

**Муниципальное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа №52**

УТВЕРЖДЕНА

Приказом МОУ СОШ № 52 г. Твери

от 01.09.2021 г. № 438

Директор МОУ СОШ № 52

А.В. Дроздовский



**Рабочая программа  
дополнительного образования  
«Дартс»**

Преподаватель:

Ефимов-Литвиненко Д.В.

Срок действия: 2021-2022 учебный год

## Пояснительная записка

Программа по дартс разработана для учащихся 5-6 классов. Среди видов двигательной активности, завоевавших популярность среди широких слоев населения России, в настоящее время выделяется дартс – молодой вид спорта, появление которого относится к 90-м годам прошлого столетия. К настоящему времени целостная система подготовки дартсменов на государственном уровне практически не оформилась вопреки повышенному интересу к дартсу как виду спорта, которым могут заниматься абсолютно все: женщины и мужчины, дети и взрослые, люди с серьезными физическими недостатками. В этом отношении дартс, в силу своей простоты, экономичности, компактности, является привлекательным и интересным для людей самого разного темперамента и уровня подготовки, позволяет проводить спортивные тренировки даже в домашних условиях и выступать в спортивных соревнованиях.

Дартс содержит огромное количество преимуществ: улучшает координацию движений, стабилизирует работу сердечно-сосудистой системы; запоминание вариантов игровых комбинаций развивает память и логическое мышление; зелено-красно-бело-черная расцветка мишени – успокаивает зрение; постоянное переключение зрения с дротика на мишень положительно влияет на глаза. При систематическом занятии этим видом спорта формируется устойчивость к длительным стрессовым нагрузкам, развиваются сильные лидерские качества. Воспитывается воля к победе, трудолюбие, развивается выдержка, настойчивость и дисциплинированность. В силу данных обстоятельств дартс предстает как важное средство развития физического потенциала человека и наряду с другими выступает полноправным видом спорта.

Программа для спортивного клуба МОУ СОШ №52 по дартсу составлена в соответствии с Законом «Об образовании в Российской Федерации» №273-ФЗ от 29.12.2012г., Законом «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» № 329-ФЗ от 04.12.2007г., Методическими рекомендациями по организации спортивной подготовки в Российской Федерации, утвержденные Министром спорта Российской Федерации 12.05.2014г. (письмо Минспорта России от 12.05.2014 № ВМ-04-10/2554.), приказом Минспорта России от 12.09.2013г. № 730 «Об утверждении федеральных государственных требований к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам», приказом Минспорта России от 12.09.2013г. № 731 «Об утверждении Порядка приема на обучение по дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта», приказом Минспорта России от 27.12.2013г. № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта» При разработке программы использованы результаты научных исследований по вопросам подготовки спортсменов, практические рекомендации спортивной медицины, теории и методики физического воспитания, педагогики, физиологии, гигиены, психологии.

Программа предназначена для тренеров-преподавателей, педагогов и руководителей образовательных, раскрывает весь комплекс параметров обучения. Учебный план для групп начальной подготовки рассчитан на 1 год обучение и составлен с учетом:

- требований федеральных стандартов спортивной подготовки по виду спорта Дартс;
- возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся.

### Общая характеристика учебного предмета

Дартс впервые появился в Англии. В дартс играют люди разного возраста. В системе физического воспитания английских школьников также широко используется дартс. Эта игра способствует развитию меткости и точности движений. Она доступна и интересна, динамична,

позволяет сразу же видеть свои результаты; с простыми правилами, которые все понимают уже после 2 – 3 занятий. В нашей стране дартс также становится все более популярным видом спорта.

### **Цели:**

- воспитание у занимающихся нравственных и волевых качеств;
- формирование жизненно важных двигательных навыков и умений, применение их в различных условиях;
- развитие у занимающихся основных двигательных качеств, к способности к оценке силовых, пространственных и временных параметров движений,
- формирование умений самостоятельно заниматься физическими упражнениями, воспитание потребности в личном физическом совершенствовании.

### **Задачи:**

- приобретение теоретических и методических знаний;
- овладение основными приёмами современной техники и тактики игр;
- повышение спортивной квалификации.
- Воспитание привычки к систематическим занятиям физическими упражнениями;
- воспитание высокоразвитых волевых качеств, умения преодолевать физические трудности при выполнении сложных упражнений;
- воспитание гигиенических навыков и привычек соблюдения режима труда и отдыха, ухода за своим телом, одеждой и пр.;
- воспитание правильных взаимоотношений между учениками, строящихся на основе общности интересов в освоении двигательных действий.
- воспитание дружбы и высоконравственных отношений между мальчиками и девочками.

## **Место учебного предмета в учебном плане**

Организация занятий по направлениям внеурочной деятельности является неотъемлемой частью образовательного процесса в школе. Время, отведенное на внеурочную деятельность по физической культуре (дартс) составило 1 час в неделю (34 часа в год).

## **Содержание материала**

### **Знания о физической культуре**

Физическая культура в современном обществе. История развития дартс и его роль в современном обществе. Оборудование и спортивный инвентарь для дартс. Правила безопасности игры. Виды и характер соревнований. Разминка игроков. Форма одежды для игры. Документация. Допуск и отстранение от игры.

### **Способы двигательной деятельности**

Выбор дротиков и способы держания. Бросок дротика в мишень. Основное положение игрока. Спортивные дисциплины.

Правила игры: 501. Правила игры: «1001».

Правила игры: Булл. Правила игры: Американский крикет.

Правила игры: Большой раунд. Правила игры: 27.

Правила игры: Сектор 20. Правила игры: Раунд удвоений.

Правила игры: 7 жизней. Правила игры: Хоккей.

Правила игры: Крикет. Правила игры: Around the clock (циферблат).

Правила игры: 5 жизней. Правила игры: Набор очков.

Правила игры: Диаметр. Правила игры: Раунд.

Правила игры: Быстрый раунд. Правила игры: Раунд по двойным.

Правила игры: 1000. Правила игры: Все пятерки.

Правила игры: Shanghai (шанхай). Правила игры: 301 Parchessi (убегай!).

Правила игры : Baseball (бейсбол).

### Учебно-тематическое планирование

№ п/п	Виды программного материала	Количество занятий
1	Теория	6
2	Общесфизическая подготовка	4
3	Специальная физическая подготовка	30
	Итого:	34

## Календарно-тематическое планирование

№	Тема занятия	Тип занятия	Кол-во часов	Требования к уровню подготовки обучающихся	Вид контроля	Дата	
						план	факт
1	Физическая культура в современном обществе.	Изучение нового материала	1.5	Знать т/б на уроках по дартс	Текущий		
2	История развития дартс и его роль в современном обществе.	Изучение нового материала	1.5	Знать теоретический материал по дартс	Текущий		
3	Правила безопасности игры. Оборудование и спортивный инвентарь для дартс	Изучение нового материала	1.5	Знать теоретический материал по дартс	Текущий		
4	Виды и характер соревнований	Изучение нового материала	1.5	Знать теоретический материал по дартс	Текущий		
5	Разминка игроков. Форма одежды для игры	Изучение нового материала	1.5	Знать теоретический материал по дартс	Текущий		
6	Документация. Допуск и отстранение от игры.	Изучение нового материала	1.5	Знать теоретический материал по дартс	Текущий		
7	Выбор дротиков и способы держания	Изучение нового материала	1.5	Знать теоретический материал по дартс	Текущий		
8	Бросок дротика в мишень	Изучение нового материала	1.5	Знать теоретический материал по дартс	Текущий		
9	Основное положение игрока	Изучение нового материала	1.5	Знать теоретический материал по дартс	Текущий		
10	Спортивные дисциплины	Изучение нового материала	1.5	Знать теоретический материал по дартс	Текущий		
11	Правила игры: 501.	Изучение нового материала	1.5	Знать и уметь играть в игру 501	Текущий		
	Правила игры: «1001».	Изучение нового материала	1.5	Знать и уметь играть в игру «1001».	Текущий		
13	Правила игры: Булл.	Изучение нового материала	1.5	Знать и уметь играть в игру Булл.	Текущий		

14	Правила игры: Американский крикет.	Изучение нового материала	1.5	Знать и уметь играть в игру Американский крикет	Текущий		
15	Правила игры: Большой раунд.	Изучение нового материала	1.5	Знать и уметь играть в игру Большой раунд	Текущий		
16	Правила игры: 27.	Изучение нового материала	1.5	Знать и уметь играть в игру 27.	Текущий		
17	Правила игры: Сектор 20.	Изучение нового материала	1.5	Знать и уметь играть в игру Сектор 20.	Текущий		
18	Правила игры: Раунд удвоений.	Изучение нового материала	1.5	Знать и уметь играть в игру Раунд удвоений.	Текущий		
19	Правила игры: 7 жизней.	Изучение нового материала	1.5	Знать и уметь играть в игру 7 жизней	Текущий		
20	Правила игры: Хоккей.	Изучение нового материала	1.5	Знать и уметь играть в игру Хоккей.	Текущий		
21	Правила игры: Крикет.	Изучение нового материала	1.5	Знать и уметь играть в игру Крикет	Текущий		
22	Правила игры: Around the clock (циферблат).	Изучение нового материала	1.5	Знать и уметь играть в игру Around the clock (циферблат).	Текущий		
23	Правила игры: 5 жизней.	Изучение нового материала	1.5	Знать и уметь играть в игру 5 жизней.	Текущий		
24	Правила игры: Набор очков	Изучение нового материала	1.5	Знать и уметь играть в игру Набор очков	Текущий		
25	Правила игры: Диаметр	Изучение нового материала	1.5	Знать и уметь играть в игру Диаметр	Текущий		
26	Правила игры: Раунд	Изучение нового материала	1.5	Знать и уметь играть в игру Раунд	Текущий		
27	Правила игры: Быстрый раунд	Изучение нового материала	1.5	Знать и уметь играть в игру Быстрый раунд	Текущий		
28	Правила игры: Раунд по двойным	Изучение нового материала	1.5	Знать и уметь играть в игру Раунд по двойным	Текущий		
29	Правила игры: 1000	Изучение нового материала	1.5	Знать и уметь играть в игру 1000	Текущий		
30	Правила игры: Все пятерки	Изучение нового материала	1.5	Знать и уметь играть в игру Все пятерки	Текущий		

31	Правила игры: Shanghai (шанхай).	Изучение нового материала	1.5	Знать и уметь играть в игру : Shanghai (шанхай).	Текущий		
32	Правила игры: 301 Parchessi (убегай!).	Изучение нового материала	1.5	Знать и уметь играть в игру 301 Parchessi (убегай!).	Текущий		
33	Правила игры : Baseball (бейсбол).	Изучение нового материала	1.5	Знать и уметь играть в игру Baseball (бейсбол).	Текущий		
34	Соревнования	Изучение нового материала	1.5	Уметь проводить соревнования по дартс	Текущий		

### **Требования к уровню подготовленности учащихся**

В результате изучения настольного тенниса ученик должен

**знать/понимать:**

- историю развития дартс;
- о месте и значении игры в системе физического воспитания;
- о структуре рациональных движений в технических приёмах игры;
- правила игры;
- правила безопасности игры.

**овладеть:**

- теоретическими сведениями, основными приёмами техники и тактики.

**приобрести:**

- навык участия в игре и организации самостоятельных занятий.

**уметь:**

- выполнять основные приёмы техники - исходные положения, бросок; организовать и провести самостоятельные занятия по дартс.

### **Перечень учебно-методического обеспечения**

1. Правила вида спорта "ДАРТС" Утверждены Приказом Минспорттуризма России от 28 апреля 2010 г. № 409
2. Физическая культура. 5-7 классы: учебник для общеобразовательных учреждений/ В.И.Лях, А.А.Зданевич – М.: Просвещение, 2011 г.
3. Аксаянов Н. Методические рекомендации. Дартс.