

Roundnet: Niveauangepasste Spielformen

Damit ein erfolgreicher Aufbau der Sportart und niveaueingemessene Lektionen gelingen, sollen die Lernenden schrittweise zur Endform herangeführt werden. Die folgenden sechs Spielformen (Stufen) sind aufbauend konzipiert und bieten den Lernenden mit Reflexionsfragen und Übungen einen leichten Zugang.

Für alle Spielformen müssen, wie in der Endform, pro Roundnet-Netz vier Spieler/-innen in zwei Teams à zwei Spieler/-innen eingeteilt werden. Pro Gruppe braucht es einen Ball. Für den korrekten Aufbau sind die folgenden Begriffe zentral, damit die Bälle zwischen den Spielenden nicht nur hin und her und auf das Netz geworfen und gefangen werden, sondern mit der Zeit zugepasst, geschlagen oder direkt angenommen und weitergespielt werden können (Download: «[Technik](#)», pdf).

Zuwerfen



Der/die Spieler/-in wirft den Ball der/dem Mitspieler/-in zu.

Zupassen



Der/die Spieler/-in wirft sich den zuvor gefangenen Ball selbst vor und passt den Ball anschliessend mit einem kurzen Kontakt zum/zur Mitspieler/-in.

Direkt zupassen



Der/die Spieler/-in passt den Ball direkt zum/zur Mitspieler/-in, ohne den Ball zu fangen.

Werfen



Der/die Spieler/-in wirft den gefangenen Ball aufs Netz.

Schlagen



Der/die Spieler/-in wirft sich den gefangenen Ball selbst vor und schlägt ihn dann mit einer Schlagbewegung aufs Netz.

Direkt schlagen



Der/die Spieler/-in schlägt den Ball direkt aufs Netz.

Stufe 1 – Fangen und werfen

Den Ball so auf das Netz werfen, sodass das gegnerische Team ihn nicht fangen kann.

Vier Spieler/-innen pro Netz.

Ein Ballwechsel beginnt immer mit einem Wurf auf das Netz aus der Grundposition.

1. Ballberührung: fangen, zuwerfen
2. Ballberührung: fangen, zuwerfen
3. Ballberührung: fangen, auf das Netz werfen (auf das Netz)

Bemerkungen

- Ball berührt den Rand, kommt 2x aufs Netz oder fällt auf den Boden = Fehler.
- Maximal drei Ballberührungen.
- Das Team in Ballbesitz darf vom gegnerischen Team nicht behindert werden.
- Jenes Team, das den Punkt erzielt, hat Aufschlag.

Mögliche Reflexionsfragen: [Taktik B1-3](#); [Technik ZU1, AN1](#)

Mögliche Übungen: [Passen](#); [Zuwerfen](#)

Stufe 2 – Fangen, passen und werfen

Den Ball auf das Netz werfen, sodass das gegnerische Team ihn nicht fangen kann.

Vier Spieler/-innen pro Netz.

Ein Ballwechsel beginnt immer mit einem Wurf auf das Netz aus der Grundposition.

1. Ballberührung: fangen, zupassen
2. Ballberührung: fangen, zupassen
3. Ballberührung: fangen, auf das Netz werfen

Bemerkungen

- Regeln wie in Stufe 1.
- Neu: Ball zupassen anstatt zuwerfen.

Mögliche Reflexionsfragen: [Taktik B3-4](#); [Technik ZU2, AN1](#)

Mögliche Übungen: [Passen: Zuwerfen](#), [Passen: Exploratives passen](#)

Stufe 3 – Fangen, passen und schlagen

Den Ball auf das Netz schlagen, sodass das gegnerische Team ihn nicht fangen kann.

Vier Spieler/-innen pro Netz.

Neu: Aufschlag wird auf das Netz geschlagen anstatt geworfen.

1. Ballberührung: fangen, zupassen
2. Ballberührung: fangen, zupassen
3. Ballberührung: fangen, auf das Netz schlagen

Bemerkungen

- Regeln wie in Stufe 2.
- Neu: Angriff wird auf das Netz geschlagen anstatt geworfen.

Mögliche Reflexionsfragen: [Taktik B1-5](#); [Technik ZU2, AN2, VE1, AU1](#)

Mögliche Übungen: [Passen: Exploratives Passen](#), [Angriff: Schlagübungen](#), [Angriff: Rund um die Uhr](#), [Aufschlag: Variationen](#)

Stufe 4 – Fangen, passen und direkt schlagen

Den Ball direkt auf das Netz schlagen, sodass das gegnerische Team ihn nicht fangen kann.

Vier Spieler/-innen pro Netz.

Ein Ballwechsel beginnt immer mit einem Aufschlag auf das Netz aus der Grundposition.

1. Ballberührung: fangen, zupassen
2. Ballberührung: fangen, zupassen
3. Ballberührung: direkt auf das schlagen

Bemerkungen

- Regeln wie in Stufe 3.
- Neu: Vor der letzten Ballberührung darf der Ball nicht mehr gefangen werden, sondern muss direkt auf das Netz geschlagen werden.

Mögliche Reflexionsfragen: [Taktik B6-7, F2-3](#); [Technik ZU2, AN2, AU1](#)

Mögliche Übungen: [Angriff: Schlagübungen](#), [Angriff: Rund um die Uhr](#), [Aufschlag: Variationen](#)

Stufe 5 – Fangen, direkt passen und direkt schlagen

Den Ball direkt auf das Netz schlagen, sodass das gegnerische Team ihn nicht fangen kann.

Vier Spieler/-innen pro Netz.

Ein Ballwechsel beginnt immer mit einem Aufschlag auf das Netz aus der Grundposition.

1. Ballberührung: fangen, zupassen
2. Ballberührung: direkt zupassen
3. Ballberührung: direkt auf das Netz schlagen

Bemerkungen

- Regeln wie in Stufe 4.
- Neu: Nach der Annahme, wird der Ball zugepasst und darf nicht mehr gefangen werden, sondern nur noch direkt gepasst und direkt auf das Netz geschlagen werden.

Mögliche Reflexionsfragen: [Taktik B6-7, F1-4](#); [Technik ZU2, VE1-2, AU1](#)

Mögliche Übungen: [Passen: Exploratives Passen](#), [Passen: In Bewegung](#), [Verteidigen: Body Block](#), [Aufschlag: Variationen](#)

Stufe 6 – Endform Roundnet

Den Ball direkt auf das Netz schlagen, sodass das gegnerische Team ihn nicht retournieren kann.

Vier Spieler/-innen pro Netz.

Ein Ballwechsel beginnt immer mit einem Aufschlag auf das Netz aus der Grundposition.

1. Ballberührung: direkt annehmen/zupassen
2. Ballberührung: direkt zupassen
3. Ballberührung: direkt auf das Netz schlagen

Bemerkungen

- Regeln wie in Stufe 5.
- Neu: Der Ball darf nicht mehr gefangen werden. Alle Ballberührungen müssen direkt gepasst/geschlagen sein.

Mögliche Reflexionsfragen: [Taktik B1-5, F1-5](#); [Technik ZU2, AN1-2, VE1-2, AU1](#)

Mögliche Übungen: [Passen: Exploratives Passen](#), [Passen: In Bewegung](#), [Angriff: Schlagübungen](#), [Angriff: Rund um die Uhr](#), [Verteidigen: Body Block](#), [Aufschlag: Variationen](#)

Quelle: Stefan Müller und Ramon Felix, Mitgründer und Trainer Roundnet Club Bern



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO