

初心者用

ダーツマニアル

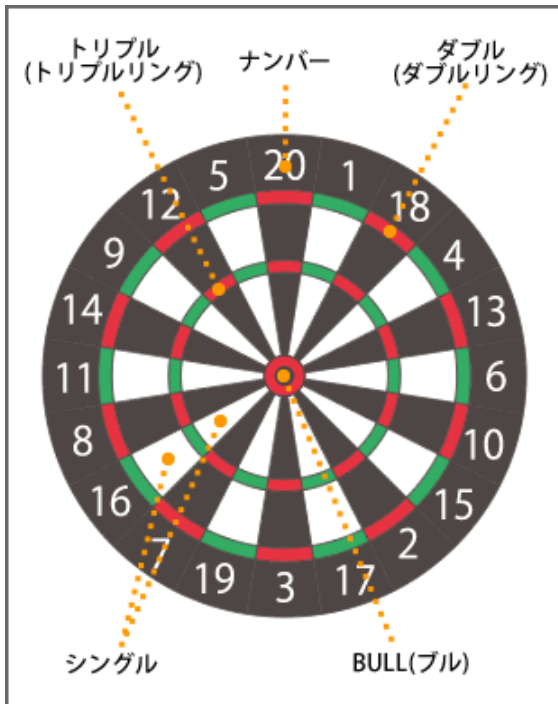
作成. 2020年7月

目次

1. ダーツの基礎	(ページ) 1ページ
(1) 得点の見方	
(2) ダーツ各部の名称	
(3) バレル	2ページ
(4) ダーツの投げ方	2ページ
2. ダーツ初級者がスコアを伸ばすコツ 意識しておきたい投げたいコツ	4ページ
3. マナー	4ページ
(1) 投げ方	
(2) 試合開始	
(3) 得点記録	
(4) *01競技	
(5) 試合中	
4. 基礎訓練ゲーム	6ページ
(1) カウントアップ	
(2) ブルシュート	
(3) ラウンド・ザ・クロック	
(4) 基礎訓練終了判断	
5. 対戦ゲームによる練習	6ページ~8ページ
(1) カウントアップ	
(2) 301	
(3) ラウンド・ザ・クロック	

1. ダーツの基礎

(1) 得点の見方



《ダーツの種類》

ソフトダーツとハードダーツの一番の違いは、ポイント(先)部分が金属製かプラスチック製かです。ソフトダーツがプラスチック製で、ハード



ダーツが金属製になります。ルールにも違いがあります。(距離、ボードの大きさ、ブル得点等)

《得点》

ゲームは、1回にダーツを3本投げます。1回に3本投げることを「スロー」と呼び、「スリーダーツ」と数えます。ゲームでは、ワンスローの合計を得点とします。

- ・シングル 台形と扇形の部分。そのナンバーがスコアになります。
- ・ダブルリング 外側のリング(細い部分)。そのナンバーの**2倍**のスコアになります。
- ・トリプルリング 内側のリング(細い部分)。そのナンバーの**3倍**のスコアになります。
- ・ブルズアイ(ダブルブル) 真ん中二重丸内側の部分。インナーブルとも呼びます。**50点**。
- ・ブルズアイ(シングルブル) 真ん中二重丸外側の部分。アウトールとも呼びます。**25点**。

(2) ダーツ各部の名称



チップ

先端の部分。ポイントとも呼ばれます。

ハードダーツはコンバージョンポイントと呼び金属製です。

バレル

金属の部分です。ダーツの主要パーツとなります。重量・形状により、軌道に影響を与えます。

シャフト

フライトとバレルを繋ぐ部分です。長さやウェイトバランスも軌道に影響を与えます。

フライト

羽根の部分です。ダーツが、美しく、狙った軌道を飛行するように、バリエーションが多く、また、プレイヤーの個性を主張する部分でもあります。

(3) バレル

1) バレルの形状

バレル

の形状は大きく、【ストレート型】【トルピード型】【砲弾型】の3種類に分類されます



① ストレート型

トルピード型や砲弾型と比べ、バレルは細身で長いのが特徴です。

細い分だけ、グルーピングにとっても有利なバレル型です。ただし力が素直に伝わりやすいバレルなので、きちんと投げないとまっすぐ飛ばない為、あまり初心者にはおすすめできません。

誤魔化しの効かないダーツです。

② トルピード型

バレルが前の方に行くにつれ、太くなっていくバレルの事をいいます。バレルの重心が前にあり、投げた時にすっ飛んでいくような飛びかたをします。慣れないと、あっちこっち飛んでいってしまう為、微調整がしづらいダーツ。 　　ただダーツの飛びだけはよいでしょう！

③ 砲弾型

バレルが太く、短く、砲弾のような形をしている事から砲弾型と名付けられました。非常に小さなバレルなので素直に真っ直ぐ飛び、初級者～上級者まで番人におすすめのバレル型です。

太い分グルーピングには適しません。刺さっているダーツにはじかれて落ちる事もよくあります。特に好みがない場合はこの形から入ると、その後の選択肢も多いので砲弾型を選択するのがよいでしょう！

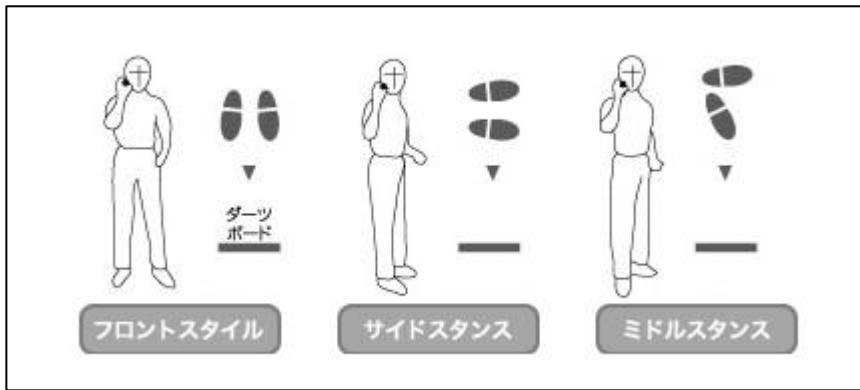
(4) ダーツの投げ方

1) グリップ



基本的には親指と人差し指と中指(3本掛け)、または親指と人差し指の他に中指と薬指(4本掛け)でダーツを挟み、バランスをとります。指に力が入ると、ダーツが真っ直ぐに飛ばないため、支える程度に握ります。 <ポイント> 親指と人差し指でダーツを挟んでいる意識を持ち、他の指は支える程度が理想です。

2) スタンス



基本的に、ダーツボードに正対する『正面型』、ダーツボードに利き腕の体側を向ける『側面型』、その中くらいの『中間型』がありますが、自分に合う投げやすい角度を見つけます。

3) スローリング

<アドレス>



- ・狙うポイントに目線を合わせます。
- ・ゆっくり肘を肩から直角に伸ばします。
- ・目線のライン上にダーツを持っていき、固定します。

ポイント

手首と肘と肩が縦に一直線になる構えが理想的です。

<テイクバック>



- ・構えた位置からリラックスして腕を倒します。

ポイント

引くというイメージだと肘が動きやすいので、腕を倒すイメージがベストです。(肘を動かさない)

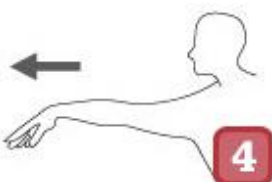


- ・引きつけた腕を目標に向かって押し出す感じで投げます。
- ・最初の構えの位置でダーツを放し、安定した放物線を描くように、腕の動きを一定にして投げます。

ポイント

肘は固定せず、跳ね上げます。

<フォロースルー>



投げた後は腕を途中で止めず、真っ直ぐ伸ばします。
投げ終わった後手首が狙ったターゲットに向かっているようにします。

2. ダーツ初中級者がスコアを伸ばすためのコツ

(1) 意識しておきたい投げ方のコツ



① 力を無くしてゆったり構えよう

② ダーツは強すぎず、ダーツの重さを感じるくらいで持つのが理想的。強く握り過ぎるとフォームが崩れやすい

③ 持ち方や投げ方などを固定することが重要で、一回一回投げ方が変わるのは絶対に良くない。

腕を振り子のようにして自然に投げるのが良いとされている。

④ 狙った場所を伸ばした指先で指すようにするとコントロールしやすい。

3. マナー(重要)

(1) 投げ方

ボードに刺さらず、落ちたり跳ね返ったダーツは、スタートまたは勝敗決定時のセンター以外は再投できない。

(2) 試合開始

① すべての競技は、対戦する両選手またはチームの代表選手同志が、一本のダーツをセンターに投げ合うことによって開始される。(センターに投げる順番は、じゃんけんを決める)ダーツがセンターに近くささった選手、またはチームが、競技または第1レグを先攻する。

② チームゲームおよびダブルスにおいてセンターに投げる選手はチームで決める。

先攻決め、またセンター勝負のとき、矢がボードにささるまで何回でも投げることができる。なおこの時、先にささっている矢が後者の投げた矢のため落ちたときは、両者再投。

(3) 得点記録

1) 共通

① 各競技のスコアキーパーは、トーナメントにおいて主催者の認定したスコアキーパーであること。(スコアラ、コーラーも同様である)

② 最後の矢を投げ終わって、スコアキーパーが得点を記録するまで矢はボードにささっていないなければならない。

- ③スコアラー(スコアラーがない場合はスコアキーパー)が得点を確認するまでは、ボード上の矢に触れてはならない。記録された得点の確認は選手の責任であり、矢を抜いた時点で変更はできなくなる。
- ④スコアボード上に記された得点数の計算違いは、自分(チーム戦の場合は自分のチームの選手)が投げる前に申告し訂正されなければ、そのまま進める。
- ⑤得点はスコアラーによってスコアボードに記入され、スコアラーがない場合は選手によって記入される。
- ⑥コーラー、スコアラー、スコアキーパーは、選手に得点及び残り点をおしえることはできるが、フィニッシュの方法を教えることはできない。

2) [-01競技]

- ①レッグまたはゲームを終りにするためには、残り点数をちょうど0点にしなければならない。
- ②ゲームまたはレッグにおいて、最初に必要な点数をとってゼロにした方を勝ちとする。またフィニッシュしたあとの得点は数えない。
- ③選手が残り点より多く得点をした場合、バーストになる。バースト時の残り点は前回のままとする。
- ④ 試合またはゲームは適当な時間で終るためにダーツ数を制限する。
501ゲームまたはレッグはリミットを45ダーツ(15投)とする。
301ゲームまたはレッグはリミットを30ダーツ(10投)とする。

(センター勝負)

リミットに達したとき、先にリミットに達した選手またはチームが、センターに1本のダーツを投げ、次にもう一方がセンターに1本のダーツを投げる。(センターに近い方が勝ち)ダブルスゲームまたはチームゲームにおいては、自分のチームの選手の代表1人がセンターに投げる。

3) 試合中のマナー

- ① プレイ中は、ダーツボードと投げている人の間を横切ってはいけない。
- ② ダーツを投げている人の視界に入る場所にはいけない。
- ③ボードからダーツを抜くとき、1本1本優しく回しながら抜く。
- ④対戦相手がダーツを抜き終わって、スローイングライン後方に戻ってくるまで、構えに入ってはいけない。
- ⑤1台のダーツボードでは一人ずつ順番に投げなくてはならない。
- ⑥ボードからダーツを抜くとき、ジャンプして抜いてはいけない(届かない場合は 台などを使用すること)。
- ⑦試合前後は“お願いします”“ありがとうございました”と握手を忘れないこと。
試合中、対戦相手にことわらずに席を外してはいけない。
- ⑧スコアキーパーにも礼を尽くすこと。
- ⑨相手が投げているとき、後方でさわがない。
- ⑩投げるたびに野次を飛ばすのはもちろんいけません、1、2投目の「ナイスダーツ」というかけ声も集中力を散らします。応援は3投後にすること。
- ⑪視界内に入らない。
相手が投げようとしている時、**前の方に立ってじっと顔見つめるというのは野次る以上に失礼なことです。**

⑫投げやりな態度はとらない。

調子が悪く、点差が開いても真面目に試合を続けましょう。やる気をなくして投げやりになるのは相手に失礼であるばかりか、益々落ち込む原因となります。

⑬リードしても浮かれない。

反対にリードした場合、気持ちが高揚しても不必要に騒がないようにしましょう。特に相手を見下したような態度はもってのほかです。

4. 基礎訓練ゲーム

(1) カウントアップ

初心者レベル脱出を目指すなら、カウントアップがおすすめ。

1人ででき、やってきた努力・成果がそのまま得点となって現れるので、毎日飽きずに続けやすい練習方法。

ポイントは、必ず期間と達成目標を設定し、集中力を増すこと。CONSTANTに**150点(10スロー)**以上とる。

ただし、勝負ではなく練習なので、ダーツを始めたばかりの初心者でも、14から19の高得点エリアを狙わずに、**真ん中のブルを狙う**ように。

ブルが取れるようになると、スコアも飛躍的に上がり点数も安定してきます。

(2) ブルシュート

CONSTANTに**平均35点(10スロー)**とれるよう練習する。

(3) ラウンド・ザ・クロック

CONSTANTに**到達NO「5」(21スロー)**とれるよう練習する。

(4) 基礎訓練終了判断

カウントアップで、150点(10スロー)以上取れ、かつ、ブルシュートで平均35点、ラウンドザクロックで到達 No 5を**3連続とれたら**、次のステージへ進む。

5. ゲームによる練習

(1) カウントアップ

ラウンド数:8

初心者向けにシンプルなダーツゲームです。8ラウンドの合計点数を競います。

シングルブルは、25点、ダブルブルは、50点でカウントされます。

規定ラウンド終了時に最も得点が高いプレイヤーの勝利。

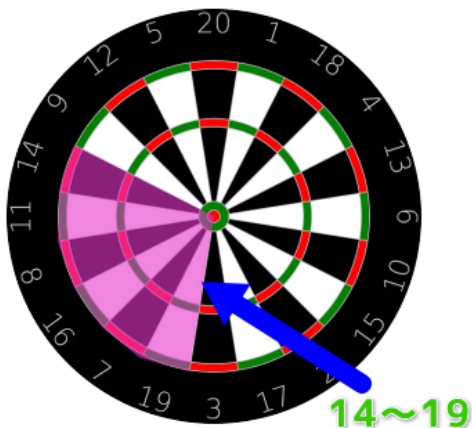
1) カウントアップで勝つために(01ゲームの前半戦でも使える)

カウントアップは得点の高いエリアを狙うことが基本ですが、ダーツボードの得点の高いエリア周辺は、得点の低いエリアが配置されてることが多い(「20点」エリアの横は「1点」と「5点」です)ので、自分のダーツのレベルに合わせて、狙うエリアを変えた方がいい。

2) レベル別に狙うエリアとしては、以下のような感じがおすすめです。

① 初心者レベル

・ダーツボード左下の14~19のエリア狙い

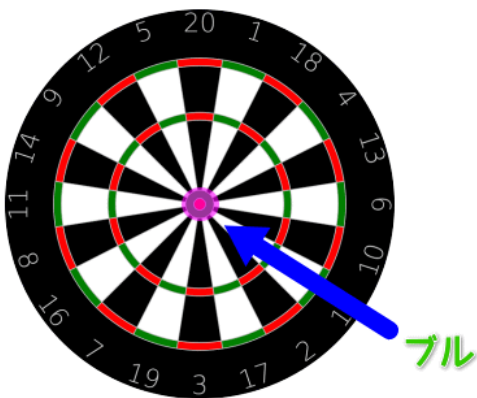


ダーツを始めたばかりの初心者が、いきなりブル目指して投げたとしても、ほとんど入らないと思います。大概が、その周りに散ってしまいますので、どうせなら、比較的得点が高く、低い得点のないエリアを狙い、スコアアップを目指しましょう。

そうすると、14~19のエリアは、一番低い数字でも7ですし、11、16、19という、大きめの得点も配置されています。ブルの50点にはかないませんが、リスクは少ないですし、ダブルやトリプルに入れば儲けものなので、初めのうちはおすすめの場所です。

② 中級者レベル

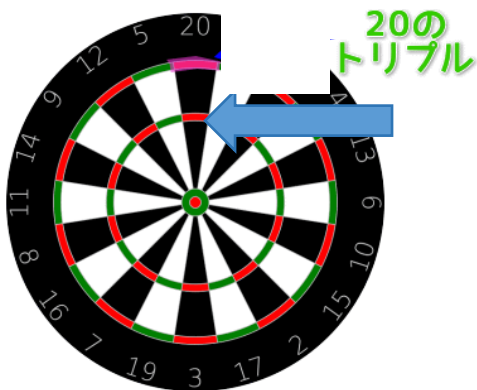
・ブル狙い



ある程度コントロールがつくようになったら、ブルを狙うのが良いと思います。実際、一般のダーツプレイヤーのほとんどが、ブルを狙ってプレイしていると思います。

③ 上級者レベル

・20のトリプル狙い



最後にブル狙いでも、ほぼ間違いなくロートン(1スローで100点以上150点以下の点を獲得する)以上出せるようになれば、20のトリプルを狙ってみる。

1回で60点とれるので、3回全部ヒットすれば、1ラウンドで180点獲得できる。外れた時のリスクは大きいですが、ブル狙いの時よりも高得点が望める。

(2) 301ゲーム(ゼロワンゲーム)

ラウンド数:10

最初の得点が301点、ヒットさせた点数が差し引かれていき、0点を目指します。得点がマイナスになってしまうと、バースト(BURST)となり、そのラウンドは終了し、得点もそのラウンドのスタート時のものに戻ってしまいます。

得点を0点にする、または規定ラウンド終了時に最も得点が低いプレイヤーの勝利。

(BURST例)

7ラウンド目の得点が20点。

▼1投目に18にヒット。残り得点が2点。

▼2投目に15にヒット。残り得点が-13点になるのでバースト。

▼7ラウンド目は終了し、得点は20点に戻る。

1) 攻略法

ゲームの前半と後半で、攻め方を変える事。

(前半)

カウントアップと同じように、できるだけ高得点を狙い、数字を減らしていくことに専念してください。

(後半)

最後にバーストせず、ピッタリ「0」で終了しなければいけないので、その前のラウンドで、「0」が取りやすい得点を残すようにアレンジしなければいけません。

では、「0」で終わらせるには、おすすめなのが「32」点です。

次のラウンド、32点からのスタートだと、当然16のダブルを狙うと思います。そのままヒットしてくれればOKですが、当然外れる可能性も有りますが、バーストの確率は低いのです。(16のシングルや隣の8に入る)



残りの得点が100を切ったあたりから、残りの得点が32になるようアレンジしていく。バーストしてしまうことが多いという人は、飛躍的に勝率が上がります。

(3) ラウンド・ザ・クロック

301(ゼロワン)で、残りの点数をとるための練習としてもお薦めのゲーム。

ラウンド数:20

シングル・ダブル・トリプルは全て同じ。1、2、3、4、...18、19、20のナンバーを順番に狙っていき、早く20をヒットさせたプレイヤーの勝利。(指定ナンバー以外は全てアウトボード。)

目標:20スロー内13フィニッシュ

このゲームで練習を積むと、飛躍的に01の「リミットオーバー」が減ります。

以上