



«Русская лапта» на уроке физической культуры.

Учитель физической культуры: Прокопова Л. Н.

п.Разумное
2015 год

Анатация

- Данная презентация представляет собой демонстрационную часть урока для учителей по физической культуре
- Целью работы являлась популяризация «Русской лапты»
- Презентация выполнена в программе Microsoft Power Point иллюстрированный материал взят из архива фотографий лица
- Количество слайдов – 12
- Объем работы: 1,73 МБ

- **Лапта по своему игровому содержанию, беговым и метательным действиям может занять достойное место на уроках физической культуры особенно легкоатлетическом цикле.**
- **Поэтому в течении нескольких лет я использую эту русскую игру на уроках легкой атлетики, расширяя арсенал средств легкоатлетической подготовки школьников.**

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



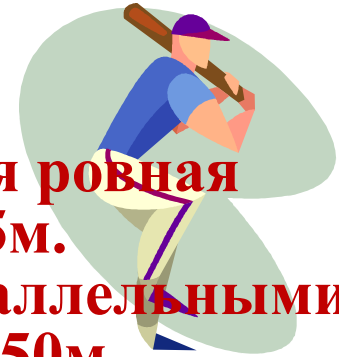
- В 1990 г. в г. Ростов состоялся первый официальный чемпионат России по лапте среди мужских команд.
- Особой популярностью лапта пользуется в Амурской, Иркутской, Тюменской, Томской, Саратовской, Брянской, Тульской, Московской, Новгородской, Белгородской областях, Краснодарском крае, в республике Башкортостан.
- 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

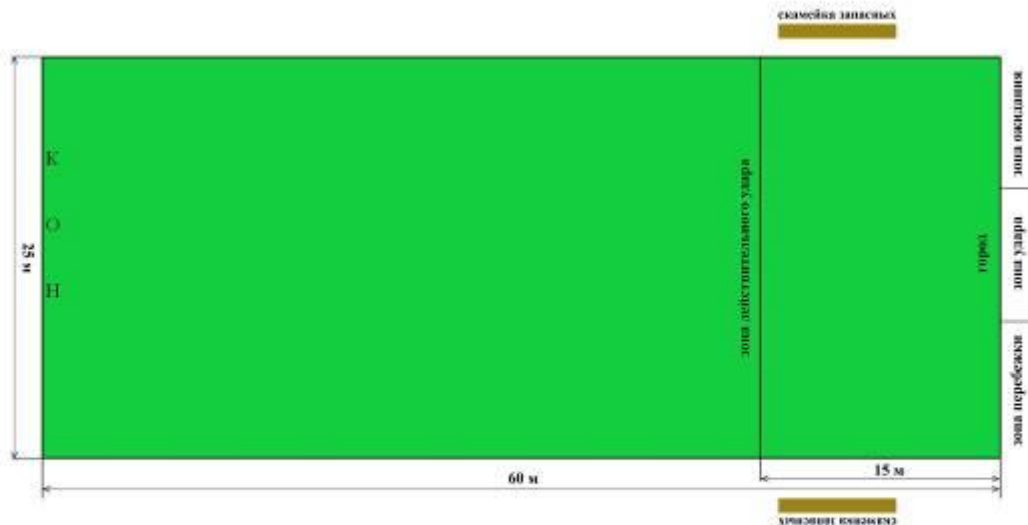


Местом для игры может служить любая ровная площадка длиной 50-60м. и шириной 20-35м.

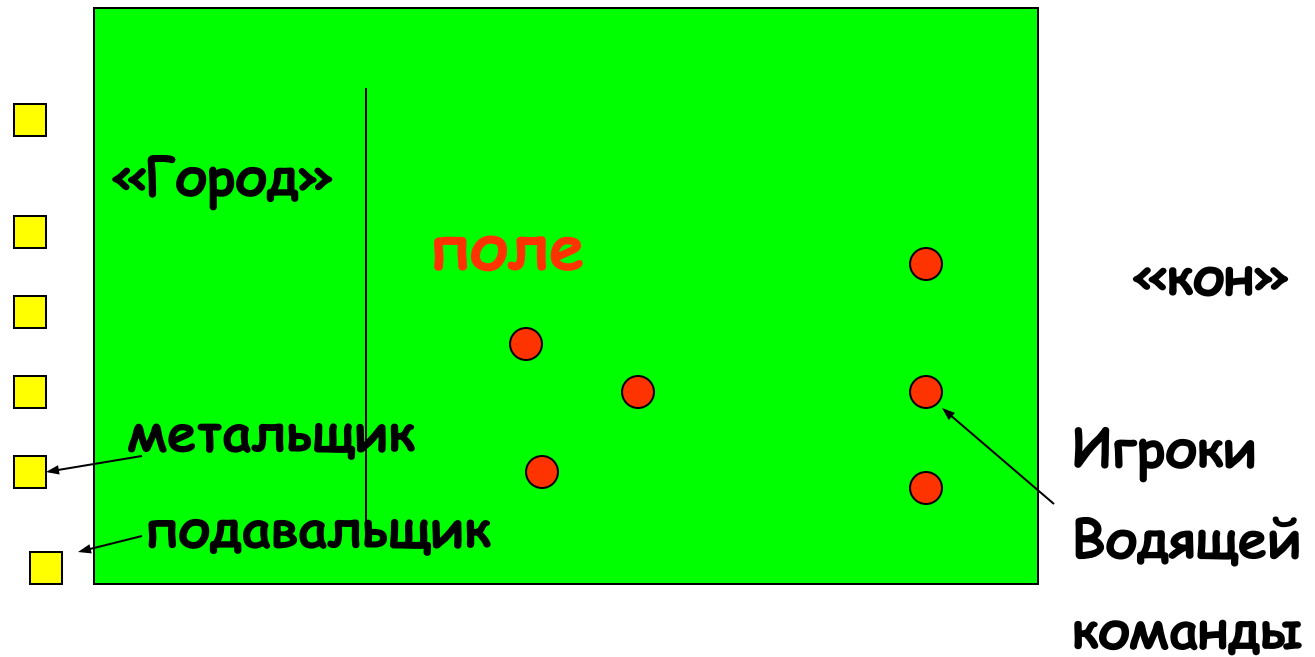
Она делится двумя поперечными параллельными линиями, отстоящими друг от друга на 40-50м.

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

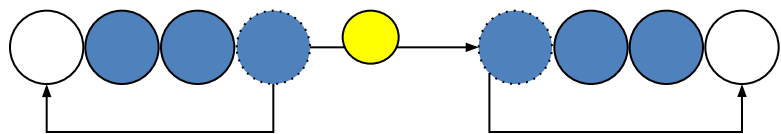
- Ходьба и ее разновидности.
- Бег и его разновидности.
- Упражнения для кистей рук и пальцев.
- Упражнения для плечевого сустава.
- Упражнения для мышц туловища.
- Упражнения для мышц ног.
- Упражнения на растягивание.
- Дыхательные упражнения.



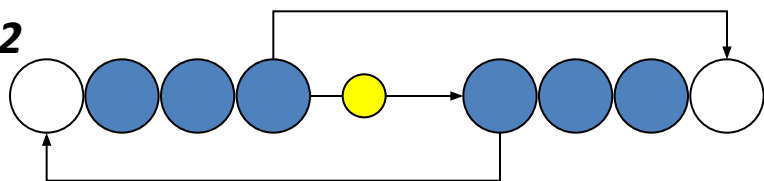
Обучение прием и передача мяча



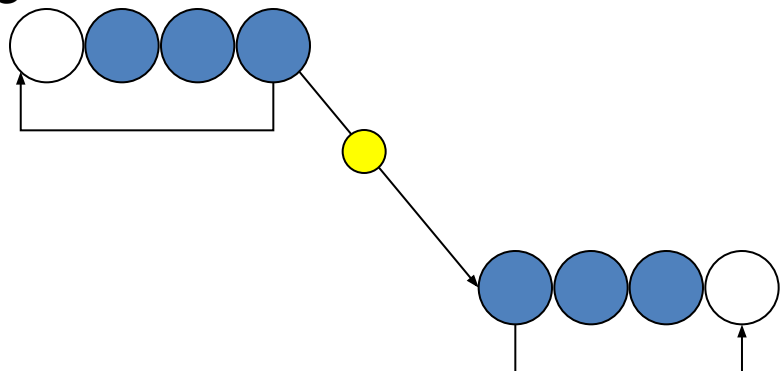
•1



2

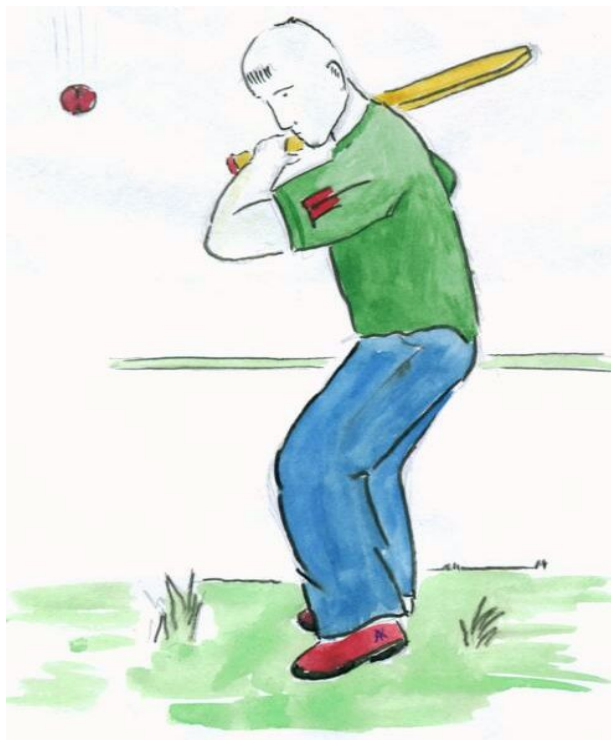


3



- Передача мяча по прямой, прячемся в конец своей колонны.
- Передача мяча по прямой бежать туда куда летит мяч.
- 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.**