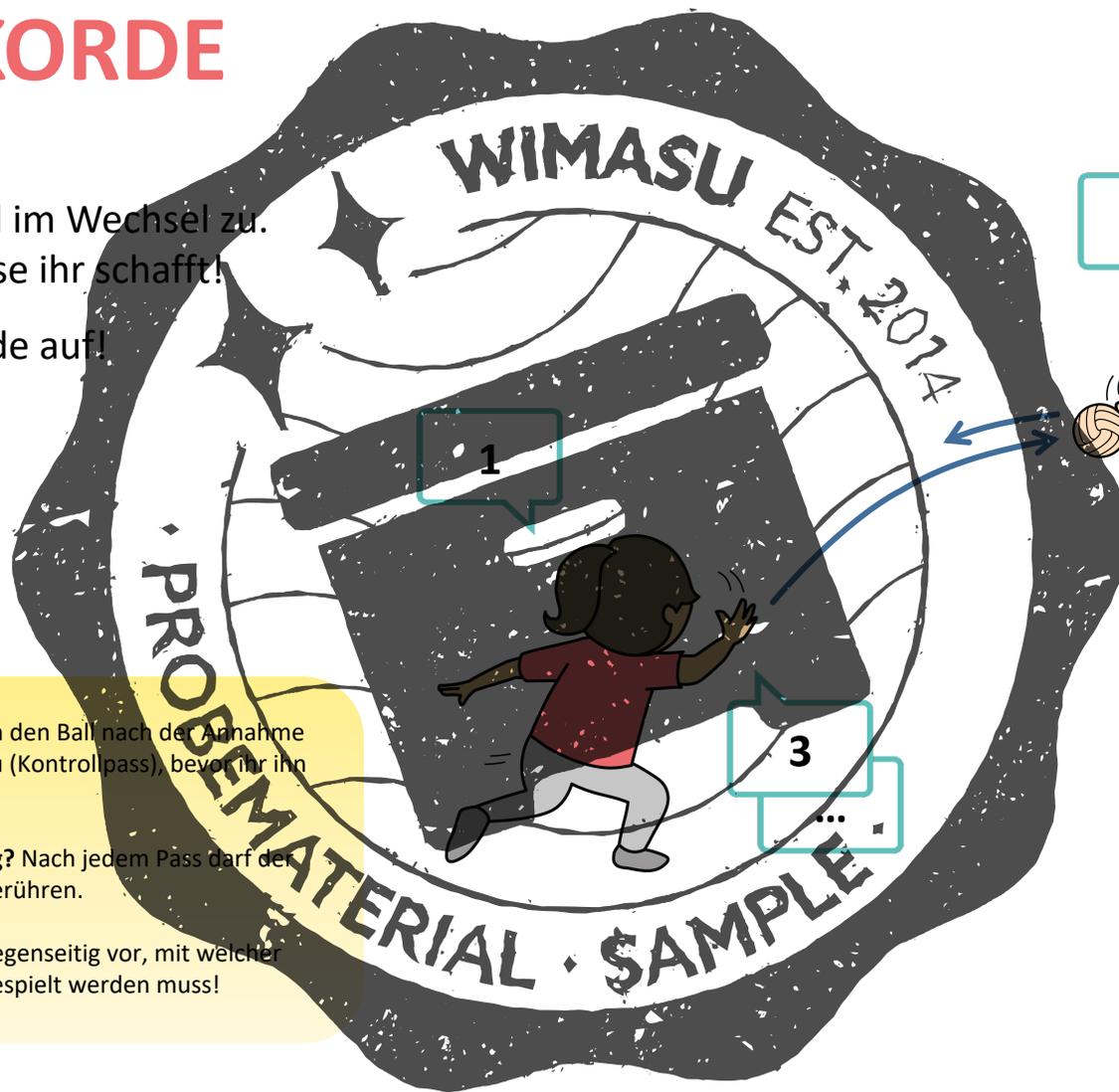


PASSREKORDE



Spielt euch den Ball im Wechsel zu.
Zählt, wie viele Pässe ihr schafft!

Stellt eigene Rekorde auf!



© WIMASU



Zu schwierig? Spielt euch den Ball nach der Annahme zunächst einmal selbst zu (Kontrollpass), bevor ihr ihn zurückpasst!

Immer noch zu schwierig? Nach jedem Pass darf der Ball einmal den Boden berühren.

Zu einfach? Gebt euch gegenseitig vor, mit welcher Hand der nächste Pass gespielt werden muss!

Material:

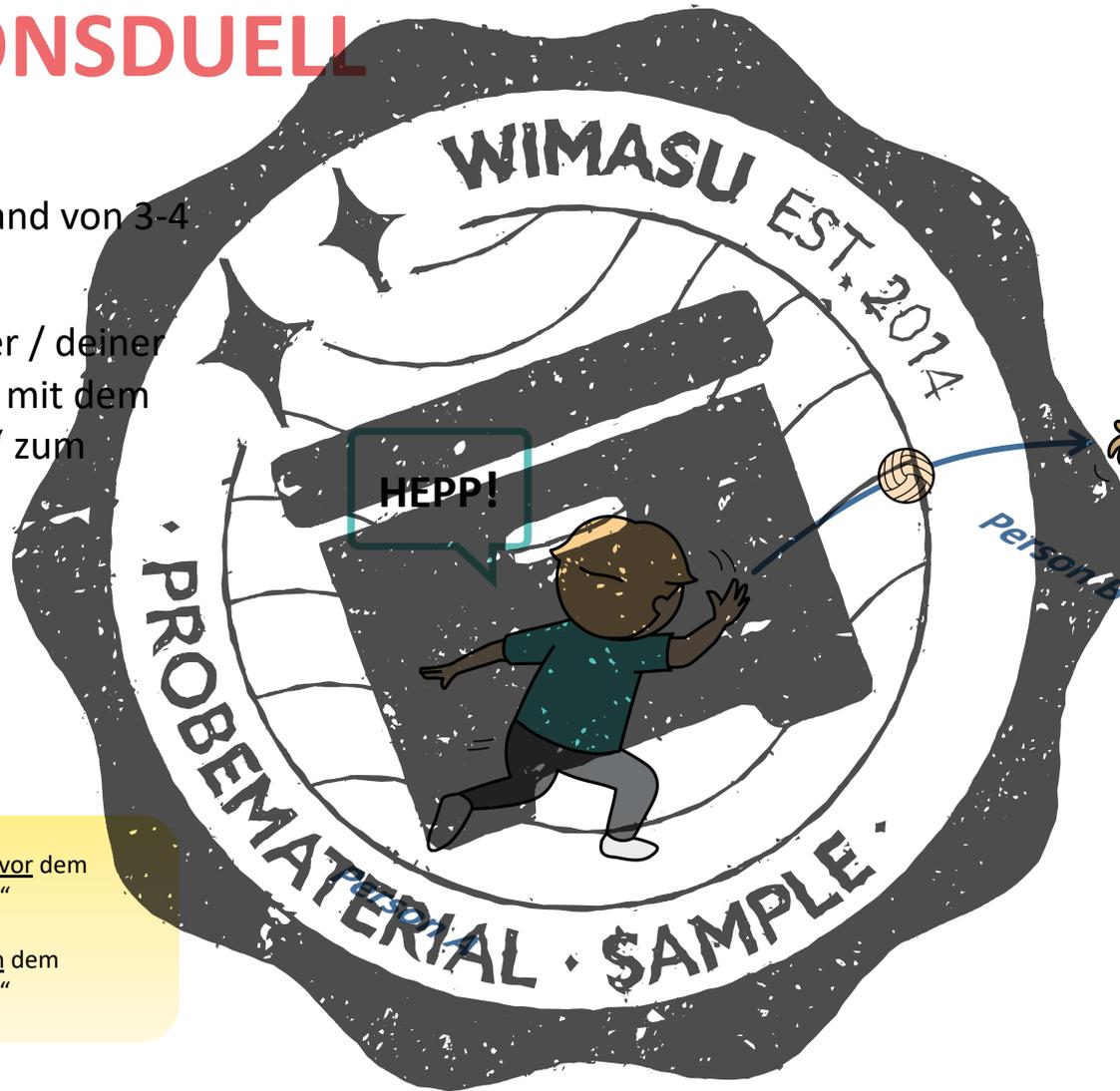
1 Roundnet-Ball für 2 Personen

ZUSPIEL

REAKTIONSDUELL

Stellt euch im Abstand von 3-4 Metern auf.

Wirf deinem Partner / deiner Partnerin denn Ball mit dem Kommando „Hepp“ zum Umdrehen zu.



Zu schwierig? Ruft schon vor dem Werfen des Balles „Hepp!“

Zu einfach? Ruft erst nach dem Werfen des Balles „Hepp!“

Material:

1 Roundnet-Ball für 2 Personen

ZUSPIEL

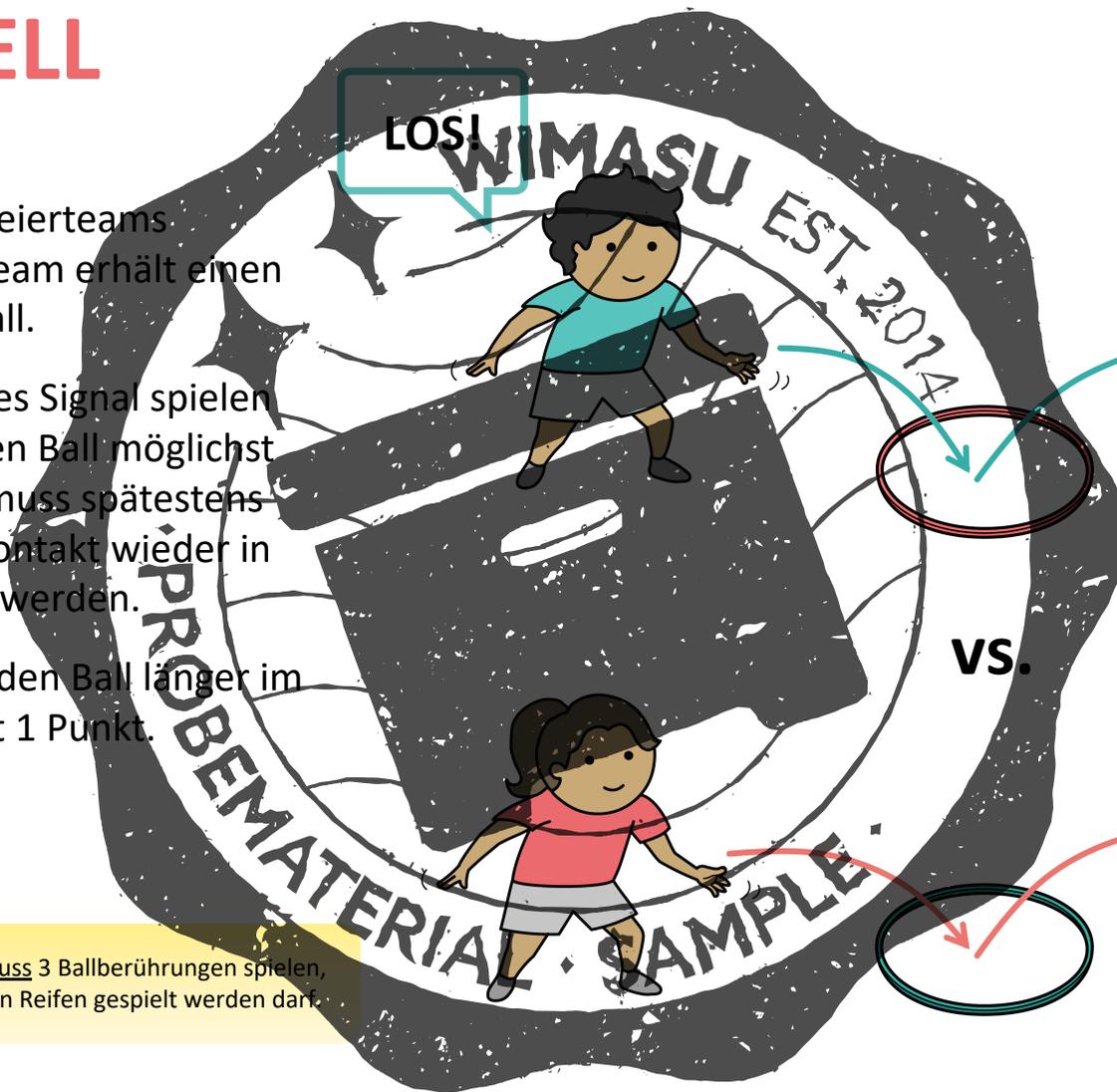
PASSDUELL



Findet euch in 2 Zweierteams zusammen. Jedes Team erhält einen Reifen und einen Ball.

Auf ein gemeinsames Signal spielen sich beide Teams den Ball möglichst häufig zu. Der Ball muss spätestens nach dem dritten Kontakt wieder in den Reifen gespielt werden.

Das Team, welches den Ball länger im Spiel hält, bekommt 1 Punkt.



© WIMASU



Zu einfach? Jedes Team muss 3 Ballberührungen spielen, bevor der Ball zurück in den Reifen gespielt werden darf.

Material:

2 Roundnet-Bälle, 2 Reifen für 4 Personen

ZUSPIEL

AUSTRICKSEN IM 2 GEGEN 1



Stellt euch zu dritt an ein Roundnet und teilt zwei Teams (2 gegen 1) ein.

Der Einzelspieler schlägt den Ball so aufs Netz, dass das gegnerische Team ihn gut annehmen kann (Brusthöhe).

Das Zweierteam versucht den Ball so zurück auf das Netz zu spielen, dass der Einzelspieler den Ball nach dem Netzkontakt nicht mehr berühren kann.

Das Zweierteam muss vor dem Netzkontakt mindestens einen Pass spielen. Spielt bis 11 und wechselt dann die Teams!



© WIMASU



Tipp: Wenn ihr nach einem Pass um das Netz herumläuft, hat es der/die Einzelspieler:in schwerer, den Ball noch zu berühren.

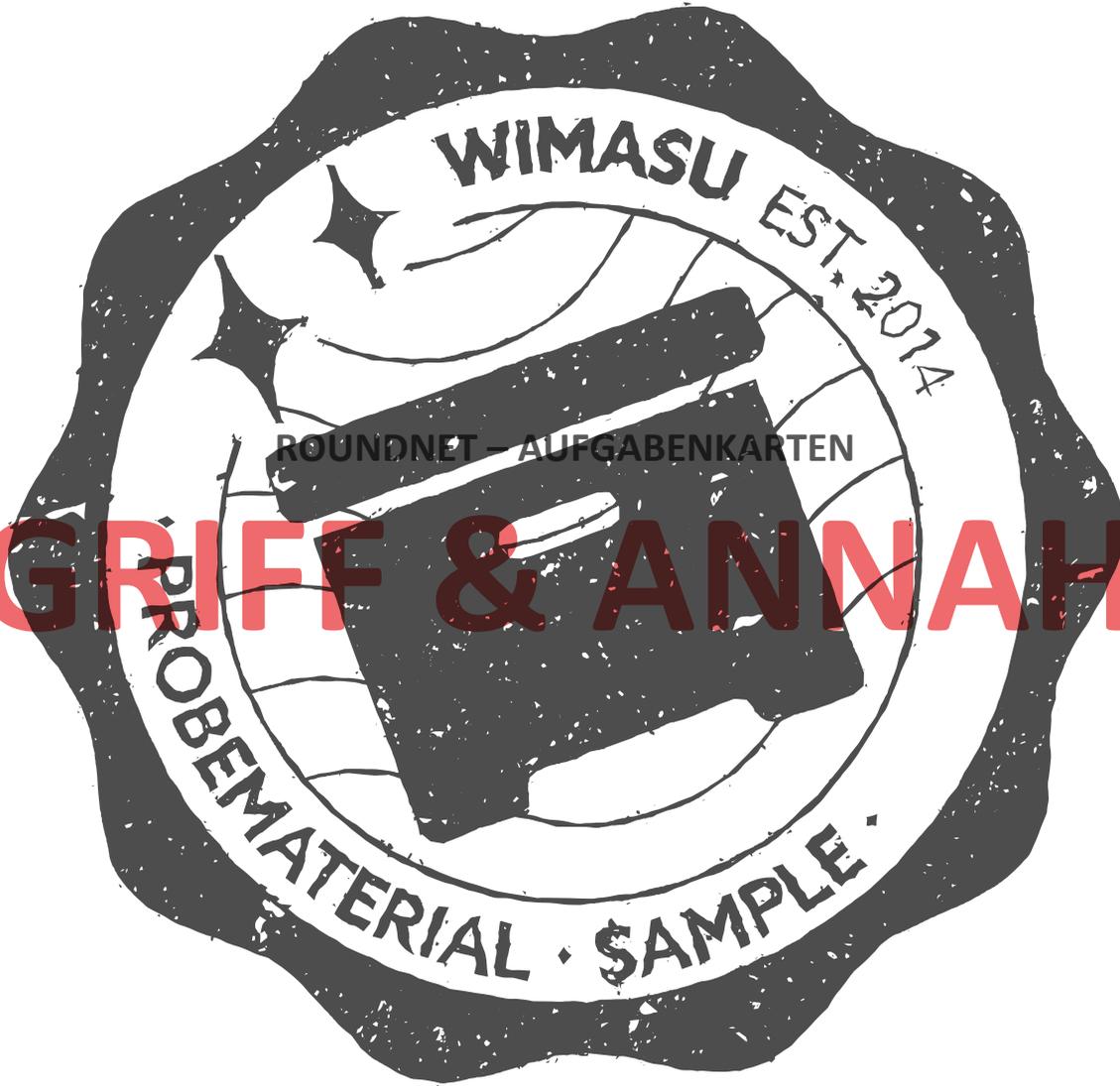
Hinweis

Die Übung trägt dazu bei, dass die Schüler:innen den Vorteil des 360°-Spiels kennenlernen.

Material:

1 Roundnet, 1 Roundnet-Ball für 3 Personen

ZUSPIEL



ANGRIFF & ANNAHME

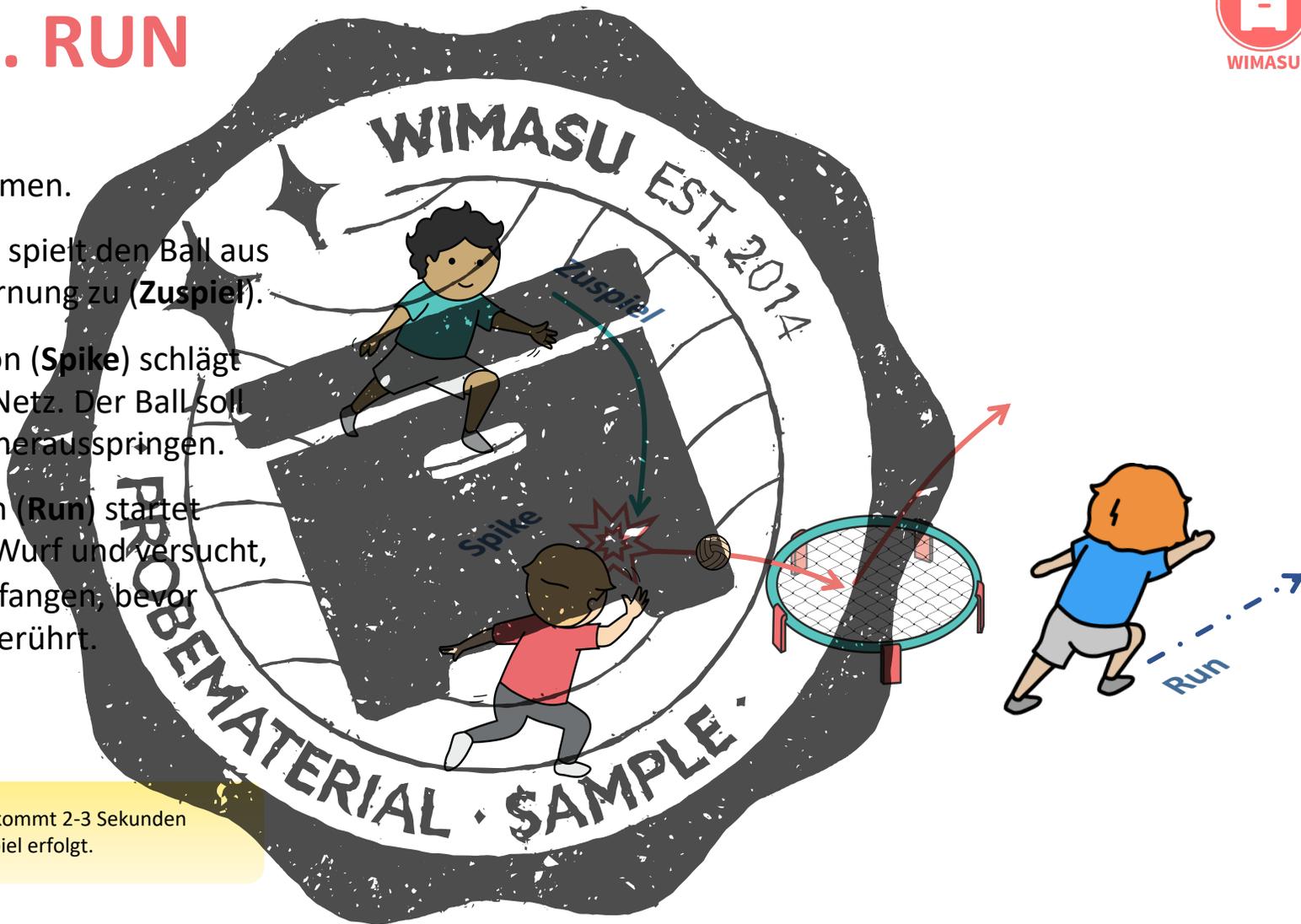
SPIKE VS. RUN

Geht zu dritt zusammen.

(1) Die erste Person spielt den Ball aus ca. 1-2 Meter Entfernung zu (**Zuspiel**).

(2) Die zweite Person (**Spike**) schlägt den Ball kräftig ins Netz. Der Ball soll weit aus dem Netz herauspringen.

(3) Die dritte Person (**Run**) startet zeitgleich mit dem Wurf und versucht, den „Spike-Ball“ zu fangen, bevor dieser den Boden berührt.



Zu schwierig? Der Run bekommt 2-3 Sekunden Vorsprung, bevor das Zuspiel erfolgt.

Material:

1 Roundnet, 1 Roundnet-Ball für 3 Personen

ANGRIFF & ANNAHME

LEITER-ROUNDNET

Stellt ein Roundnet ca. 2 Meter vor eine Wand und markiert an der Wand mit Klebeband Bereiche im Abstand von ca. 50 Zentimetern, ähnlich wie eine Leiter.

Stellt euch nun etwa 1,5 Meter vor das Roundnet.

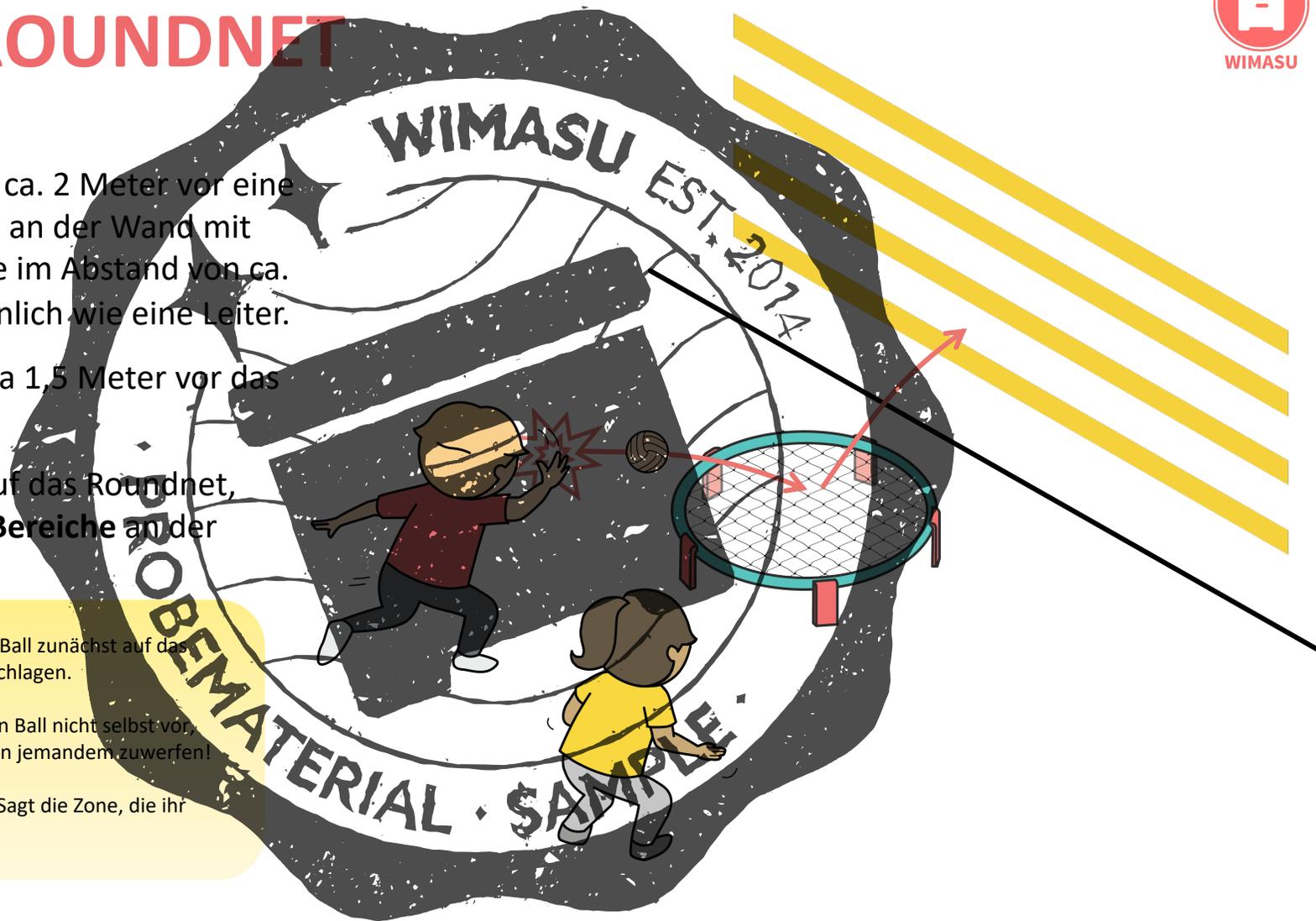
Spielt den Ball so auf das Roundnet, dass ihr **jeden der Bereiche** an der Wand einmal trifft.



Zu schwierig? Werft den Ball zunächst auf das Netz, statt ihn volley zu schlagen.

Zu einfach? Legt euch den Ball nicht selbst vor, sondern lasst ihn euch von jemandem zuwerfen!

Immer noch zu einfach? Sagt die Zone, die ihr treffen wollt, vorher an!



Material:

1 Roundnet, 1 Roundnet-Ball, Klebeband für 2 oder mehr Personen

ANGRIFF & ANNAHME



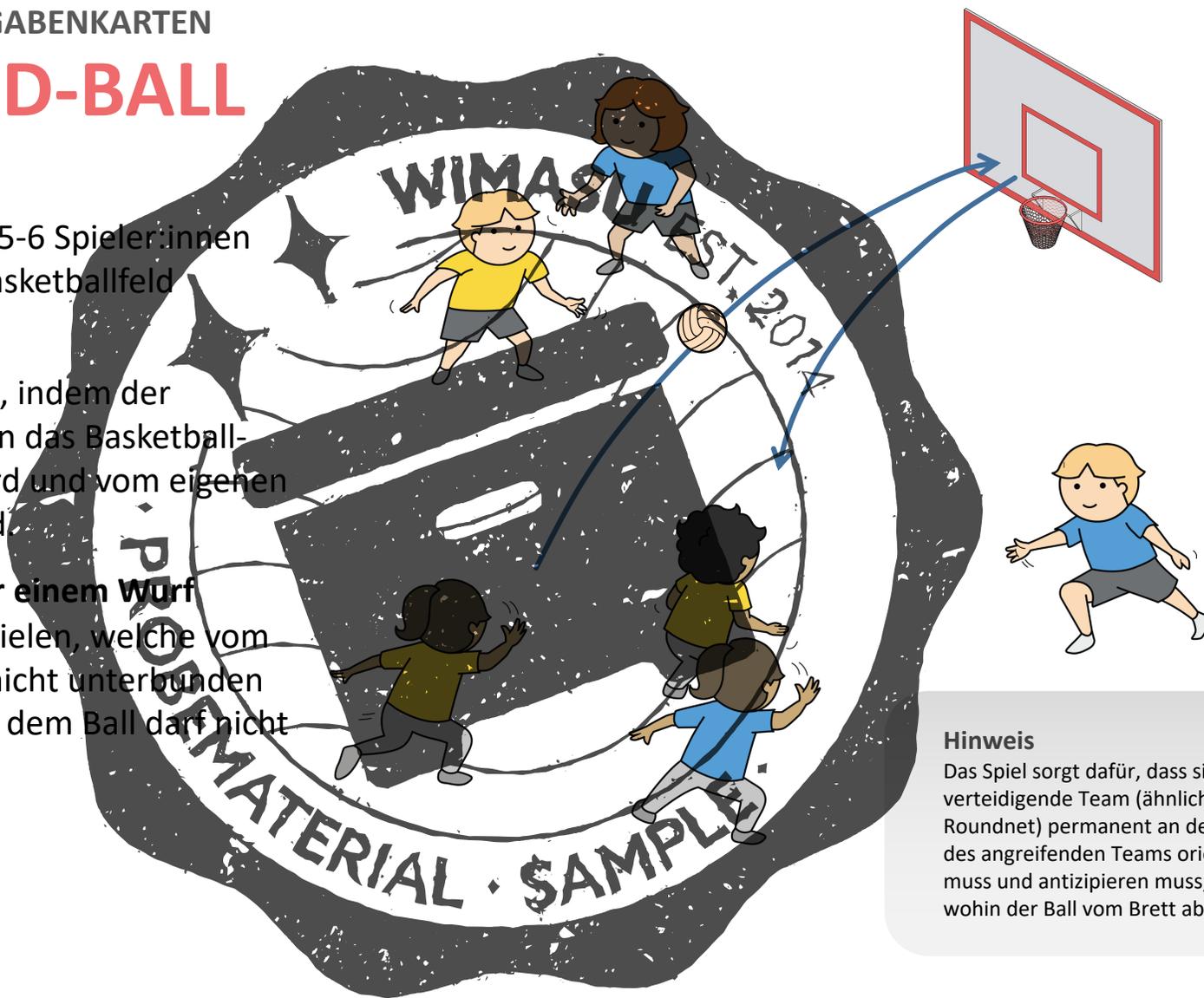
ROUNDNET – AUFGABENKARTEN

REBOUND-BALL

Zwei Teams aus ca. 5-6 Spieler:innen treten auf einem Basketballfeld gegeneinander an.

1 Punkt wird erzielt, indem der Roundnet-Ball gegen das Basketball-Board geworfen wird und vom eigenen Team gefangen wird.

Jedes Team darf **vor einem Wurf maximal 5 Pässe** spielen, welche vom generischen Team nicht unterbunden werden dürfen. Mit dem Ball darf nicht gelaufen werden.



Hinweis

Das Spiel sorgt dafür, dass sich das verteidigende Team (ähnlich wie beim Roundnet) permanent an der Position des angreifenden Teams orientieren muss und antizipieren muss, wie und wohin der Ball vom Brett abprallt.

Material:

1 oder 2 Basketballkörbe, 1 Roundnet-Ball, Leibchen

MINISPIELE

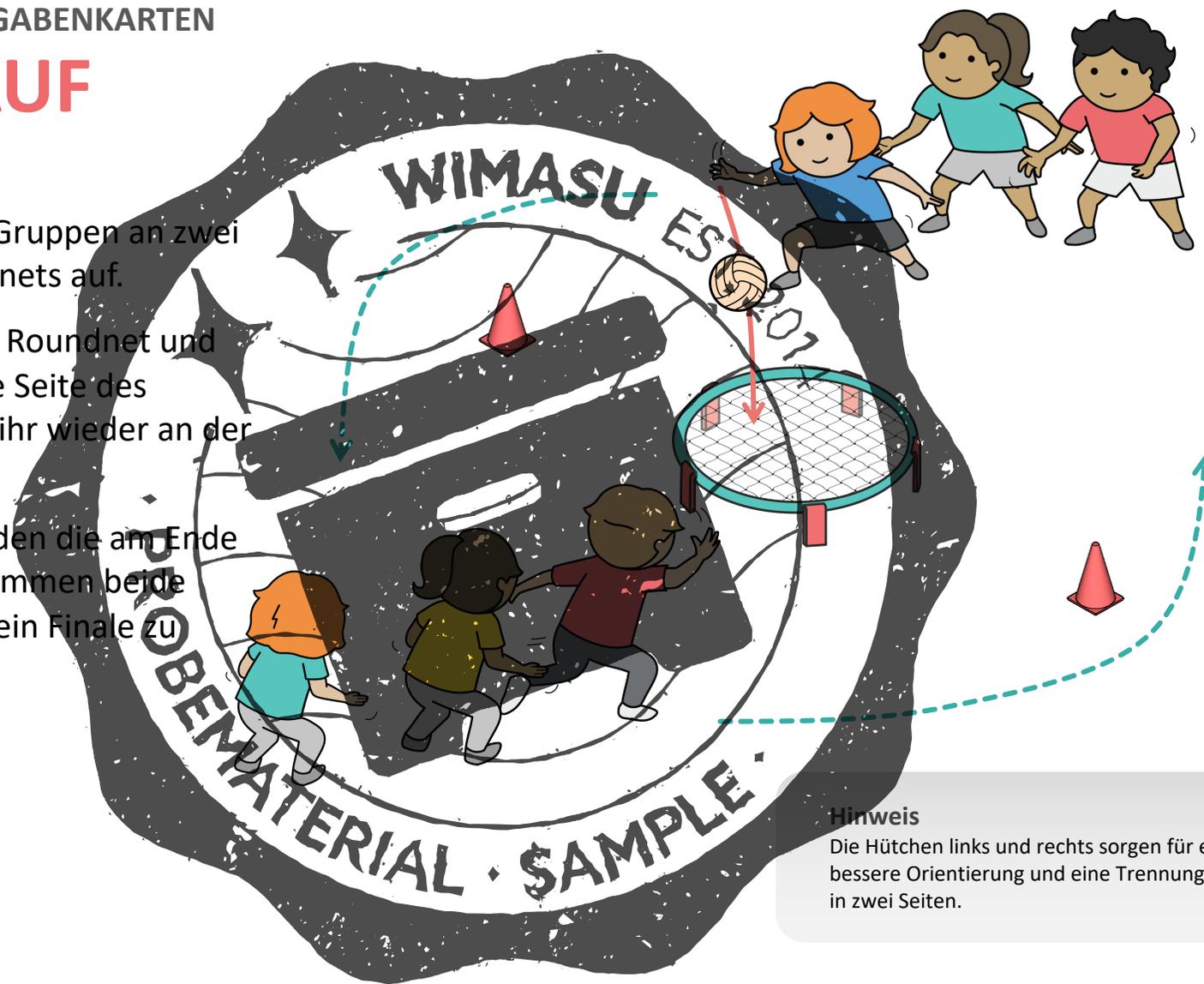
RUNDLAUF



Stellt euch in zwei Gruppen an zwei Seiten eines Roundnets auf.

Schlagt den Ball ins Roundnet und lauft auf die andere Seite des Feldes. Wartet, bis ihr wieder an der Reihe seid.

Die beiden Spielenden die am Ende übrig bleiben, bekommen beide einen Punkt, ohne ein Finale zu spielen.



Hinweis

Die Hütchen links und rechts sorgen für eine bessere Orientierung und eine Trennung des Feldes in zwei Seiten.

Material:

1 Roundnet, 1 Roundnet-Ball, 2 Hütchen

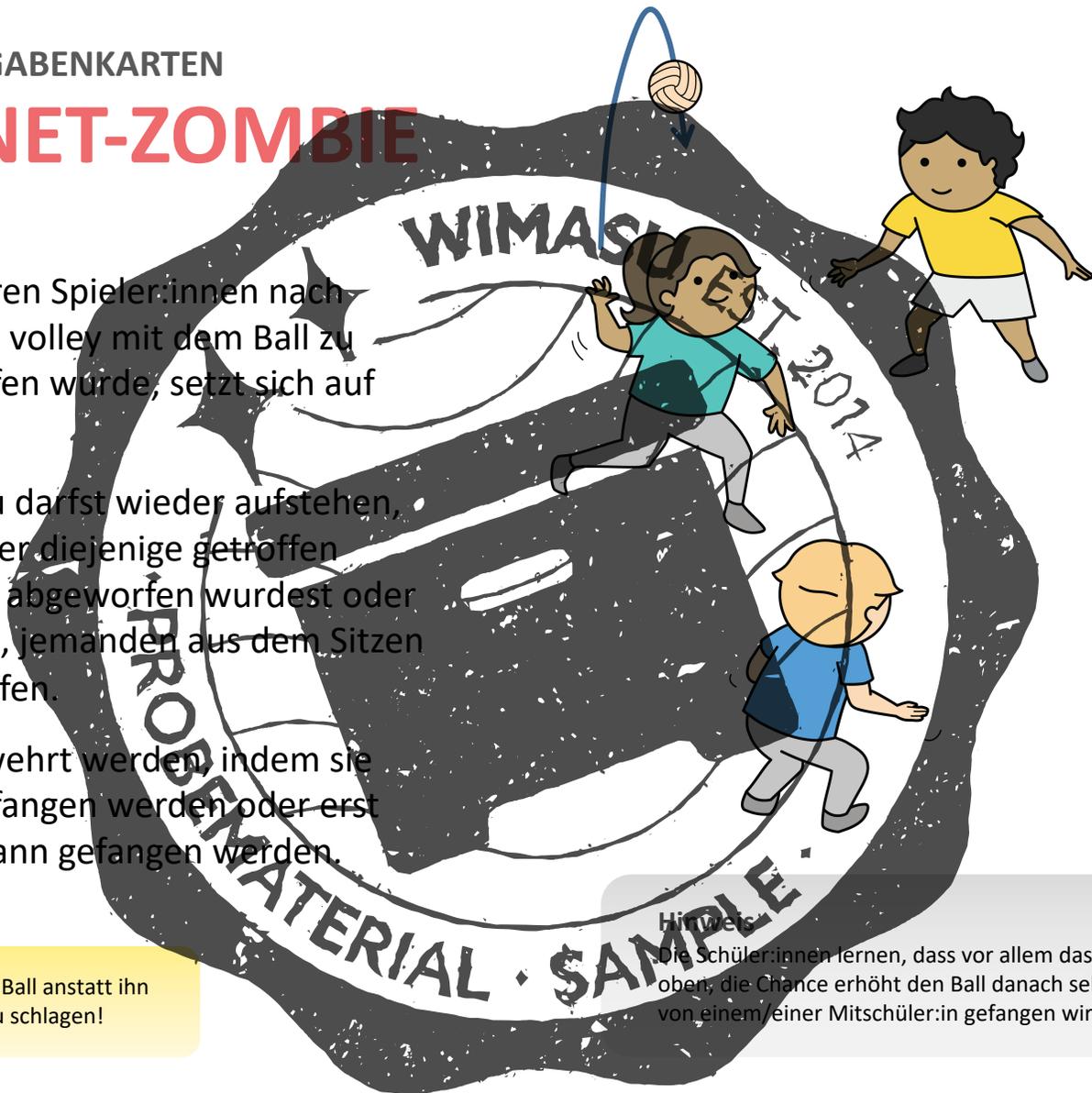
ROUNDNET-ZOMBIE



Ziel ist es, die anderen Spieler:innen nach einem Selbstzuspiel volley mit dem Ball zu treffen! Wer getroffen wurde, setzt sich auf den Boden.

Befreiungsregel: Du darfst wieder aufstehen, wenn wenn der- oder diejenige getroffen wurde, von dem du abgeworfen wurdest oder wenn du es schaffst, jemanden aus dem Sitzen mit dem Ball zu treffen.

Bälle können abgewehrt werden, indem sie entweder direkt gefangen werden oder erst hochgespielt und dann gefangen werden.



Zu schwierig? Werft den Ball anstatt ihn anzuwerfen und volley zu schlagen!

Hinweis

Die Schüler:innen lernen, dass vor allem das Abwehren eines Balles nach oben, die Chance erhöht den Ball danach selbst zu fangen oder dass er von einem/einer Mitschüler:in gefangen wird.

Material:
4-5 Roundnet-Bälle

MINISPIELE

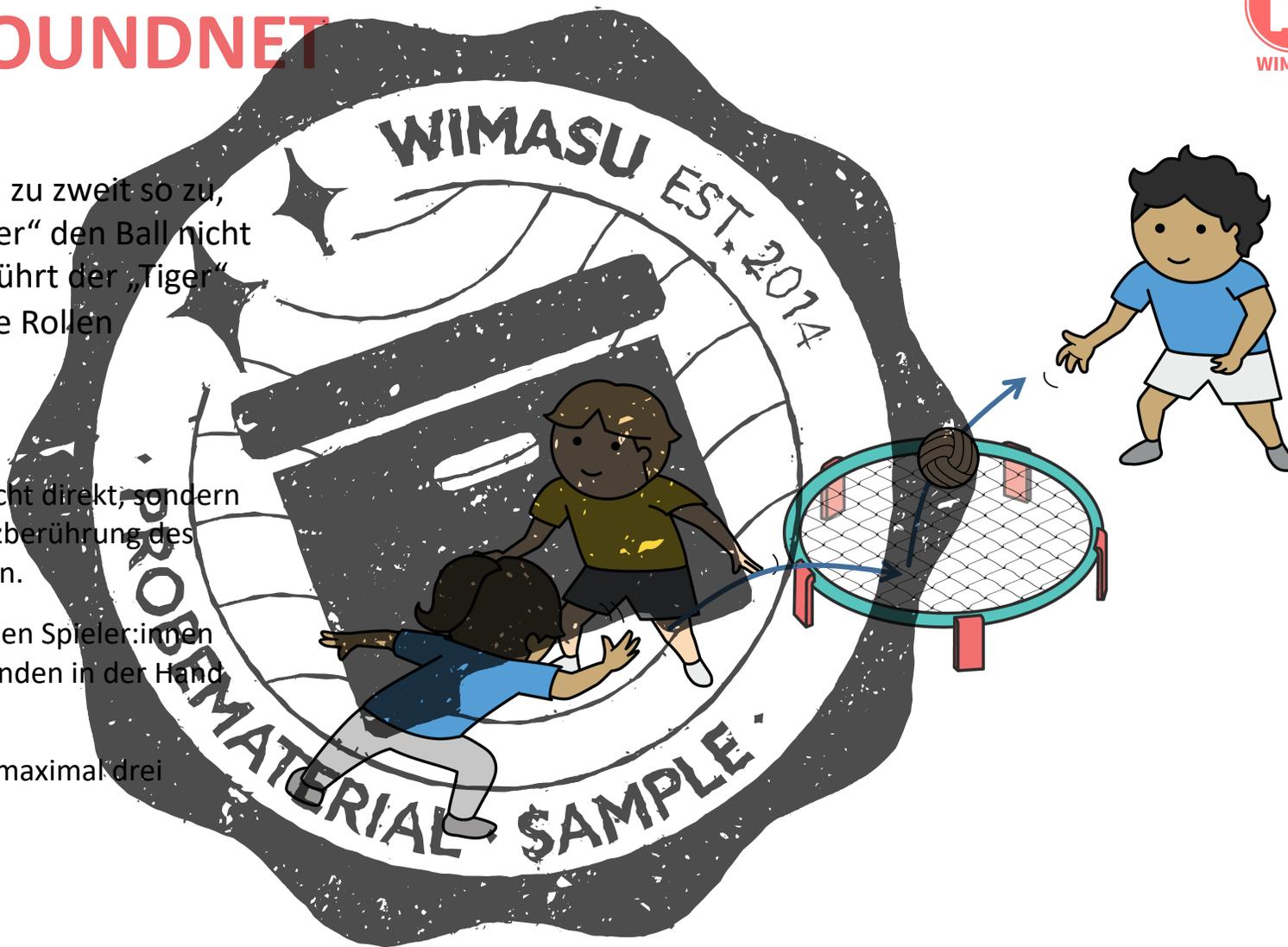
TIGER-ROUNDNET



Werft euch den Ball zu zweit so zu, dass ein dritter „Tiger“ den Ball nicht berühren kann. Berührt der „Tiger“ den Ball, werden die Rollen getauscht.

Spielregeln:

- Zuspiele dürfen nicht direkt, sondern nur über eine Netzberührung des Roundnets erfolgen.
- Der Ball darf von den Spieler:innen maximal drei Sekunden in der Hand gehalten werden.
- Mit dem Ball sind maximal drei Schritte erlaubt.



Material:

1 Roundnet, 1 Roundnet-Ball

NOCH NICHT GENUG VON ROUNDNET?



In Simons Unterrichtsvorhaben „Roundnet“ steht die **Entwicklung der Spielidee auch ohne Netze im Vordergrund**. Geht es dir darum, die Spielidee zu vermitteln, sodass es zu deiner Klasse und zu deinem Geräteraum passt, dann ist diese Reihe die perfekte Ergänzung zu dieser Übungssammlung.

Hier gibt es mehr Infos zur Reihe:

<https://wimasu.de/shop/roundnet/>

