

Тема урока: Игра « Лапта».

Добрый день ребята, начинаем урок физической культуры в дистанционном режиме

1) Откройте тетрадь и запишите:· на полях число, классная работа, тему урока

Задание 1 . Ознакомьтесь с текстом и правилами игры.

Лапта́ (хлопта^[1]) — русская народная командная игра с мячом и битой. Игра проводится на естественной площадке. Цель игры — ударом биты послать мяч как можно дальше и пробежать поочерёдно до противоположной стороны и обратно, не дав противнику «осалить» себя пойманным мячом. За удачные пробежки команде начисляются очки. Выигрывает команда, набравшая больше очков за установленное время. К родственным лапте видам спорта относятся бейсбол и крикет.

Яркую характеристику лапте дал известный русский писатель Александр Куприн в 1916 году в спортивном журнале «Геркулес»: *«Это народная игра, к сожалению, забытая и находящаяся в пренебрежении, — одна из самых интересных и полезных игр... В лапте нужны: находчивость, глубокое дыхание, верность своей «партии», внимательность, изворотливость, быстрый бег, меткий глаз, твёрдость удара руки и вечная уверенность в том, что тебя не победят... Трусам и лентяям в этой игре не место»*

История русской лапты начинается очень давно: упоминания о ней встречаются даже в памятниках древнерусской письменности, а биты и мячи для игры были найдены при раскопках в Великом Новгороде в слоях, относящихся к XIV столетию.

При Петре I игру начали применять как средство физической подготовки солдат Семёновского и Преображенского полков, а затем и в других воинских подразделениях^[3]. В Российской империи в лапту играли люди всех возрастов, она использовалась и для физического воспитания детей, подростков, юношей и девушек. При комиссаре просвещения Н. И. Подвойском русская лапта была включена в физическую подготовку солдат Красной Армии. Официальные первенства по русской лапте начали проводиться в СССР в конце 1950-х — начале 1960-х годов, затем на некоторое время проведение соревнований было прекращено.

11 ноября 1986 года вышло Постановление Госкомспорта СССР «О развитии бейсбола, софтбола и русской лапты», после чего проведение турниров было продолжено. В 1996 году была создана Межрегиональная федерация русской лапты, в 2003 году она была преобразована во всероссийскую общественную физкультурно-спортивную организацию — Федерацию русской лапты России, объединяющую 46 региональных отделений в субъектах Российской Федерации. В настоящее время русская лапта получила своё развитие как официальный вид спорта, вошедший в Единую всероссийскую спортивную классификацию, и культивируется более чем в 45 регионах Российской Федерации. Проводятся официальные чемпионаты, кубки, первенства России среди разных возрастных групп, традиционные всероссийские детско-юношеские турниры. Соревнования проходят на открытых травяных и земляных спортивных площадках, а также в спортивных залах и на манежах.

Создана достаточно хорошая научно-методическая база, имеются официальные правила соревнований, различные методические пособия по технической, тактической, физической подготовке игроков, методике судейства, по организации и проведению соревнований. Федеральным агентством по физической культуре и спорту и Федерацией лапты России разработана и утверждена примерная программа по русской лапте для ДЮСШ, готовится к изданию пособие «Технология тренировочного процесса по этапам спортивной подготовки». Русская лапта развивает многие жизненно важные физические

качества человека: быстроту, силу, координационные способности, вырабатывает игровое мышление, смекалку, чувство коллективизма и т. д. По техническим элементам это самый естественный и доступный вид спорта по сравнению с другими спортивными играми.

Учащиеся за одно занятие могут научиться игре в русскую лапту, что невозможно в других игровых видах спорта. Самое главное: в русской лапте не требуются дорогостоящий инвентарь, оборудование и специальная экипировка. Достаточно иметь обычный теннисный мяч, деревянную (самоделную) биту, ровную площадку для игры и желание проявить себя в этом увлекательном русском национальном виде спорта. На сегодняшний день норматив «Мастер спорта России» выполнили более 300 спортсменов, активно занимающихся русской лаптой в России.

Во многих городах и районах сельской местности открылись отделения по русской лапте в [ДЮСШ](#): в республике Башкортостан, Воронежской, Новгородской, Томской, Челябинской, Тульской, Амурской, Свердловской областях и других регионах.

Правила игры

Игра проходит на прямоугольной игровой площадке. Она имеет 45—55 метров в длину и 25—40 метров в ширину. С одной стороны площадки находится город, с другой — кон. Для игры нужен теннисный мяч (резиновый) и бита (лапта), которая должна быть цельнодеревянной, длиной от 60 см и до 120 см, диаметром не более 5 см, диаметр рукоятки биты должен быть не менее 2,5—3 см, конец рукоятки имеет утолщение, обеспечивающее безопасность при проведении ударов по мячу. Каждый игрок может пользоваться индивидуальной битой, соответствующей этим размерам. Игрокам в возрасте до 12 лет разрешается пользоваться плоской битой длиной 80 см, шириной до 6 см и рукояткой толщиной 2 см. Запрещается использовать бейсбольные и софтбоульные биты. Вес биты не должен превышать 1500 г ± 50 г. ^[4]

Участники игры делятся на две равные команды. По жребию игроки одной команды идут в город, а другая команда водит. Команда города начинает игру. Бьющий лаптой отбивает мяч как можно дальше в поле (нельзя бросать битой), бежит через площадку за линию кона и возвращается назад в город. Водящие в поле ловят отбитый мяч (если мяч пойман слёту, тогда команды меняются местами) и стараются запятнать (осалить) бегущего. Им разрешается перебрасывать мяч друг другу, чтобы попасть в бегущего с более близкого расстояния.

Если игрокам поля удаётся запятнать бегущего, они переходят в город. Если игроки поля не могут запятнать бегущего, то они быстро перекидывают мяч в город. Как только мяч вернулся в город, игрок, не успевший прибежать назад в город, остаётся за линией кона и ждёт следующей возможности вернуться в город. Если бьющий ударил по мячу плохо и команда в поле быстро поймала мяч, то бежать опасно, так как могут легко осалить. В таком случае бьющий может не бежать, а оставаться за чертой, по другую сторону от команды — в деревне.

Игра продолжается, и мяч бьёт следующий игрок. По очереди все игроки команды выступают в роли бьющих. Игроки, оставшиеся в пригороде и за коном, ждут, чтобы их выручили. Выручить может тот, кто далеко отобьёт мяч, дав возможность перебежки самому, а также игрокам из пригорода и кона. Мяч, выбитый за боковую линию, не учитывается. Может создаться более трудное положение, когда все игроки бьющей команды, кроме одного, находятся за линией кона и в пригороде, тогда игроку, который ещё не бил, разрешают ударить трижды. Если он промахнётся, то игроки города уступают своё место водящим. Подавальщики не должны переступать черту города. Тому, кто не может отбить мяч лаптой, разрешается бросить его в поле рукой.

Игра считается выигранной, если все игроки пробили по мячу, пробежали за линию кона и вернулись назад в город. Игра считается проигранной, если все игроки пробили мяч, но никто не перебежал за линию кона. По окончании игры команды меняются местами. Команда города переходит в поле, а из поля переходит в город.