

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ, НАУКИ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ  
КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ**  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ  
«ЦЕНТР РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА  
СИСТЕМЫ ОБРАЗОВАНИЯ»

---

---

350018 г. Краснодар, ул. Сормовская, 3  
E-mail: crfksso@bk.ru

Руководителям муниципальных  
органов управления образованием

21.06.2024 № 467  
на \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_

### О дошкольной лапте

Государственное казенное учреждение Краснодарского края «Центр развития физической культуры и спорта системы образования» (далее – ЦРФКССО) информирует, что в целях выполнения стратегии развития физической культуры и спорта в Краснодарском крае на период до 2030 года, утвержденной распоряжением главы администрации (губернатора) Краснодарского края от 18 июня 2021 г. № 147-р, реализации мероприятий программы развития детско-юношеского спорта в Краснодарском крае до 2030 года, утвержденной распоряжением главы администрации (губернатора) Краснодарского края от 5 мая 2022 г. № 162-р, на территории Краснодарского края реализуется региональный проект «Лапта в школе» (далее – Проект).

В 2023-2024 учебном году пилотными в реализации Проекта стали 58 общеобразовательных организаций из 25 муниципальных образований Краснодарского края. Охват обучающихся Проектом составил 7650 чел., это 17,9% от общего количества обучающихся в образовательных организациях, участвующих в его реализации. Реализация Проекта проходила в рамках урочной и внеурочной деятельности, а также посредством дополнительного образования. В рамках урочной и внеурочной деятельности игре «Лапта» обучались практически 7 тыс. школьников, что составило 90,7% от общего количества участников Проекта. Из них на уроках игре обучались 3,6 тыс. чел. (52,0%), в рамках внеурочной деятельности – 3,3 тыс. чел. (48,0%). Дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы по обучению игре «Лапта» в рамках деятельности школьных спортивных клубов реализовали 19 общеобразовательных организаций для 709 школьников, что составило 9,3% от общего количества детей и подростков в Проекте.

С сентября 2024 года к участию в Проекте привлекаются общеобразовательные организации кадетской направленности (имеющие статус «кадетская школа» или «казачья образовательная организация»), и дошкольные образовательные организации, имеющие статус «казачья образовательная организация» и имеющие группы «казачьей направленности».



Обучение детей старшего дошкольного возраста элементам русской лапты возможно на занятиях по физической культуре и во время прогулок на свежем воздухе. Внесение изменений в ОП ДО не требуется, достаточно добавить игру в планы работы инструктора по физической культуре и воспитателей старших и подготовительных к школе групп. Лапта служит дополнительным инструментом для эффективного построения занятий по физической культуре с элементами русской лапты и решению задач физического развития детей старшего дошкольного возраста.

Начало обучения элементам русской лапты в старшем дошкольном возрасте дает ребенку преимущество в достижении наивысших результатов. Лапта – эффективное средство развития быстроты, ловкости, координации, выносливости, волевых качеств и интеллектуальных способностей.

Лапта, как одна из множества игр, может быть использована для формирования культуры общения у детей дошкольного возраста. Использование русской лапты как средства физического воспитания способствует привитию здорового стиля и образа жизни, формированию жизненно важных двигательных умений и навыков, развитию основных физических качеств и повышению функциональных возможностей всех систем организма, воспитанию личностных качеств и позитивных черт характера, удовлетворению потребности в общении со своими сверстниками.

Ожидаемыми результатами обучения игре детей старшего дошкольного возраста являются:

- развитие волевых и физических качеств с помощью элементов игры «Русская лапта»;

- приобретение физкультурных знаний, необходимых для дальнейших организованных и самостоятельных занятий, освоение правил, знаний, умений и навыков, необходимых для обеспечения безопасности во время самостоятельных игр;

- приобретение жизненно-необходимых двигательных умений и навыков детей, развитие двигательной памяти;

- укрепление организма детей;

- расширение словарного запаса детей.

Для повышения интереса детей к занятиям лаптой и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач применяются разнообразные формы и методы проведения этих занятий:

- словесные методы: объяснение, рассказ, замечание, команды, указание (создают у детей предварительные представления об изучаемом движении);

- наглядные методы: показ упражнений, наглядных пособий, видеофильмов (помогают создать у детей конкретные представления об изучаемых действиях);

- практические методы: упражнения, игровой метод, соревновательный метод, круговая тренировка.

Главным из методов является метод упражнений, который предусматривает многократное повторение упражнений. Разучивание упражнений осуществляется в целом и по частям. Игровой и соревновательный



методы применяются после того, как у воспитанников образовались некоторые навыки игры. Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения выполняются с учётом технических и физических способностей занимающихся.

Основные виды упражнений для обучения игре:

1) ОРУ:

ходьба обычная, по кругу, в колонне, на носках, пятках, в полуприседе, в приседе, круговые движения прямыми и согнутыми руками, рывковые движения, сжимание пальцев в кулак;

в различных исходных положениях (на месте и в движении) движения плечами вверх-вниз, вперед-назад, круговые движения плечами;

сгибание и разгибание рук в лучезапястных суставах и круговые движения кистями, сжимание и разжимание пальцев рук в положении руки вперед, в стороны, вверх в сочетании с различными перемещениями: ходьба, бег;

бег вдоль границ площадки; стоя на одной ноге, другая впереди, сгибание и разгибание стопы, круговые движения стопой наружу и внутрь;

подскоки на двух ногах: ноги вместе, врозь, правая впереди, левая впереди и т. д.;

2) скоростные:

по зрительному сигналу бег 10-15 м из различных исходных положений: стоя, сидя - лицом и спиной к стартовой линии, лежа - головой и ногами к стартовой линии;

упражнения с набивными мячами: броски и ловля одной и двумя руками, стоя на месте и в прыжке;

бег с максимальной скоростью, обегая стойки, набивные мячи и т. п.;

игра «День и ночь»;

3) скоростно-силовые:

в парах броски набивного мяча (0,3 кг) двумя руками от груди снизу (справа, слева), из-за головы;

прыжки в длину с места, соревнование «Кто дальше?»;

прыжки на одной и обеих ногах на месте и в движении лицом вперед, боком и спиной вперед; многократные прыжки в длину с места;

многократные прыжки попеременно на правой и левой ноге;

в парах на расстоянии 3-5 м друг от друга: один игрок набрасывает мяч по средней или высокой траектории на голову партнеру, другой, смещаясь на мяч, ловит его и выполняет набрасывание в обратном направлении (4 мин);

в парах: первый бросает мяч с достаточной силой из-за плеча, другой ловит и выполняет бросок в обратном направлении, поочередно направляя мяч выше головы, в грудь и в ноги;

построение во встречных колоннах по 4-6 человек, передачи на месте со сменой мест, после передачи ученики могут перемещаться в конец своей колонны, в конец встречной колонны, обегать встречную колонну и возвращаться в конец своей колонны;



построение во встречных колоннах по 4-6 человек, передача на месте на быстроту, сочетать передачи с перемещениями на скорость;

игры «Катающаяся мишень», «Лови мяч»;

4) индивидуальные тактические действия в защите:

в парах на расстоянии 8-10 м: один партнер с мячом располагается спиной к игроку, по сигналу игрок без мяча бежит к партнеру или от него, по второму сигналу стоящий спиной разворачивается и выполняет точную передачу партнеру; игрок, поймавший мяч, по сигналу выполняет аналогичное задание; способы передачи постоянно меняются в зависимости от расстояния;

построение в колонну по одному, на расстоянии 15 м находится игрок, направляющий в колонне выполняет передачу игроку и бежит к нему навстречу, игрок возвращает мяч направляющему, который убегает в конец колонны, потом следующий из колонны выбегает и т. д.; способы передачи в зависимости от ситуации меняются;

построения в кругах по 5-7 человек, у всех в руках мячи, в центре круга один игрок, по сигналу игроки с мячами по очереди бросают в центр круга мячи; игрок, стоящий в центре круга, поворачивается к бросающему мяч и старается поймать его любым способом (двумя руками или одной);

5) метание и ловля мяча:

метание малого мяча в цель и на дальность, метание на дальность отскока от стены, метания набивного мяча из различных исходных положений (вес 1 кг) одной и двумя руками, метание гранаты (300 г, 500 г) и других предметов на дальность и в цель;

ловля мяча, ловля мяча двумя руками: мяч, летящий на уровне груди; мяч, летящий выше головы; мяч, прыгающий на площадке; мячи, летящие слева и справа на разных уровнях, на расстоянии вытянутых рук; ловля мяча из положения лежа, стоя, спиной (при выполнении передачи резко развернуться), боком, сидя на площадке; сидя на площадке ловить мяч, летящий вправо и влево; ловля мяча, летящего «свечой»;

ловля мяча одной рукой: правой и левой руками с близкого расстояния (3-10 м), с дальнего расстояния (30-40 м); ловля одной рукой мяча, летящего выше головы; мяча, летящего в 2-х метрах от игрока влево и вправо; мяча, катящегося по площадке в 2-х метрах от игрока; ловля мяча, прыгающего по площадке влево и вправо от игрока; ловля мяча из положения, стоя спиной к бросающему мячу, стоя боком, сидя, лежа на площадке;

б) переосаливание и осаливание:

поднять мяч после броска соперника и сделать обратный бросок (осаливание), самоосаливание;

бег по коридору, ограниченному двумя линиями, расстояние между ними 1 метр; бег 100 метров (50 метров по коридору вперед с максимальной скоростью, развернуться 50 метров обратно при этом бегущий не должен наступать на линии, ограничивающие коридор);

подвижные игры «Осаливание в квадрате», «Поймай лису», «Ударил - беги», «Кто больше осалит», баскетбол с теннисным мячом, салки:



7) подвижные игры с элементами лапты «В четыре стойки», «Кто быстрее?», «Попади мячом», «У кого меньше мячей?», «Город за городом», «Лапта с препятствиями», «Вольная лапта», «Метательная лапта», «Перебежки под обстрелом».

Игра в лапту не требует сложного инвентаря и оборудования. Для нее достаточно иметь один мяч и лапту (биту). Однако для обучения в условиях дошкольной образовательной организации и проведения соревнований в зале или на улице необходимы:

- набор мячей для каждого обучающегося или для пары;
- лапта (бита) для каждого обучающегося или для пары, соответствующая их возрасту;
- веревки для разметки площадок;
- тара (приспособления) для переноски инвентаря;
- флажки для установки на площадке и для судей;
- накидки для отличия команд (1-2 комплекта по 7-8 штук);
- информационное табло;

Весь инвентарь для лапты можно изготовить своими силами, в том числе и мячи для тренировок. На занятиях используются мячи теннисные, резиновые, поролоновые, мячи для метания (150-250 г.). Желательно, чтобы они отличались по цвету и были хорошо видны. На улице лучше использовать теннисные мячи, так как они не теряют своих свойств при изменении температуры и влажности. Резиновые мячи лучше использовать в спортивном зале, а также в случае отсутствия теннисных на улице. Эти мячи легче и мягче теннисных, что очень важно при игре на площадке, ограниченной стенами (меньше отскок и слабее удар при выбивании). По размеру они должны полностью или примерно соответствовать теннисным мячам.

Для игры в русскую лапту нет необходимости в дорогостоящем инвентаре. Для нее требуются:

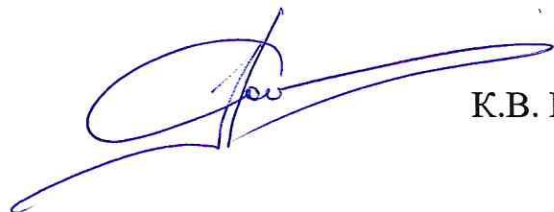
- мяч резиновый (можно теннисный);
- лапта (специальная бита, палка).

Размер лапты для дошкольника должен быть следующим: в длину 40 см, шириной у основания 8-10 см и толщиной ручки в 2-3 см. Мяч небольшого размера, удобный для захвата полной ладонью и не склонный к травмированию.

Свежий воздух, высокий эмоциональный фон оказывают мощное оздоровительное воздействие на организм дошкольников. Игра доступна для включения в дошкольные программы по физической культуре, можно использовать её как на основных занятиях по физическому развитию, так и на дополнительных. Русская лапта может носить как чисто оздоровительный, так и спортивный характер, предусматривая спортивное совершенствование дошкольников.

Руководитель

Тарасенко Алексей Сергеевич  
+ 7 (918) 360-16-59



К.В. Гошко