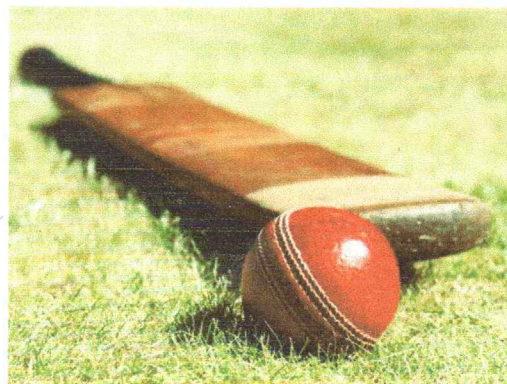


Консультация для родителей

«Правила игры в лапту»

Это старинная и всеми любимая русская игра. Для нее нужны большая площадка, мяч и лапта (бита или доска). На площадке чертят две линии. За одной из них находится «дом», за другой - «город», а между ними - «поле».



Игроки делятся на две команды. Команды расходятся: одна идет в «поле», а другая - за линию «города». Один игрок из команды «города» бьет лаптой по мячу, бежит к «дому» и бегом возвращается на свое место. Если ему это удалось, и его не осалили, то команда получает 2 очка.

Выбранные игроки «поля» стараются перехватить мяч и осалить им бегущего. Если игрок «города» понимает, что не успеет добежать до «дома» неосаленным, он может остановиться, а потом добежать до «города» вместе со следующим игроком своей команды. Если игроку удалось перебежать в «дом» и вернуться в «город» неосаленным, команде засчитывается 1 очко. Если мяч пойман игроком «поля» на лету, то его команда получает 1 очко и команды меняются местами.

Игра происходит в два этапа по 15 минут каждый. По окончании каждого периода команды меняются местами. Потом подсчитывают очки и по их количеству определяют победителя.

Что запрещено в русской лапте?

Запрещено всем игрокам, кроме подающего, подходить ближе, чем на 2 метра к игроку с лаптой (битой).

Запрещено осаливать в голову, пах и солнечное сплетение.

Запрещается пользоваться слишком тяжёлой или слишком длинной битой. Нельзя задерживать перебегающего игрока. Параметры лапты (биты) для дошкольников: от 350 г. (50 см.) до 450 г. (70 см.)

Играйте с детьми как можно чаще!

Инструктор по физической культуре
Онищенко Л.В.