

**Финогенова Наталья Валентиновна**  
кандидат педагогических наук, доцент,  
ФГБОУ ВО «Волгоградская государственная  
академия физической культуры», г. Волгоград, Россия  
Finogenova Natalia Valentinovna,  
Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor  
Volgograd State Academy of Physical Culture, Volgograd, Russia

**Форафонова Наталья Васильевна**, магистрант,  
ФГБОУ ВО «Волгоградская государственная  
академия физической культуры», г. Волгоград, Россия  
Forafonova Natalia Vasilyevna, undergraduate student  
Volgograd State Academy of Physical Culture, Volgograd, Russia

**ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЛАПТЫ НА УРОКАХ  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЕ  
THE USE OF BAST SHOES IN PHYSICAL EDUCATION CLASSES  
IN ELEMENTARY SCHOOL**

**Аннотация:** В статье рассматриваются возможности развития двигательных способностей у младших школьников в процессе использования лапты в процессе уроков по физической культуре. Представлена методика использования лапты в младшем школьном возрасте. Ее структуру составили взаимосвязанные целевые установки, содержательный и методический компоненты. Экспериментальное апробирование разработанного нововведения.

**Abstract:** The article discusses the possibilities of developing motor abilities in younger schoolchildren in the process of using bast shoes during physical education lessons. The method of using bast shoes in primary school age is presented. Its structure consists of interrelated targets, content and methodological components. Experimental testing of the developed innovation.

**Ключевые слова:** младшие школьники, игра, развитие, лапта, физическая подготовленность.

**Keywords:** primary school students, play, development, lapta, physical fitness.

Усилившаяся загруженность современных школьников учебной деятельностью, заполнение жизни общением с гаджетами сокращает до минимума возможности детей в совместных играх. И как следствие – малоподвижный образ жизни, ухудшение здоровья, физическая и нравственная деградация.

Игра для младшего школьника не просто развлечение, а средство становления познавательного интереса и познавательной активности. Она требует от ребенка сообразительности, внимания, помогает научиться быстро ориентироваться и принимать правильные решения [4].

Народные игры в системе образования это одна из наиболее естественных и доступных форм физической активности для детей. Однако, несмотря на свою популярность и привлекательность, они не всегда находятся в фокусе внимания учителей физической культуры [3].

Лапта – это игра, которая требует меткости, точности и быстроты реакции. Во время игры дети должны быстро передвигаться по полю, менять направление движения, выполнять резкие повороты и прыжки. Это активно развивает моторику, а также способствует



улучшению общей физической формы. Использование лапты на уроках физической культуры в начальной школе может быть полезным и для развития у детей социальных навыков и командного взаимодействия [1,2].

Исходя из вышесказанного, мы посчитали возможным включить в содержание уроков по физической культуре для детей младшего школьного возраста лапту. Опытно-экспериментальная работа проводилась на базе МКОУ «Октябрьский лицей» поселка Октябрьский Волгоградской области, Калачевского района. В течение учебного года школьники осваивали технические приемы и особенности игры в лапту.

Основу содержания экспериментальной методики составляли двигательные задания, в которых заложены условия для ознакомления школьников с игрой «Лапта» и приобретение опыта участия в ней (рисунок 1).

Для освоения детьми технических приемов игры использовались упражнения, формирующие умения и навыки выполнять технические и тактические действия игроков в лапту. Это упражнения для обучения техники нападения (стойки и передвижения), защиты (стойки, ловля и передача мяча, перемещения, удары битой по мячу).



Рисунок 1. Методики использования лапты в физическом воспитании школьников младших классов



При освоении техники нападения в первую очередь дети познакомились с техникой работы с битой, и в частности выполнять удары по мячу, которые являются основным средством ведения игры. А по мере закрепления данного умения переходили к освоению этих же приемов в игре.

При освоении техники защиты главной задачей было изучение техники передвижений и техники владения мячом. Передвижения включают в себя группу приемов: стойки, ходьба, бег, иногда прыжки.

Техника владения мячом включает в себя: хват, ловлю, передачи и осаливание. Начинали с изучения хвата мяча, а по мере овладения данным приемом переходили к остальным. При этом все алгоритм освоения технических приемов строился на основании поэтапного усложнения осваиваемых технических приемов. От индивидуальных упражнений и элементарных подвижных игр, в которых не предполагается ни игрового взаимодействия, ни борьбы, к игровым заданиям и наконец к игре «Лапта».

Для закрепления полученных навыков игры «Лапта» использовали упражнения и подвижные игры с перемещениями, бросками, ловлей, с увертыванием, с отработкой удара.

Блок «Специальные упражнения для развития физических качеств» представлен двигательными заданиями на комплексное развитие различных сторон физической подготовленности.

Отобранные задания, направленные на обучение младших школьников игре «Лапта» включались в содержание уроков по физической культуре.

При обучении игре значительное количество учебного времени отводилось на обучение основам техники, причем основное место отводилось методу сопряженного воздействия, позволяющему посредством специальных упражнений и методических приемов одновременно осуществлять задачи технической подготовки и развития физических качеств. В центре внимания была работа над скоростной техникой. В таких приемах, как передачи, бросок мяча (осаливание), скорострельность достигается благодаря сокращению времени на подготовку к броску мяча и стабилизации основного двигательного действия.

По мере овладения техническими приемами, усложнялись условия выполнения действий, подводя детей к более трудным заданиям.

Структура урока по физической культуре оставалась традиционной, трехчастной. Изменения касались содержания частей.

Эффективность экспериментальной методики определялась в ходе тестирования в конце учебного года. Сравнивались результаты, показанные детьми в начале и конце учебного года (таблица 1)

Таблица 1

Изменение показателей двигательной подготовленности в ходе

Тесты/статист. данные	К.Г.			Э.Г.			P
	Мальчики (n=9)						
	X	$\sigma$	m	X	$\sigma$	m	
Бег 30 м, с	7,03	0,3	0,04	5,34	0,37	0,12	p < 0,001
Прыжки в длину с места, см	133,11	5,62	1,87	139,77	7,69	2,56	p < 0,05
Смешанное передвижение 1000 м.	6,68	0,18	0,06	5,26	0,53	0,17	p < 0,001
Подтягивание на низкой перекладине	13,44	1,58	0,52	16,44	2,78	0,92	p < 0,05
Челночный бег 3x 10 м, с	10,18	0,19	0,05	9,03	0,15	0,05	p < 0,001



Девочки (n=6)							
Бег 30 м, с	6,73	0,57	0,23	5,88	0,21	0,08	p < 0,001
Прыжки в длину с места, см	131,66	4,5	1,83	136	5,58	2,28	p > 0,05
Смешанное передвижение 1000 м.	6,27	0,57	0,2	5,53	0,23	0,09	p < 0,01
Подтягивание на низкой перекладине	9,66	0,81	0,33	16,33	3,66	1,49	p < 0,001
Челночный бег 3х 10 м, с	10,18	0,16	0,06	9,26	0,39	0,16	p < 0,001

Таким образом, полученные результаты показали необходимость проведения данной работы в целях повышения двигательной подготовленности детей младшего школьного возраста.

*Список литературы:*

1. Алферов Д.А. Лапта как нетрадиционная форма обучения на уроках физической культуры // Наука-2020: Физическая культура, спорт, туризм: инновационные проекты и передовые практики. Часть 2: материалы VI Международной научно-практической конференции 28-29 апреля 2017 г. Орёл. / Изд-во МАБИВ – Орел, 2017. – 3 (14). – С. 130-133.
2. Мальцев, Д. Н. Русская лапта на занятиях по физической культуре в вузе: учебное пособие / Д. Н. Мальцев. – Киров: Кировский ГМУ, 2021. – 132 с.
3. Об организации и проведении занятий по русской лапте в школе // Издательский дом "1 сентября" URL: <https://spo.1sept.ru/article.php?ID=200701001>
4. Сенеогноева Н.А. Игра в жизни, воспитании, обучении и развитии детей младшего школьного возраста // Социальная педагогика. 2019. № 2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/igra-v-zhizni-vospitanii-obuchenii-i-razviti-i-detey-mladshego-shkolnogo-vozrasta>.

