



Министерство сельского хозяйства
Российской Федерации
Федеральное государственное
бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Самарский государственный
аграрный университет»

А. Ф. Башмак, В. А. Мезенцева

ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ.
ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА ДЛЯ ЛИЦ
С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ
ЗДОРОВЬЯ

Методика обучения игре в дартс

Методические указания для практических занятий

Кинель
ИБЦ Самарского ГАУ
2024

ББК 75 р
УДК 796/799
Б33

Рекомендовано учебно-методическим советом Самарского ГАУ

Башмак, А. Ф.

Б33 Элективные курсы по физической культуре и спорту. Физическая подготовка для лиц с ограниченными возможностями здоровья. Методика обучения игре в дартс: методические указания / А. Ф. Башмак, В. А. Мезенцева. – Кинель : ИБЦ Самарского ГАУ, 2024. – 22 с.

Методические указания подробно раскрывают основы теории игры в дартс, а также демонстрируют влияние этой игровой деятельности на развитие координации и внимания. Представлена методика обучения основам технических действий в дартсе, которая предназначена для студентов высших учебных заведений, преподавателей физической культуры и тренеров по дартсу.

© ФГБОУ ВО Самарский ГАУ, 2024
© Башмак А. Ф., Мезенцева В. А., 2024

ПРЕДИСЛОВИЕ

Дартс – это увлекательное состязание в меткости, которое можно освоить относительно быстро. Игра проводится как на открытом воздухе, так и в помещении, включая спортивные залы, кафе и обычные квартиры.

Для игры в дартс не требуется специальная экипировка, оборудование просто и долговечно. Возрастных и языковых ограничений для игры в дартс нет – взрослые и дети могут соревноваться вместе.

Дартс доступен для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, противопоказаний к занятиям в дартс немного. Организация турниров предусматривает индивидуальные, парные и командные состязания, что делает игру еще более увлекательной и зрелищной.

Дартс – это отличное средство для отдыха, поднятия настроения и развлечения. Он помогает обучающимся развивать навык сосредоточенности на конкретной деятельности и расслаблять напряженные мышцы, а также тренирует глазные мышцы после длительной работы.

Данные методические указания предназначены для проведения занятий с обучающимися с ограниченными возможностями здоровья и решает следующие задачи:

- сформировать у обучающихся общее представление о закономерностях изучаемого действия;
- обучить технике изучаемого двигательного действия по частям;
- сформировать предпосылки общего ритма изучаемого двигательного действия;
- устранить причины, провоцирующие возникновение ошибок в технике изучаемого действия.

Методические рекомендации состоят из методики обучения и совершенствования техники игры, истории и правил игры в дартс.