**2019—20学年第二学期 排球专项理论考试**

**Q：请你以教师视角，设计符合我校实际情况的排球课堂比赛。**

**A：**

课堂开始前：安排排球课堂比赛，首先最重要的是时间地点和人员的分配：

1. 地点的安排：我们校园有南北两处排球场，选择北操场排球场；
2. 人员的安排：排球比赛一支队伍上场人数为6人，形成对抗至少需要12人；我们排球班一个班约为40人，以我们班为例有42人，可先分为两个大队；每个大队约为20人左右，分队时需要注意将基础较好的同学分散在两队。每个大队可分成两个小队，一队10个人左右，主攻手、副攻手、二传和自由人的安排可以由同学自由选择，也可以每队先安排队长，由队长辅助分配。
3. 时间的安排：我们都知道一场排球赛是没有规定时间的，五局三胜制，前四局先达到25分的队伍获胜，最后一局15分；但是鉴于我们同学们都不是专业的球员，精力有限，可以选择限时比分的形式。一堂排球课的时间是90分钟，用于热身、规则讲解等的时间大概需要10分钟，80分钟的比赛时间可以借鉴篮球比赛一样分成25，25，20三个小时间段进行比赛，剩下的10分钟用于穿插在每场比赛的休息、暂停时段。

课堂开始后：以上的时间地点、人员的分配以及比赛规则的讲定需要在上一节课或者课外时间与同学们安排妥当。比赛课开始后分为以下几个阶段：

1. 同学们来到场地，进行热身、分组站好，选择首发成员，两个大队的领队从各自队伍中选择两个来自不同小队的同学作为老师的辅助裁判；（13:45-13:55）
2. 第一场比赛开始，每个大队选择一个小队进行比赛，取消技术暂停，每队各有一次暂停机会，时长为1分钟，可进行换人等，老师需要尽量辅助安排，让每一个同学都有上场的机会，25min后比赛结束，得分多的小组获胜。其他小队同学进行观摩；（13:55-14:22比赛25min+暂停2min）
3. 休息三分钟后，每个大队没上场的小队上场，赛制基本与第一场相同；（14:25-14:52比赛25min+暂停2min）
4. 此时已经有了一定的比分情况，如果出现平局，大家直接进入第三局比赛，如果不是平局，老师需要进行心态疏导，并且鼓励输的队伍，大家继续进行第三场比赛。（14:52-15:00）
5. 每队由队长主导，同学们积极报名配合选择发挥最好的6位同学作为首发成员，老师需要从中做调节剂的工作，最后一场比赛时间为20分钟，各队有一分钟暂停时间（15:00-15:20）
6. 比赛结束，恭喜获胜的大队，也鼓励没有获胜的大队，强调友谊第一，比赛第二，并让同学们注意在本次比赛中的排球比赛规则及技巧，从中体验更多，学习到更多。

本学期的排球课很遗憾不能和老师同学们站在排球场上上了，希望有一天我们也可以有机会来一场课堂比赛。