

ЛМС
К

«Русская лапта»

Выполнил студент группы СО-19-2

Пасторов Д.Д

Проверила

Масякина Л.А

2020



ЦЕЛЬ: Приобщить учащихся к народным играм.

ЗАДАЧИ:

- 1.Собрать информацию по теме проекта.**
- 2.Сформировать представление об игре.**
- 3.Познакомить с правилами игры.**

История возникновения



- Более тысячи лет живет эта игра в народе. Первое упоминание о лапте есть в древних русских летописях. При раскопках Древнего Новгорода было обнаружено немало мячей и сама бита.
- Еще во времена Петра I лапта была любимой молодецкой забавой.
- Первая попытка создания единых официальных правил по русской лапте была предпринята в 1926 г. И только в 1957г. состоялось первое официальное соревнование по лапте.
- Однако в 60-70-х гг. развитие лапты приостановилось. И только в 1987 г. было принято постановление «О развитии бейсбола, софтбола и русской лапты»

Историческая справка



- В 1990 г. в г. Ростов состоялся первый официальный чемпионат России по лапте среди мужских команд.
- Особой популярностью лапта пользуется в Амурской, Иркутской, Тюменской, Томской, Саратовской, Брянской, Тульской, Московской, Новгородской, Белгородской областях, Краснодарском крае, в республике Башкортостан.
- С 1997г. действует межрегиональная общественная организация – Федерация русской лапты России.

Инвентарь: бита, мяч

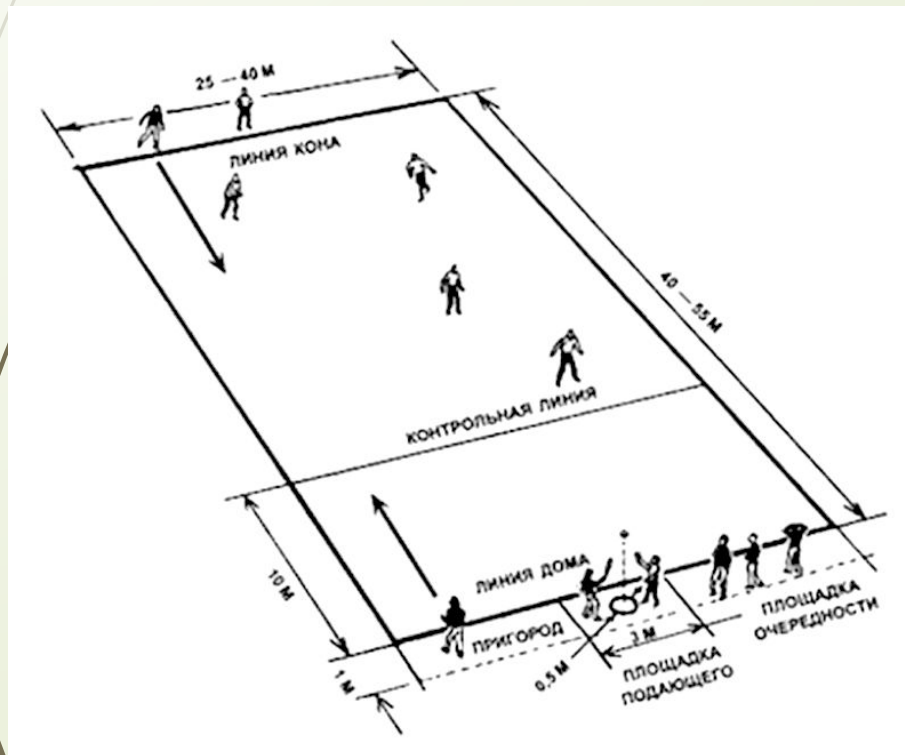


- Бита изготавливается из цельного куска дерева.
- Длина — до 1 метра
- Диаметр — до 4 см
- вес — до 1500 грамм
- Допускается плоская бита шириной — 8см (для детей до 13 лет)
- Мяч для игры в большой теннис ярко желтого цвета

Площадка

Местом для игры может служить любая ровная площадка длиной 50-60м. и шириной 20-35м.

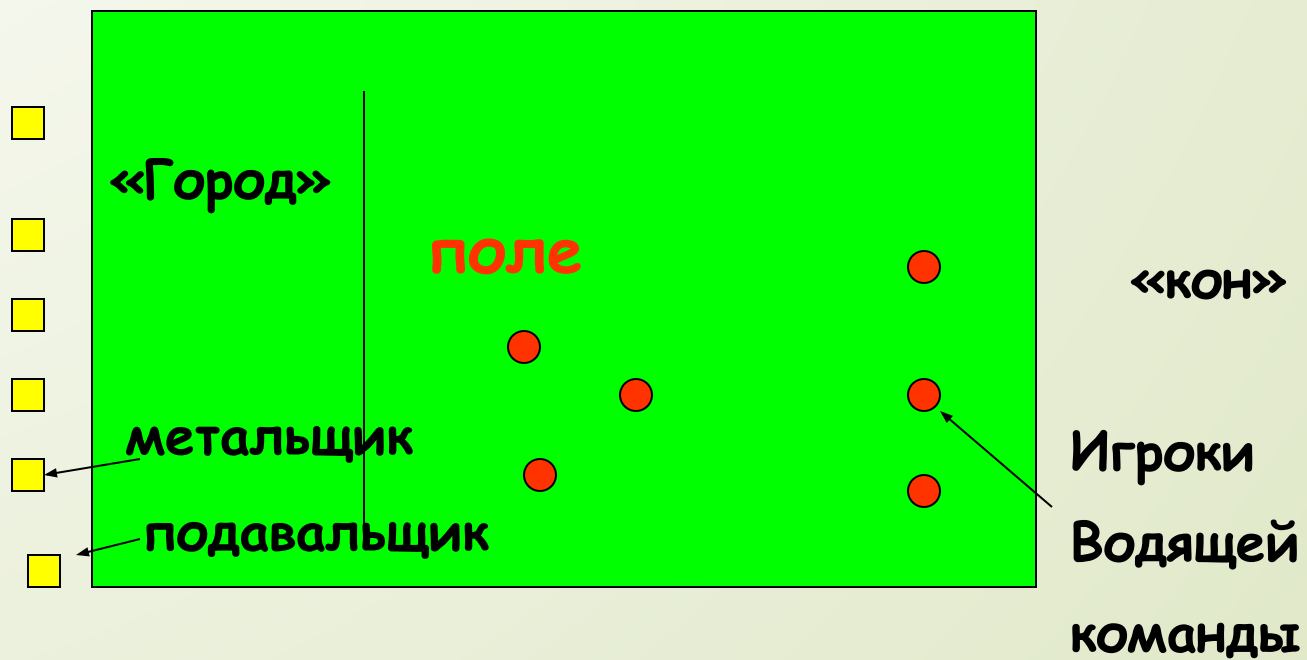
Она делится двумя поперечными параллельными линиями, отстоящими друг от друга на 40-50м. Площадка между этими линиями называется полем.



- Соревнования могут проходить на площадке
- с искусственным покрытием
- травяным покрытием



Игроки бьющей команды



Правила игры



- В каждой команде по 6 человек.
- Играют 2 тайма по 20-25 мин.
- Одна команда играет в поле, другая в городе.
- Задача игроков в поле поймать свечу или осалить соперников мячом.
- Команда играющая в городе должна выполнить результативный удар битой по мячу и сделать перебежку. Каждый игрок приносит своей команде очко.

Разминка

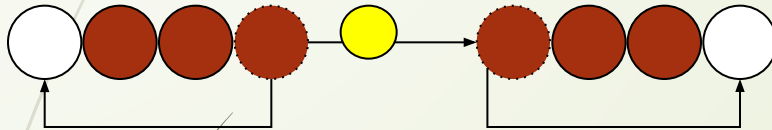


- Ходьба и ее разновидности.
- Бег и его разновидности.
- Упражнения для кистей рук и пальцев.
- Упражнения для плечевого сустава.
- Упражнения для мышц туловища.
- Упражнения для мышц ног.
- Упражнения на растягивание.
- Дыхательные упражнения.

Обучение прием и передача мяча

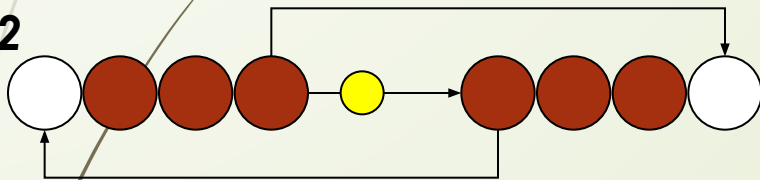


•1



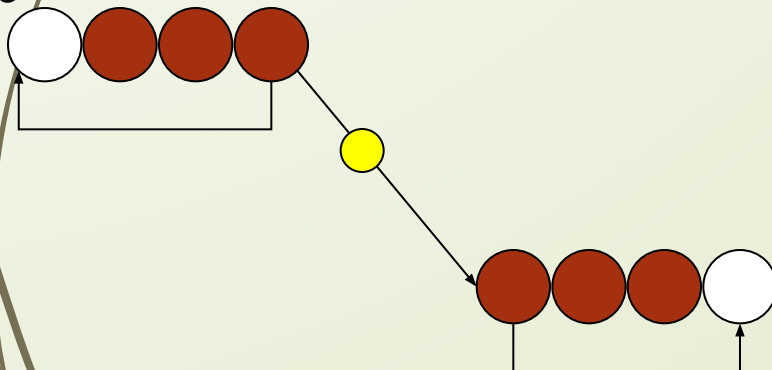
□ Передача мяча по прямой, прячемся в конец своей колонны.

2



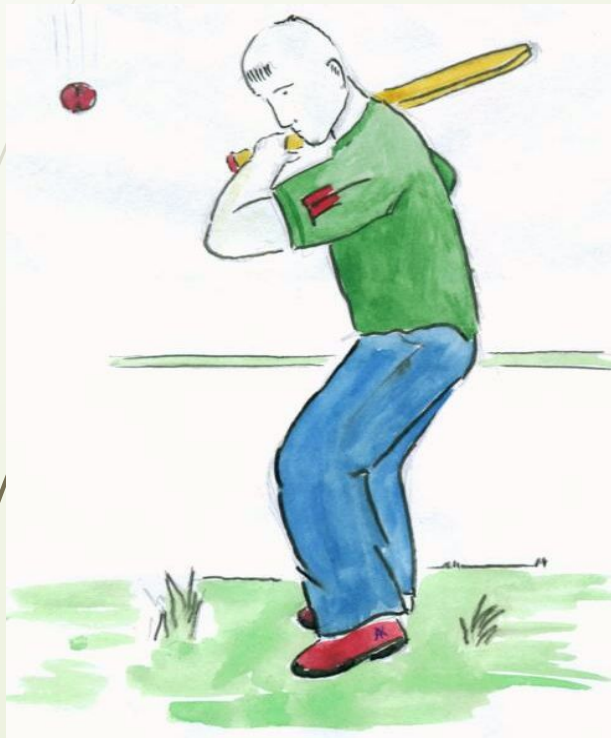
□ Передача мяча по прямой бежать туда куда летит мяч.

3



□ Передача мяча по диагонали, прячемся в конец своей колонны.

Обучение удару битой по мячу



- Удар по мячу с верху, с набрасыванием.
- Удар низом, когда игрок сам подбрасывает себе мяч.
- Удар по мячу с верху, когда игрок сам подбрасывает себе мяч.

Рекомендации



1. Играть в лапту можно как на улице, так и в зале.
2. В лапту могут одновременно играть девочки и мальчики.
3. Игра которая тренирует все физические качества и заставляет игроков мыслить.

Популярность лапты – в ее достоинствах:

Не требует дорогостоящих принадлежностей (инвентарь можно изготовить самостоятельно)

Не требует фундаментально оборудованных площадок.

Можно играть на открытых площадках и в условиях спортивного зала.

Доступна людям любого возраста.

Основу игры составляют бег, прыжки, метание мяча, ловля, удары битой и игровая ориентировка.

Она формирует выносливость тела, точность удара, меткость глаза.