

# Русская лапта





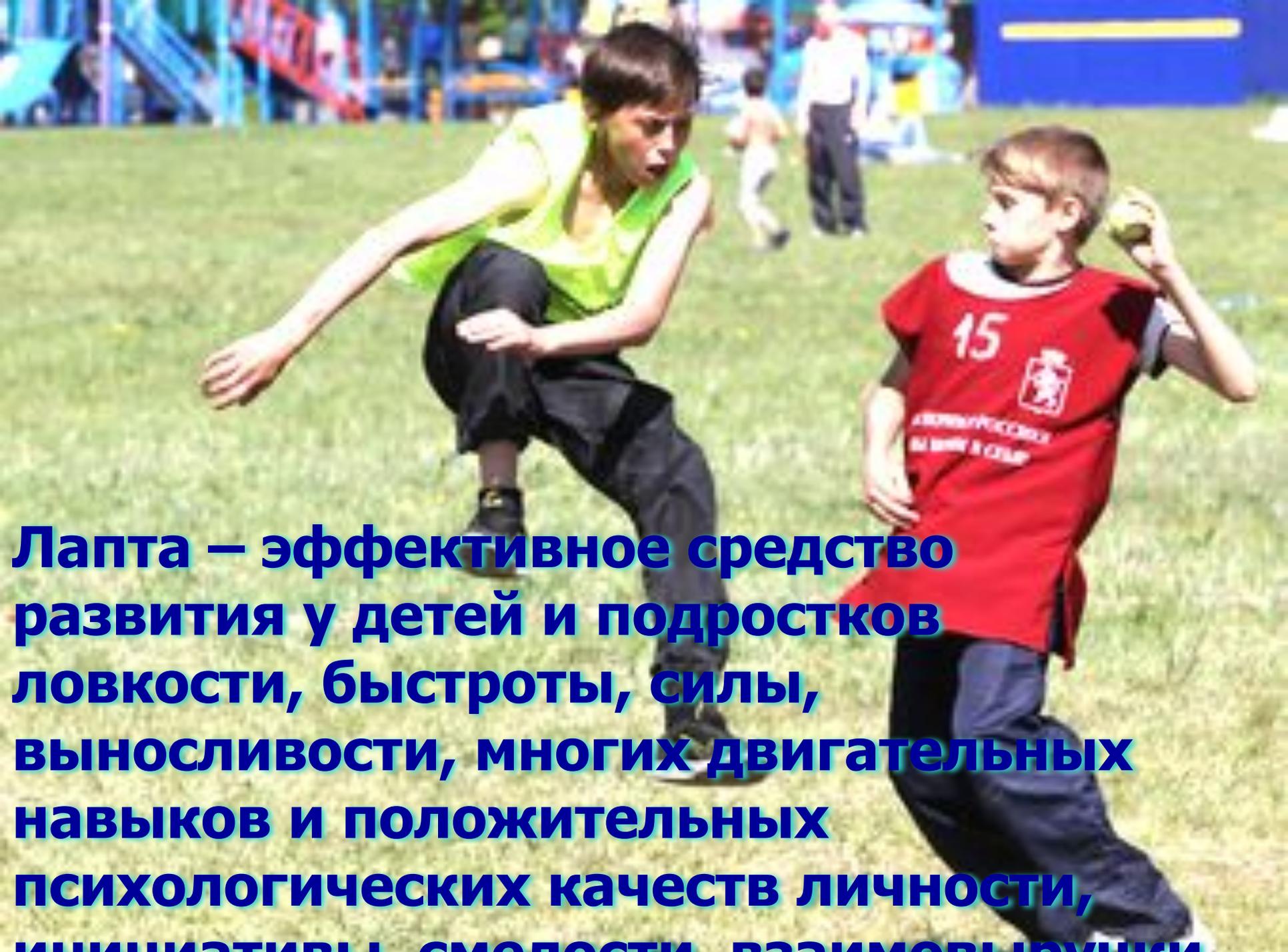
## Наиболее яркое высказывание о лапте было сделано русским писателем Куприным:

« Это народная игра - одна из самых интересных и полезных игр. В лапте нужны: верность своей команде, находчивость, внимательность, изворотливость, глубокое дыхание, быстрый бег, меткий глаз, твёрдость удара рук, и вечная уверенность в том, что тебя не победят. Трусам и лентяям в этой игре нет места. Я усердно рекомендую эту народную игру не только как механическое упражнение, но и как безобидную забаву, в которой вырабатывается товарищеская спайка: « своего выручай».





**Лапта - одна из старейших всеми любимых русских национальных игр, в нее можно играть практически на любой площадке или лужайке, при любой погоде с разным количеством игроков: от мала до велика. Игра пользуется большой любовью и популярностью среди населения из-за того, что она очень азартна, требует больших физических усилий, закаляет характер и стремление к победе.**



**Лапта – эффективное средство развития у детей и подростков ловкости, быстроты, силы, выносливости, многих двигательных навыков и положительных психологических качеств личности, инициативы и смелости, взаимовыручки**



**В игре участвуют две команды (количество игроков заранее оговаривается). Одна из команд занимает линию «города» и начинает игру в нападении, а другая (водящая) располагается в «поле» и играет в защите. Задача игроков команды нападающих – набрать за время игры наибольшее количество очков. После удачного удара битой необходимо совершить перебежку за линию кона и обратно. Задача защищающейся команды заключается в том, чтобы как можно быстрее овладеть мячом, отбитым нападающей командой, произвести осаливание (задеть мячом) одного из его игроков или вынудить к самоосаливанию, тем самым получить право продолжать игру в нападении.**

