

Hoe spikeball de nieuwe generatie in beweging brengt?

Van spel tot sport

Competitief, dynamisch en multi-didactisch; spikeball omvat bijna elk aspect van spel- en sportgericht bewegingsonderwijs. Het traint tegelijkertijd focus, teamgevoel, conditie en coördinatie. Wat dertig jaar geleden begon als een spel voor op het strand, groeide uit tot een internationale sport die jongeren wereldwijd in beweging brengt. De populaire sport is op meerdere niveaus leerzaam en relevant voor jongeren en is, in combinatie met een sterk curriculum, een vernieuwend onderdeel voor lesprogramma's op middelbare scholen. | Tekst Barbara Willems

Het spel met de gele 'trampoline' en bal werd al in 1989 op de markt gebracht, maar kwam in 2008 opnieuw onder de aandacht toen de Amerikaan Chris

Ruder het herintroduceerde onder de naam spikeball. Omdat hij het spel niet meer in de winkels kon vinden, maakte hij samen met vrienden een nieuwe versie die de merknaam Spikeball kreeg. Nog bekender werd het toen

Chris enkele jaren later in de TVshow 'Sharktank' spikeball presenteerde. Een jongensdroom kwam uit, het spel spikeball groeide de laatste jaren uit tot een officiële sport die roundnet wordt genoemd.

Olympische sport

Roundnet is op weg een Olympische Sport te worden, zo was afgelopen zomer in dagblad Trouw te lezen. Het is de Internationale Roundnet Federatie die de aanvoerder is in deze ambitie. Met 36 aangesloten bonden wereldwijd zet zij zich in om roundnet op de Olympische Spelen te introduceren. Afgelopen zomer vonden de eerste Wereldkampioenschappen plaats in buurland België. Nederland was hier met maar liefst drie vrouwenteams



Roundnet in de LO-les

en vijf mannenteams aanwezig. In Nederland zijn er ongeveer 500 spelers, schat Mark de Jong, WK-deelnemer en voorzitter van de kersverse Nederlandse bond.

De basis

Wie Roundnet nog nooit heeft gespeeld, heeft het vast wel eens ergens op een grasveldje of op het strand gezien. In de basis lijkt het spel het meest op volley- en beachball, ware het niet dat het unieke (en uitdagende) speelveld 360° is en er sprake is van een horizontaal net waar de bal op kaatst.

De basis is het ronde grondnet en een bal en je speelt twee tegen twee. Het doel van het spel is om als team de tegenstander te verslaan. Dit doe je door ervoor te zorgen dat het team van de tegenstander de bal niet meer in het net kan slaan (de bal valt op de grond), of de bal twee keer op het net laat stuiteren of de bal tegen de rand van het net slaat. Als dat gebeurt heb je als team een punt verdiend. In plaats van de bal over het net te slaan is het de truc de bal met vlakke hand in maximaal drie slagen via het net naar de tegenstander te spelen. Het eerste team dat 21 punten scoort, is de winnaar. De bal vasthouden of gooien is niet geoorloofd.

Trainingstool voor profs

In Europa zijn er steeds meer sportclubs die roundnet als trainingstool gebruiken, zoals FC Chelsea, Eintracht Frankfurt, FC Emmen en verschillende professionele hockey- en tennisspelers, zoals tennisser Emma Raducanu, winnares van de US Open. Voor trainers snijdt het mes namelijk aan twee kanten: het spel is laagdrempelig, conditioneel intensief en het traint zowel strategisch inzicht als focus. Bovendien leert het een sporter om te gaan met situaties waarin hij of zij snel moet denken en handelen.

Meer bewegen, samenwerken en focussen

Veel docenten zijn er al van overtuigd dat roundnet positief bijdraagt aan de bewegingsvaardigheden van de



huidige generatie jongeren. Naast het feit dat het een leuk spel is met veel fysieke beweging, helpt het de jongeren ook om te leren focussen en samen te werken. Op al deze fronten is spikeball van meerwaarde. Een groot voordeel is dat de sport relatief nieuw is in Nederland, waardoor leerlingen vrijwel allemaal op hetzelfde speelniveau starten en zich samen de sport eigen maken.

Hoge intensiteit en laagdrempelig

De sport roundnet is laagdrempelig en bereikbaar voor alle leerniveaus. Tegelijkertijd traint het zowel de lichamelijke conditie als oog-hand coördinatie. Je speelt in een team van twee maar wisselt voortdurend van positie, wat zowel je focus als conditie traint. Roundnet kan zowel in de zaal als op een veld worden gespeeld. Belangrijk is dat leerlingen op een veilige, dus stabiele, ondergrond kunnen spelen. De speluitrusting is minimaal, neemt weinig ruimte in en vraagt geen hoge investering. Bovendien is het schaalbaar en eenvoudig op te zetten, ook door de leerlingen zelf. In combinatie met het feit dat het spel tijdloos is, is het een duurzame keuze voor docenten die leerlingen op een

perspectiefrijke manier bij willen laten deelnemen aan de LO-lessen

Lesprogramma

Roundnet en spikeball ontwikkelden een uitgebreid lesprogramma dat zich specifiek richt op leerlingen tussen elf en achttien. Het curriculum maakt daarbij onderscheid in standaarden voor de lagere school en het middelbaar onderwijs. Voor kinderen in de leeftijdsgroep van acht tot elf jaar is er zelfs een spikeball rookie set, die een groter net en een grotere bal heeft zodat ook jonge kinderen de sport gemakkelijker kunnen leren.

Centraal staat het trainen van sociale vaardigheden, het opbouwen van conditie en het bewust worden van de invloed van het volgen van een strategie om positieve resultaten te realiseren. Belangrijk voordeel, ten opzichte van veel andere sporten, is dat het risico op blessures minimaal is.

In het spikeball-roundnet-curriculum wordt duidelijk uitgelegd hoe leerlingen het spel kunnen leren kennen en is er een opbouw in speelniveaus. Het programma begint met de basisregels en een actieve warming-up om bekend te raken met de regels,

de bewegingen en de interactie. Er is uitgebreid aandacht voor het serveren en voor tactieken om jezelf als speler te ontwikkelen. Verder komen gedragsregels aan bod en is er 'huiswerk' voor de leerlingen om video's te kijken van wedstrijden.

Spikeball-roundnet curriculum



[Updated_Curriculum.pdf \(shopify.com\)](#)

Uitleg spikeball



<https://spikeball.com/pages/how-to-play-1>

Keep your eye on the ball

In iedere les gaan leerlingen aan de slag met hun technieken en strategieën. Er is afwisseling van individuele oefeningen en 'team skills'. Het curriculum brengt duidelijk de tien speelniveaus in beeld en geeft uitgebreid aandacht aan de verschillende verdedigings- en aanvalstrategieën. Van de kennismaking met een spel gaat het programma over in assessment programma's en een wedstrijddag inclusief, desgewenst, een award uitreiking. Spikeball is in Nederland verkrijgbaar via erkende leveranciers voor het onderwijs, zoals onder andere Nijha, Bronsport, Jansen-Fritsen, Heutink en Bosan. ●



Contact

tom@brookline.nl

Roundnet Netherlands: **Mark de Jong** Brookline BV (Europees distributeur Spikeball): **Tom Schreurs**

Foto's

Barbara Willems

Kernwoorden

spikeball, roundnet

Spikeball vs. Roundnet – wat is het verschil?

Roundnet is de naam van het spel dat een officiële sport is geworden, Spikeball is de naam van het merk dat Roundnet groot heeft gemaakt en het enige merk dat ook lesmateriaal voor Roundnet aanbiedt. Er zijn wereldwijd honderden Roundnet federaties actief, wat onderstreept dat het een universele, inclusieve sport is.

Workshop spikeball op 19 april 2023

Tijdens de jaarlijkse KVLO-studiedag op 19 april kunnen docenten deelnemen aan de spikeball workshop. Hier worden de spelregels uitgelegd en vanzelfsprekend worden deelnemers uitgedaagd een spelletje spikeball te spelen.

→ KORFBAL SPELEN IS KORFBAL LEREN



Korfbal wordt (uiteraard) beoefend bij korfbalverenigingen. Ook in het bewegingsonderwijs wordt van oudsher veel aan korfbal gedaan.

In *Korfbal spelen is korfbal leren* wordt een brug geslagen tussen jeugdsport en bewegingsonderwijs. Het boek biedt docenten en studenten bewegingsonderwijs alsmede korfbaltrainers (in opleiding) een visie op korfbal en op het leren van korfbal. Veel praktijksituaties worden besproken. Dat alles met het doel om korfbal op de juiste manier aan te leren en om trainers een beeld te geven hoe ze spelers kunnen helpen bij het ontwikkelen van hun korfbalspel. De kern daarbij is dat jonge spelers het korfbalspel eerst leren begrijpen. Vervolgens kunnen

(korfbalechte) oefenvormen worden aangeboden die de spelers helpen bij het ontwikkelen van hun spel.

Over de auteurs

Rob Lof was verantwoordelijk voor de opleidingen bij het KNKV en is, als vrijwilliger, actief bij clubs in het kader van 'coach de coach'. *Kees Vlietstra* is docent bewegingsonderwijs en werkt bij het KNKV als consultant.



€16,90 incl. btw

ISBN: 978-90-72335-63-0

Te bestellen via www.janluitingfonds.nl

Geheel herziene druk!

→ In samenwerking met Arko Sports Media

janluitingfonds
LEZEN OVER BEWEGEN