|  |
| --- |
| ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ  **«ЛЕНИНГРАДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ**  **ИМЕНИ А.С. ПУШКИНА»**  УТВЕРЖДАЮ  Проректор по учебно-методической  работе  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ С.Н. Большаков  РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  дисциплины  Б1.В.02 Частные методики спортивной педагогики (модуль):  **Б1.В.02.ДВ.08.01 ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ДАРТСА**  Направление подготовки **44.03.01 Педагогическое образование**  Направленность (профиль) **Физическая культура**  (год начала подготовки – 2022)    Санкт-Петербург  2022 |

**1. Перечень планируемых результатов обучения ПО дисциплине**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Индекс компетенции | Содержание компетенции  (или ее части) | Индикаторы компетенций (код и содержание) |
| ПК-7 | Способен разрабатывать и реализовывать культурно-просветительские программы | ИПК – 7.1 знает структуру, содержания, основные направления культурно-просветительских программ/ проектов/ мероприятий в сфере физической культуры и спорта  ИПК – 7.2 умеет разрабатывать культурно-просветительские программы/ проекты/ мероприятия в сфере физической культуры и спорта  ИПК – 7.3 владеет навыками частичного или полного проведения культурно-просветительские программы/ проекта/ мероприятия в сфере физической культуры и спорта |
| ПК-9 | Способен организовывать досуговую деятельность обучающихся в процессе реализации дополнительной общеобразовательной программы | ИПК – 9.1 знает структуру, содержание дополнительных общеобразовательных программ  ИПК – 9.2 умеет использовать дополнительные общеобразовательные программы для организации досуговой деятельности  ИПК – 9.3 владеет навыками организации досуговой деятельности |

**2. Место дисциплины в структуре ОП**

Цель дисциплины: сформировать у обучающихся целостное представление о значимости дартса как одного из средств физической культуры для гармоничного развития личности, для использования его как средства проведения досуга молодежи. Ознакомить студентов с умениями и навыками ведения игры. Изучить основные средства и методы развития специальных физических качеств, теорию и методику обучения технико-тактическим действиям в дартсе. Приобрести практические навыки в организации и судействе соревнований по дартсу.

Задачи дисциплины:

* изучить теоретико-методические основы разностороннего использования дартса в профессиональной деятельности педагога.
* раскрыть особенности методики проведения игры дартс как метода физического воспитания и как средства организации досуга.
* сформировать навыки взаимодействия и сотрудничества с детьми, коллегами, социальными партнерами;
* приобрести практические навыки в подготовке, проведении и судействе соревнований по дартсу, с целью совершенствования профессиональной деятельности педагога по физической культуре.

Курс «Теория и методика дартса» является одной из составляющих модуля Частные методики спортивной педагогики и является дисциплиной по выбору обучающегося. Дисциплина связана с одновременно изучаемыми дисциплинами «Теория и методика физической культуры и спорта», «Анатомия и физиология человека». После изучения дисциплины обучающиеся смогут использовать сформированные компетенции в процессе выполнения выпускной квалификационной работы.

**3. Объем дисциплины и виды учебной работы**

Общая трудоемкость освоения дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 72 академических часа. *(1 зачетная единица соответствует 36 академическим часам).*

Очная форма обучения

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Вид учебной работы | Трудоемкость в акад.час | |
|  | практическая  подготовка |
| **Контактная работа (аудиторные занятия) (всего):** | **32** | |
| в том числе: |  | |
| Лекции | 4 | - |
| Лабораторные работы / Практические занятия (в т.ч. зачет\*) | 28/- | - |
| **Самостоятельная работа (всего)** | **40** | |
| **Вид промежуточной аттестации (экзамен):** | **-** | |
| контактная работа | - | |
| самостоятельная работа по подготовке к экзамену | - | |
| **Общая трудоемкость дисциплины (в час. /** **з.е.)** | **72/2** | |

\* Зачет проводится на последнем занятии

Заочная форма обучения

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Вид учебной работы | Трудоемкость в акад.час | |
|  | практическая  подготовка |
| **Контактная работа (аудиторные занятия) (всего):** | **8** | |
| в том числе: |  | |
| Лекции | 2 | - |
| Лабораторные работы/ Практические занятия | 6/- | - |
| **Самостоятельная работа (всего)** | **60** | |
| **Вид промежуточной аттестации (зачет):** | **4** | |
| контактная работа | 0,25 | |
| самостоятельная работа по подготовке к зачету | 3,75 | |
| **Вид промежуточной аттестации (экзамен):** | **-** | |
| контактная работа | - | |
| самостоятельная работа по подготовке к экзамену | - | |
| **Общая трудоемкость дисциплины (в час. /** **з.е.)** | **72/2** | |

**4. Содержание дисциплины**

При проведении учебных занятий обеспечивается развитие у обучающихся навыков командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений, лидерских качеств (включая при необходимости проведение интерактивных лекций, групповых дискуссий, ролевых игр, тренингов, анализ ситуаций и имитационных моделей, составленных на основе результатов научных исследований, проводимых организацией, в том числе с учетом региональных особенностей профессиональной деятельности выпускников и потребностей работодателей).

**4.1 Блоки (разделы) дисциплины**

|  |  |
| --- | --- |
| № | Наименование блока (раздела) дисциплины |
| 1 | Введение в дисциплину. История развития игры дартс. |
| 2 | Правила игры в дартс. |
| 3 | Техника выполнения и методика обучения основным техническим приемам игры. |
| 4 | Совершенствование хватки. Совершенствование броска. |
| 5 | Обучение технике прицеливания при выполнении бросков в определенные сектора с разными вариантами изготовки. Технико-тактическая подготовка дартсистов. |
| 6 | Управление дыханием. Учебная игра «501» с использованием изученных технических приемов. |

**4.2 Примерная тематика курсовых работ (проектов)**

Курсовая работа по дисциплине не предусмотрена учебным планом.

**4.3 Перечень занятий, проводимых в активной и интерактивной формах, обеспечивающих развитие у обучающихся навыков командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений, лидерских качеств.**

**Практическая подготовка.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование блока  (раздела) дисциплины | Занятия, проводимые в активной и интерактивной формах | | Практическая подготовка |
| форма проведения занятия | наименование видов  занятий |
| 1. | Тема 1. Введение в дисциплину. История развития игры Дартс. | Лекция | просмотр фрагмента фильма | - |
| тренинг |
| 2. | Тема 3. Техника выполнения и методика обучения основным техническим приемам игры. | Практическое занятие | просмотр фрагментов видео записей  работа в группах, тренинг | - |
| 3. | Тема 4. Совершенствование хватки. Совершенствование броска (способ метания дротика) с акцентом внимания на выполнение движений в локтевом и лучезапястном суставах. | Практическое занятие | эвристическая беседа | - |
| тренинг |
| 4. | Тема 5. Обучение технике прицеливания при выполнении бросков в определенные сектора с разными вариантами изготовки. Технико-тактическая подготовка дартсистов. | Практическое занятие | Решение ситуационных задач | - |

**5. Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине**

**5.1 Темы конспектов**

Тема 1. Введение в дисциплину. История возникновения и развития игры Дартс.

Тема 2. Правила игры в дартс:

Тема 3 Техника выполнения и методика обучения основным техническим приемам игры. Подбор подводящих упражнений

Тема 4. Совершенствование хватки. Совершенствование броска (способ метания дротика) с акцентом внимания на выполнение движений в локтевом и лучезапястном суставах.

Тема 5. Обучение технике прицеливания при выполнении бросков в определенные сектора с разными вариантами изготовки. Технико-тактическая подготовка дартсистов.

Тема 6. Управление дыханием. Броски в центр мишени («Булл-ай»). Учебная игра «601» с использованием изученных технических приемов

**5.2 Вопросы для подготовки к практическим занятиям**

*Тема: Введение в дисциплину. История развития игры Дартс.*

1. Задачи дисциплины «Теория и методика дартса».
2. Значение игры для физического и интеллектуального развития человека
3. Дартс как средство организации досуга молодежной среды.
4. Дартс как средство рекреации при умственном и физическом утомлении.
5. Общая характеристика игры: электронный и классический дартс.
6. Дата возникновение в нашей стране Всесоюзной ассоциации дартса, ее функции.
7. Первый личный чемпионат в нашей стране, когда проходил, в каком городе, его цели.

*Тема: Правила игры в дартс*

1. Требования к освещению мест занятий и соревнований по дартсу
2. Рубеж броска, его размеры и его назначение
3. Мишени для дартса, виды и размер, разметка
4. Дротики для игры: форма, конструкция, длина и вес, состав материала
5. Назначение хвостовика у дротика, их виды
6. Правила игры и подсчета очков в игре 601.
7. Экипировка дартсиста для тренировочной работы и на соревнованиях.

*Тема: Техника выполнения и методика обучения основным техническим приемам игры. Подбор подводящих упражнений.*

1. Изготовка, описание техники, методика обучения.
2. Прицеливание, описание техники, методика обучения
3. Хватка (способ удержания дротика), описание техники, методика обучения
4. Бросок (способ метания дротика), описание техники, методика обучения
5. Выпуск (способ освобождения дротика из захвата пальцев), описание техники, методика обучения.
6. Грубые ошибки при выполнении броска (метания дротика)
7. Подводящие игры и упражнения для исправления грубых ошибок при выполнении броска.

*Тема: Совершенствование хватки. Совершенствование броска (способ метания дротика) с акцентом внимания на выполнение движений в локтевом и лучезапястном суставах.*

1. Варианты удержания дротика, достоинства и недостатки каждого способа.
2. Обоснование выбора варианта удержания дротика, руководствуясь морфологическими особенностями строения ведущей руки.
3. Характерные ошибки при выполнении хватки дротика
4. Подводящие упражнения для исправления ошибок при выполнении хватки.
5. Постановка ведущей руки, положение плеч, выбор угла между плечом и туловищем - контроль и выполнении посредством подбора подводящих и имитационных упражнений.
6. Закрепление выполнения первой фазы броска посредством подбора имитационных упражнений.
7. Траектория полета при выполнении броска, угол вылета дротика и их влияние на результат игры.
8. Подводящие упражнения для обучения выпуска дротика.

*Тема: Обучение технике прицеливания при выполнении бросков в определенные сектора с разными вариантами изготовки. Технико-тактическая подготовка дартсистов.*

1. Оптимальное распределение мышечных усилий для обеспечения устойчивости ведущей руки.
2. Распределение усилий ведущей руки на устойчивость дротика, имитационные упражнения.
3. Прицеливание одним и двумя глазами. Определение ведущего глаза.
4. Положение головы и положение глаз при прицеливании.
5. Взаимосвязь смещения головы левее (правши) и изменение траектории полета дротика на точность попадания.
6. Взаимосвязь места точки прицеливания (выше - ниже) и изменением угла наклона туловища.
7. Взаимосвязь изменения выбора места точки прицеливания (вправо-влево) и принятие изготовки на линии броска.

*Тема: Управление дыханием. Броски в центр мишени («Булл-ай»). Учебная игра «501» с использованием изученных технических приемов*

1. Взаимосвязь задержки дыхания от психического и физического состояния дартсиста
2. Дыхание спортсмена при изготовки
3. Прицеливание и задержка дыхания
4. Управление дыханием как регуляция состояния для активизации и успокоения дартсиста.

**6. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №  пп | № блока (раздела) дисциплины | Форма текущего контроля |
| 1. | Темы 1-2 | Проработка теоретических материалом по теме и составление конспектов |
| 2. | Темы 3-4 | Тестирование |
| 3. | Тема 5 | Результаты выполнения практических работ  Тестирование |
| 4. | Тема 6 | Тестирование |

**7. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование | Авторы | Место издания | Год издания | Наличие | |
| печатные издания | ЭБС  (адрес в сети Интернет) |
| 1. | Теория и методика игры в **дартс: учебно-методическое пособие** [Текст] : учебно-методическое пособие | Петрова В.И., Солдатова М.А. | Ленинградский государственный университет им. А. С. Пушкина. - Санкт-Петербург | 2018 | + |  |
| 2. | Теория и методика тренировки в **дартс** [Текст] : учебное пособие для высш. и сред. спец. учеб. заведений | Шилин Ю.Н.,  Каневская А.Н. | М. : СпортАкадемПресс | 2003 | + |  |
| 3. | Организация и проведение студенческих соревнований по культивируемым видам спорта / учебное пособие для вузов | Иванков Ч.Т.,  Литвинов С.А., Стефанковский М.В. | М.: Владос | 2018 |  | <https://biblioclub.ru/> |
| 4. | Технологии физкультурно-спортивной деятельности в физической культуре: учебник | сост. О.Е. Евсеева, С.П. Евсеев; под общ. Ред. С.П. Евсеева | М.: Спорт | 2016 |  | <https://biblioclub.ru/> |

**8.Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»**

1. Федерация дартс России – Режим доступа: <https://dartsrf.ru/>
2. Российская национальная библиотека. - Режим доступа: [www.nlr.ru](http://www.nlr.ru)
3. Издательство «Теория и практика физической культуры» Режим доступа: [www.teoriya.ru](http://www.teoriya.ru)
4. Архив журнала «Физическая культура: образование, воспитание, тренировка». – Режим доступа: [www.sportedu./rupress /tfvot/](http://www.sportedu./rupress%20/tfvot/)
5. Официальный сайт Министерства по физической культуре и спорту Российской Федерации – Режим доступа: <http://www.minsport.gov.ru/>
6. Все о дартс – Режим доступа: [www.darts.ru/partition/6/](http://www.darts.ru/partition/6/)
7. Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека онлайн»– Режим доступа: <https://biblioclub.ru/>

**9. Информационные технологии, используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине**

В ходе осуществления образовательного процесса используются средства телекоммуникационного общения преподавателя и обучающихся.

**9.1 Требования к программному обеспечению учебного процесса**

Для успешного освоения дисциплины используются следующие программные средства:

* Microsoft Word;
* Microsoft Power Point
  1. **Информационно-справочные системы (при необходимости)**

Информационно-справочные системы не используются

**10. Материально-техническое обеспечение дисциплины**

Перечень материально-технического обеспечения, необходимого для проведения занятий по дисциплине:

- учебные аудитории для занятий лекционного типа, семинарского типа, курсового проектирования, текущего контроля и промежуточной аттестации, оснащенные мультимедийным оборудованием (ПК в сборе: системный блок, монитор, клавиатура, мышь, проектор), экраном настенным, доской (маркерной) и специализированной мебелью (учебные столы и стулья, стол и стул преподавателя) Для проведения занятий лекционного типа по дисциплине предлагаются наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий

- спортивный зал, мишени для дартса, дротики.