

**муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 11 имени А.М. Позынича
(МБОУ СОШ № 11 им. А.М. Позынича)**

Рассмотрено

на заседании ШМО
классных руководителей
МБОУ СОШ №11
им. А.М. Позынича
_____ Т.К. Касьян
протокол от 27.08.2025г. №1

Согласовано

заместителем директора
по ВР
МБОУ СОШ № 11
им. А.М. Позынича
_____ А.А. Персияновой
27.08.2025г.

Утверждено

Директор
МБОУ СОШ № 11
им. А.М. Позынича
_____ Т.Ю. Тарусова
приказ от 27.08.2025г.
№ 302-од

**Программа
кружка
«Дартс»
МБОУ СОШ № 11 им. А.М. Позынича
на 2025 – 2026 учебный год**

**Руководитель –
учитель физической культуры
Огарко Елена Николаевна**

г. Новочеркасск
2025 г.

Пояснительная записка

Программа спортивной секции «Дартс» разработана для учащихся 6 - 11 классов в соответствии со следующими документами:

- Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 № 273-ФЗ
- Приказ МОиПО Ростовской области от 01.03.2016 № 115 «Об утверждении региональных рекомендаций Ростовской области, осуществляющих образовательную деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
- Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
- Приказ Минпросвещения России от 11.12. 2020 № 712 «О внесении изменений в некоторые федеральные государственные образовательные стандарты общего образования по вопросам воспитания»
- Учебный план программ дополнительного образования детей на 2022-2023 учебный год

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.

Занятия дартсом в школе способствуют повышению роли физической культуры в воспитании современных школьников, укреплении их здоровья, увеличения объема двигательной активности обучающихся, развития их физических качеств и совершенствования физической подготовленности, привития навыков здорового образа жизни.

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.

Программа предназначена для обучения детей с 12 лет. Занятия проводятся в группах и индивидуально, сочетая принцип группового обучения с индивидуальным подходом. Условия набора детей в спортивную секцию: принимаются все желающие.

Наполняемость в группах составляет 15 человек. Программа рассчитана на 1 год обучения — 36 часов. Занятия проводятся 1 раз в неделю.

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).

Основное содержание	Универсальные учебные действия, осваиваемые в рамках изучения темы	Характеристика основных видов деятельности учащихся(на уровне учебных действий)
Основы знаний Правила безопасности при занятиях дартсом. Гигиенические требования, предъявляемые к одежде и обуви занимающихся, спортивному сооружению и инвентарю. История возникновения дартса. История развития дартса в нашей стране. Организация соревнований по дартсу. Содержание правил игры. Влияние нагрузки на организм занимающихся, признаки утомления, переутомления. Определение нагрузки по частоте сердечных	Р: целеполагание – формулировать и удерживать учебную задачу; планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: общеучебные – использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. К: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью Л- воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха,	Характеризовать влияние возрастных особенностей организма и его двигательной функции на физическое развитие и физическую подготовленность школьников. Составлять и выполнять комплексы упражнений общей физической подготовки. Описывать основы истории возникновения и развития физической культуры, олимпийского движения отечественного спорта. Контролировать физическую нагрузку и регулировать ее во время занятий физическими упражнениями (по частоте сердечных сокращений, внешним признакам, самочувствию).

сокращений (ЧСС). Самоконтроль при занятиях дартсом. Хват дротика. Стойка. Выполнение броска.	тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья; содействие воспитанию нравственных и волевых качеств, развитие психических процессов и свойств личности.	
Метание:дротика в цель.	Р: <i>контроль и самоконтроль</i> – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. П: <i>общеучебные</i> – выбирать наиболее эффективные способы решения задач. К: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – задавать вопросы, обращаться за помощью; определять общую цель и пути ее достижения Л: <i>взаимопомощь</i> во время выполнения заданий	Описывать совершенствовать технику метания. Соблюдать правила ТБ. Проявлять физические качества.
- ОФП - СФП - Обучение техники Основы техники и тактики игры. Учебная игра. Соревнования. Развитие физических и психологических качеств, необходимых для данного вида спорта –меткости, концентрации внимания специальной выносливости,.	Р: <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу. П: <i>общеучебные</i> – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. К: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью; <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение и позицию Л: осознавать свои	Описывать и совершенствовать технику настольного тенниса. Соблюдать правила ТБ. Проявлять физические качества. Выявлять ошибки в технике и тактике настольного тенниса . Излагать правила настольного тенниса . Осваивать технические и тактические действия .Совершенствовать двигательные действия. Управлять эмоциями. Соблюдать дисциплину и

Повышение функционального состояния организма.	возможности в учении. Формировать познавательные мотивы.	правила ТБ.
--	---	-------------

Учебно-тематическое планирование

№ п/п	Виды программного материала	Количество часов
1	Теория	6
2	Общефизическая подготовка	4
3	Специальная физическая подготовка	22
	Итого:	32

Требования к уровню подготовленности учащихся

В результате изучения дартса 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. 10-11 классы: учеб. для общеобразоват. учреждений/ В.И.Лях, А.А.Зданевич – М.: Просвещение, 2008г.
3. Аксаянов Н. Методические рекомендации. Дартс.