****

**Содержание программы внеурочной деятельности**

Рабочая программа создана на основе «ПРИМЕРНАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» (МОДУЛЬ «ЛАПТА») ДЛЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ, РЕАЛИЗУЮЩИХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ПРОГРАММЫ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО, ОСНОВНОГО ОБЩЕГО И СРЕДНЕГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ», КОСТАРЕВ АЛЕКСАНДР ЮРЬЕВИЧ.

**Раздел 1. Знания о лапте.** История зарождения лапты. Известные отечественные игроки в лапту и тренеры. Современное состояние лапты в РФ. Место лапты в Единой всероссийской спортивной классификации. Статус спортивных соревнований. Понятие спортивных федераций по лапте, как общественных организаций. Сильнейшие спортсмены и тренеры в современной лапте. Официальные правила соревнований по лапте. Регионы РФ, развивающие лапту, команды - победители всероссийских соревнований.

Влияние занятий лаптой на формирование положительных качеств личности человека (воли, смелости, трудолюбия, честности, сознательности, выдержки, решительности, настойчивости, этических норм поведения).

Разновидности лапты. Словарь терминов и определений по лапте. Состав команды.

Амплуа полевых игроков при игре лапта**.** Роль капитана команды.

Лапта как средство укрепления здоровья, закаливания и развития физических качеств.

Правила безопасного поведения во время занятий лаптой. Характерные травмы игроки в лапту и мероприятия по их предупреждению Режим дня при занятиях лаптой. Правила личной гигиены во время занятий лаптой.

Правила подбора физических упражнений для развития физических качеств игроки в лапту**.** Понятия и характеристика технических и тактических элементов лапты, их название и методика выполнения.

**Раздел 2*.* Способы самостоятельной деятельности.** Подвижные игры и правила их проведения. Организация и проведение игр специальной направленности с элементами лапты.

Классификация физических упражнений: подготовительные, общеразвивающие, специальные и корригирующие.

Составление комплексов различной направленности: утренней гигиенической гимнастики, корригирующей гимнастики с элементами лапты; дыхательной гимнастики, упражнений для глаз, упражнений формирования осанки и профилактики плоскостопия, упражнений для развития физических качеств; упражнений для укрепления голеностопных суставов.

Организация и проведение самостоятельных занятий по лапте. Составление планов и самостоятельное проведение занятий по лапте. Способы самостоятельного освоения двигательных действий, подбор подводящих, подготовительных и специальных упражнений. Самоконтроль и его роль в учебной и соревновательной деятельности. Дневник самонаблюдения за показателями развития физических качеств и состояния здоровья.

Правила безопасного, правомерного поведения во время соревнований по лапте в качестве зрителя, болельщика (фаната). Средства восстановления организма после физической нагрузки. Правила личной гигиены, требования к спортивной одежде и обуви для занятий лаптой. Правила ухода за спортивным инвентарем и оборудованием. Правильное сбалансированное питание игрока в лапту.

Причины возникновения ошибок при выполнении технических приёмов и способы их устранения. Основы анализа собственной игры, игры своей команды и игры команды соперников. Контрольно-тестовые упражнения по общей и специальной физической подготовке. Оценка уровня технической и тактической подготовленности игроков в лапту.

Способы и методы профилактики пагубных привычек, асоциального и созависимого поведения. Антидопинговое поведение.

**Раздел 3*.* Физическое совершенствование.** Комплексы общеразвивающих и корригирующих упражнений на развитие основных физических качеств, в том числе входящих в программу ВФСК ГТО. Упражнения на развитие физических качеств (ловкости, гибкости, силы, выносливости, быстроты и скоростных способностей)**.** Комплексы упражнений, формирующие двигательные умения и навыки технических и тактических действий игроки в лапту: общеподготовительных и специально- подготовительных. Комплексы корригирующей гимнастики с использованием специальных упражнений из лапты. Разминка и её роль на занятиях по лапте. Комплексы специальной разминки перед соревнованиями по лапте.

Подвижные игры с предметами и без, эстафеты с элементами лапты на развитие физических качеств (ловкости, гибкости, силы, выносливости, быстроты и скоростных способностей).

Техника нападения. Стойки бьющего: для удара сверху, снизу, сбоку. Стойки перебежчика: высокий старт, низкий старт. Передвижения: ходьба, бег, прыжки, остановки и падения, приемы, позволяющие избежать осаливания и самоосаливания, навыки переосаливания (ответное осаливание). Удары битой по мячу способом сверху, сбоку,

«свечей», обманные удары*.* Подача мяча.

Техника защиты. Стойки. Передвижения: ходьба, бег, прыжки. Ловля мяча: высоко, низколетящего, катящегося. Передачи мяча: сверху, сбоку, снизу, от себя. Осаливание: с близкого расстояния, с дальнего расстояния.

Тактика нападения.

Индивидуальные действия: выбор удара в зависимости от игровой ситуации: сверху, сбоку, «свечой»; выбор направления удара (влево, вправо и по центру); действия перебежчика, которого осаливает противник, в случае, когда партнеры приносят своей команде очки; действия нападающего при выносе мяча защитником за линию дома; выбор места для перебежки; действия нападающего при ошибках защитников (неточная подача мяча, мяч выходит из поля зрения защитников); действия нападающего находящегося: за линией дома, за линией кона; действия нападающего при осаливании, самоосаливании, переосаливании; методика обучения.

Групповые действия: взаимодействия двух, трех и более перебежчиков с перемещением от линии дома до линии кона и наоборот; виды групповых перебежек; групповые перебежки после удара сверху («свечой») за линию дома; групповые перебежки команды, имеющей в ходе встречи меньшее количество очков; взаимодействия бьющего ударом сверху и перебежчика (или нескольких, находящихся в пригороде); взаимодействие нападающего, бьющих ударом сбоку и перебежчиков, находящихся за линией кона.

Командные действия: система игры в нападении; расстановка игроков в порядке очередности пробития ударов; учебные игры с применением системы игры в нападении: 2- 2-2; 1-3-2; 3-2-1; принципы системы нападения и расстановка игроков по игровым функциям: бьющие ударом сверху, бегунки, бьющие ударом сбоку; командные действия при игре в нападении: преимущественное использование игроками ударов сверху; преимущественное использование нападающими ударов сверху и «свечой»; преимущественное использование игроками дальних боковых ударов; действия команды, проигрывающей в конце встречи от 1 до 12 очков; действия команды, выигрывающей в ходе встречи: с небольшим преимуществом, с большим преимуществом; действия команды в случае, когда есть только один игрок, имеющий право на удар; взаимодействия

перебежчиков, находящихся за линией дома и за линией кона при последнем бьющем игроке; методика обучения.

Тактика защиты.

Индивидуальные действия*:* выбор места для ловли мяча при ударах (сверху, сбоку,

«свечой»); действия защитника при: пропуске мяча, летящего в его сторону; страховке своих партнеров при ударе сверху; выборе места для того, чтобы осалить перебежчика; выборе места для получения мяча от партнера; переосаливании (обратном осаливании); расположении нападающих в пригороде и за линией кона; перебежках нападающих; действия подающего при выносе мяча за линию дома; методика обучения.

Групповые действия: взаимодействие двух, трех и более игроков при розыгрыше мяча после удара соперника; действия группы защитников передней линии (правый ближний, левый ближний, центральный) при ударах сверху (вправо и влево); действия игроков задней линии (правый дальний, левый дальний) при ударах сбоку (вправо и влево); взаимодействия подающего, центрального и правого (левого) дальнего защитника при выполнении перебежки с линии дома; взаимодействие левого (правого) дальнего защитника, центрального, подающего при выполнении перебежки с линии кона; действия группы защитников (правая сторона, левая сторона) при пропуске мяча за боковую линию; взаимодействие игроков передней и задней линии при ударе «свечой»; взаимодействие игроков задней линии при осаливании перебежчиков; методика обучения.

Командные действия: система игры в защите; учебные игры с применением системы игры 1-2-1-2; 1-3-2; 1-2-2-1; принципы системы защиты и расположение игроков защиты на площадке; действия команды защиты при: ударе сверху (в правую, левую зоны и по центру); ударе сбоку и «свечой»; проигрывающей по ходу игры; случае, когда у нападающих остался один игрок, имеющий право на удар; одиночных перебежках соперника; групповых перебежках соперника; ударе, после которого мяч улетает за боковую линию; самоосаливание соперника; переосаливание соперника; взаимодействие подающего с игроками передней линии, центрального и игроками задней линии; тактические комбинации и отдельные моменты игры (стандартные положения); методика обучения.

Соревновательная деятельность: судейская коллегия; судьи и их обязанности; правила судейства и жесты судей; судейство в матчевых встречах, первенствах школы и межшкольных соревнованиях по лапте и мини-лапте для определённого возрастного уровня; игра на площадке полными составами; подготовка и участие в матчевых встречах между классами, первенствах школы, межшкольных, районных и региональных соревнованиях по лапте; правила безопасности в соревновательной деятельности по лапте и мини- лапте. Участие в матчевых встречах, первенствах школы и межшкольных соревнованиях по мини- лапте и лапте для определённого возрастного уровня; правила безопасности в соревновательной деятельности по лапту.

Двухсторонняя игра: в двухсторонних играх команды получают задания на совершенствование технических приемов или тактических действий; совершенствуются разнообразные удары, приемы, позволяющие избежать осаливания, ловля и передачи в движении; в тактических действиях совершенствуются групповые перебежки, выбор места в защите при ударах различными способами.

**Формы занятий:**

Основными формами образовательного процесса при реализации курса являются:

* групповые, теоретические и практические занятия,
* соревнования различного уровня (тренировочные, школьные, муниципальные),
* подвижные игры,
* квалификационные испытания. Методы работы:
* словесные: объяснение, беседа;
* наглядные: наблюдение, повторение, закрепление тактико-технических элементов игры;
* практические: тренировочная игра

**Планируемые результаты освоения внеурочной деятельности**

Личностные результаты:

* + проявление чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России через знание истории и современного состояния развития лапты, включая региональный, всероссийский уровни;
	+ уважение государственных символов (герб, флаг, гимн), готовность к служению Отечеству, его защите на примере роли традиций и развития лапты в современном обществе;
	+ умение ориентироваться на основные нормы морали, духовно-нравственной культуры и ценностного отношения к физической культуре, как неотъемлемой части общечеловеческой культуры средствами лапты;
	+ готовность обучающихся к саморазвитию и самообразованию через ценности, традиции и идеалы главных организаций регионального, всероссийского уровней по лапте, мотивации и осознанному выбору индивидуальной траектории образования средствами лапты профессиональных предпочтений в области физической культуры и спорта, в том числе в рамках деятельности школьных спортивных клубов;
	+ сформированность толерантного сознания и поведения, способность вести диалог с другими людьми (сверстниками, взрослыми, педагогами, взрослыми), достигать в нём взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения в учебной, тренировочной, досуговой, игровой и соревновательной деятельности, судейской практики на принципах доброжелательности и взаимопомощи;
	+ реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков; умение оказывать первую помощь;
	+ проявление осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
	+ моральной компетентности в решении проблем в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности по виду спорта «лапта»;
	+ готовность соблюдать правила индивидуального и коллективного безопасного поведения в учебной, соревновательной, досуговой деятельности и чрезвычайных ситуациях;

-готовность к осознанному выбору будущей профессии и возможности реализации собственных жизненных планов средствами лапты как условие успешной профессиональной, спортивной и общественной деятельности;

-проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных ситуациях и условиях;

-способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности средствами лапты.

Метапредметные результаты:

* + умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результатов в учебной,

тренировочной, игровой и соревновательной деятельности, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

* + умение самостоятельно определять цели своего обучения средствами лапты и составлять планы в рамках физкультурно-спортивной деятельности;
	+ выбирать успешную стратегию и тактику в различных ситуациях;

-осуществлять, контролировать и корректировать учебную, тренировочную, игровую и соревновательную деятельность по виду спорта «лапта»;

* + умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения задач в учебной, игровой, соревновательной и досуговой деятельности, оценивать правильность выполнения задач, собственные возможности их решения;
	+ умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию и тактику поведения в учебной, тренировочной, игровой, соревновательной и досуговой деятельности, судейской практике с учётом гражданских и нравственных ценностей;
	+ умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность со сверстниками и взрослыми;
	+ работать индивидуально, в парах и в группе, эффективно взаимодействовать и разрешать конфликты в процессе учебной, тренировочной, игровой и соревновательной деятельности, судейской практики, учитывать позиции других участников деятельности;
	+ владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
	+ умение создавать, применять и преобразовывать графические пиктограммы физических упражнений в двигательные действия и наоборот, схемы для тактических, игровых задач;
	+ способность самостоятельно применять различные методы, инструменты и запросы в информационно-познавательной деятельности, умение ориентироваться в различных источниках информации с соблюдением правовых и этических норм, норм информационной безопасности.

 Планируемые предметные результаты на уровне начального общего образования:

* формирование представлений о значении занятий лаптой как средством укрепления здоровья, закаливания и развития физических качеств человека;
* формирование знаний по истории возникновения игры лапта, мини-лапта в мире и в Российской Федерации;
* формирование представлений об игре лапта и основных правилах игры, терминологии, составе команды, роль капитана команды и функциях игроков в команде нападающий, защитник;
* формирование навыков безопасного поведения во время занятий лаптой;
* правил личной гигиены, требований к спортивной одежде и обуви, спортивному инвентарю для занятий лаптой;
* формирование основ организации самостоятельных занятий лаптой со сверстниками;
* организация и проведение со сверстниками подвижных игр специальной направленности с элементами лапты;
* способность выполнять различные виды передвижений: бег, прыжки, остановки, повороты с изменением скорости, темпа и дистанции в учебной, игровой и соревновательной деятельности;
* способность выполнять технические элементы (приемы), ловля и передача мяча на месте, броски мяча в стену в цель с последующей ловлей, расстояние 3 метра. Метание теннисного мяча на дальность. Удары битой по мячу способом сверху. Бег с высокого старта. Бег лицом вперед, боком. Прыжки и способы их выполнения. Техника обучения остановкам во время игры. Основы техники хвата биты при игре в мини-лапту (лапту) и простейшие приёмы

владения ими. Основы техники игры в защите - подводящие упражнения и элементарные формы техники игры в защите. Понятия: «стойка» и «передвижение» пр. Упражнения, направленные на обучение технике владения мячом во время игры в мини-лапту - передача, ловля, осаливание, прочие упражнения. Ловля теннисного мяча и передача партнеру. Осаливание неподвижной цели;

* способность выполнять элементарные тактические комбинации: в парах, в тройках; тактические действия с учетом игровых амплуа в команде; подводящие игры с элементами лапты (мини-лапты); основные правила игры в мини-лапту; игра в мини-лапту малыми составами (игра 3х3, 4х4); игра в лапту большими составами (игра 7х7, 8х8,9х9); организация школьных соревнований по мини-лапте зимой и лапте летом;
* участие в учебных играх в уменьшенных составах, на уменьшенной площадке, по упрощенным правилам;
* выполнение контрольно-тестовых упражнений по общей и специальной физической подготовке и умение определять уровень физической подготовленности;
* проявление уважительного отношения к одноклассникам, проявление культуры общения и взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей в учебной и игровой деятельности на занятиях лаптой.

**Планируемые предметные результаты на уровне основного общего образования:**

-понимание роли и значения занятий лаптой в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;

-знание роли главных спортивных федераций по лапте, как общественных организаций; сильнейших спортсменов и тренеров в современной лапте знание правил соревнований по виду спорта лапта; знания состава судейской коллегии, обслуживающей соревнования по лапте и основных функций судей, жестов судьи; осуществление судейства учебных игр в качестве судьи, помощника судьи, секретаря;

умение проектировать, организовывать и проводить различные части урока в качестве помощника учителя; подвижные игры и эстафеты с элементами лапты, во время самостоятельных занятий и досуговой деятельности со сверстниками;

умение характеризовать средства общей и специальной физической подготовки в лапте, основные методы обучения техническим приемам;

освоение и демонстрация техники игры защитников: техника ловли мяча стоя, в движении и методическая последовательность её обучению; техника выполнения передачи мяча различными способами; техника осаливания соперника (с дальнего, среднего и близкого расстояния); техника игры в нападении: подача мяча; техника ударов битой по мячу способом сверху, снизу и сбоку, способы держания биты (хват); техника приемов, позволяющие избежать осаливание;

знание, моделирование и демонстрация индивидуальных, групповых и командных действий в тактике нападения и защиты с учетом игровых амплуа, наиболее выгодных позиций, игровых ситуаций; применение изученных тактических действий в учебной, игровой соревновательной и досуговой деятельности;

проявление заинтересованности и познавательного интереса к освоению технико- тактических основ лапты; умение отслеживать правильность двигательных действий и выявлять ошибки в технике и тактике игры лапта;

составление и выполнение индивидуальных комплексов общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, упражнений для развития физических качеств игроков в лапту;

умение отслеживать правильность двигательных действий и выявлять ошибки в технике ловли мяча стоя, в движении; техника выполнения передачи мяча различными способами; техника осаливания соперника (с дальнего, среднего и близкого расстояния); техника игры в нападении: подача мяча; техника ударов битой по мячу способом сверху, снизу и сбоку, способы держания биты (хват); техника приемов, позволяющие избежать осаливание;

знание и применение правил безопасности при занятиях лаптой правомерного поведения во время соревнований по лапте в качестве зрителя, болельщика («фаната»);

знание характеристик внешних признаков утомления, осуществление самоконтроля и применение средств восстановления организма после физической нагрузки на занятиях лаптой; способность применять самоконтроль в учебной и соревновательной деятельности; соблюдение правил личной гигиены и ухода за спортивным инвентарем и оборудованием; подбора спортивной одежды и обуви для занятий по лапте;

способность организовывать самостоятельные занятия с использованием средств лапты, подбирать упражнения различной направленности, режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физической подготовленности;

знание контрольно-тестовых упражнений для определения уровня физической и технической подготовленности игроков в лапту, умение проводить тестирование уровня физической и технической подготовленности юного спортсмена, сравнивать свои результаты с результатами других обучающихся;

взаимодействие в коллективе сверстников при выполнении групповых и командных упражнений тактического характера, проявление толерантности во время учебной и соревновательной деятельности.

Планируемые предметные результаты **на уровне среднего общего образования:**

знание истории развития современной игры лапты, определение места лапты в системе народных игр, этапы развития народной игры; перерождение игры из народной забавы в вид спорта; схожие виды спорта за рубежом;

знание современного состояния лапты в России; регионы России, развивающие лапту, команды - победители всероссийских соревнований;

способность аргументированно принимать участие в обсуждении успехов и неудач сборных команд страны;

умение анализировать результаты соревнований, входящих в официальный календарь соревнований (всероссийских, региональных); различать системы проведения соревнований по лапте, понимать структуру спортивных соревнований и физкультурных мероприятий по лапте среди различных возрастных групп и категорий участников;

понимание роли занятий лаптой как средства укрепления здоровья, повышения функциональных возможностей основных систем организма и развития физических качеств; характеристика способов повышения основных систем организма и развития физических качеств;

способность планировать, организовывать и проводить самостоятельные тренировки по лапте с учетом применения способов самостоятельного освоения двигательных действий, подбора упражнений для развития основных физических качеств, контролировать и анализировать эффективность этих занятий;

владение и применение способов самоконтроля в учебной, тренировочной и соревновательной деятельности, средств восстановления после физической

нагрузки, способов индивидуального регулирования физической нагрузки с учетом уровня физического развития и функционального состояния;

знание и применение основ формирования сбалансированного питания при занятиях лаптой;

способность характеризовать и демонстрировать средства физической подготовки, применять их в образовательной и тренировочной деятельности при занятиях лаптой;

владение навыками разработки и выполнения физических упражнений различной целевой и функциональной направленности, используя средства лапты, применять их в игровой и соревновательной деятельности;

способность характеризовать и демонстрировать комплексы упражнений, формирующие двигательные умения и навыки тактических приемов игроков в лапту;

способность демонстрировать технику игры защитников: техника ловли мяча стоя, в движении и методическая последовательность её обучению; техника выполнения передачи мяча различными способами; техника осаливания соперника (с дальнего, среднего и близкого расстояния); техника игры в нападении: подача мяча; техника ударов битой по мячу способом сверху, снизу, сбоку, обманные удары; способы держания биты (хват); техника приемов, позволяющие избежать осаливание;

моделирование и демонстрация индивидуальных, групповых и командных действий в тактике нападения и защиты с учетом игровых амплуа, наиболее выгодных позиций, стандартных комбинаций, игровых ситуаций; применение изученных тактических действий в учебной, игровой соревновательной и досуговой деятельности; способность слаженно действовать и страховать партнеров при организации обороны при различных принципах защиты;

способность понимать сущность возникновения ошибок в двигательной (технической) деятельности при выполнении технических приемов, анализировать и находить способы устранения ошибок; проводить анализ собственной игры и игры команды соперников, выделять слабые и сильные стороны игры, делать выводы;

участие в соревновательной деятельности в соответствии с правилами игры лапта; применение правил соревнований и судейской терминологии в судейской практике и игре;

соблюдение требований к местам проведения занятий лаптой, способность применять знания в самостоятельном выборе спортивного инвентаря (технические требования к инвентарю и оборудованию), мест для самостоятельных занятий лаптой, в досуговой деятельности;соблюдение правил техники безопасности во время занятий и соревнований по лапте; знание причин возникновения травм и умение оказывать первую помощь при травмах и повреждениях во время занятий лаптой;

соблюдение гигиенических основ образовательной, тренировочной и досуговой двигательной деятельности, основ организации здорового образа жизни средствами лапты;

использование занятий по лапте для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья, повышения уровня физических кондиций;

способность проводить контрольно-тестовые упражнения по общей, специальной и технической подготовке по лапте в соответствии с методикой; выявлять особенности в приросте показателей физической и технической подготовленности, сравнивать их с возрастными стандартами физической и технической подготовленности;

способность соблюдать правила безопасного, правомерного поведения во время соревнований различного уровня по лапте в качестве зрителя, болельщика («фаната»);

знание и применение способов и методов профилактики пагубных привычек, асоциального и созависимого поведения, знание понятий «допинг» и «антидопинг».

**Тематическое планирование 5-6 класс**

**Количество часов в год-34, количество часов в неделю-1**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Раздел** | **ЭОР** | **Количество часов** |
| ***Знания о лапте (в процессе занятий)*** | [**www.ruslapta.ru**](http://www.ruslapta.ru/) | **4** |
| ***Способы самостоятельной деятельности*** | **8** |
| ***Физическое совершенствование*** | **56** |
| **Итого** | **68** |

**Тематическое планирование 7-9 класс**

**Количество часов в год-34, количество часов в неделю-1**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Раздел** | **ЭОР** | **Количество****часов** |
| ***Знания о лапте (в процессе занятий)*** | [**www.ruslapta.ru**](http://www.ruslapta.ru/) | **6** |
| ***Способы самостоятельной******деятельности*** | **12** |
| ***Физическое совершенствование*** | **84** |
| **Итого** | **102** |

**Тематическое планирование 5- 9 классы**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Тема | Кол-во часов |
| 1 | Инструктаж по Т.Б. Правила игры. Подачи и удары по мячу.Осаливание и самоосаливание, Ловля мяча с лёта. ОРУ. Ускорения и пробежки. Развитие координационных способностей | 1 |
| 2-4 | Развитие скоростных качеств: бег изразличных исходных положений, челночный бег, бег с огибанием стоек, с набивными мячами; игры: «День и ночь», «Вызов» | 3 |
| 5-6 | Развитие скоростно-силовых качеств: броски набивного мяча из различных положений, прыжки с места, многоскоки попеременнона каждой ноге, игра «Катающаяся мишень | 2 |
| 7-8 | Основной спортивный инвентарь для игры в русскую лапту.Совершенствование навыков ловли мяча одной рукой, двумя руками, выполнение передачи мяча. «День и ночь», «Вызов» | 2 |
| 9-10 | Обучение ударам битой по мячу различными способами: «сверху»,«сбоку»,«снизу». Совершенствование навыков ловли мяча одной рукой, двумя руками, выполнение передачи мяча. «День и ночь»,«Вызов» | 2 |
| 11-12 | Подачи и удары по мячу с набрасывания партнёра. Тактические действия игроков, Ловля мяча с отскока. Взаимодействие игроков. ОРУ. Ускорения и пробежки. Развитие координационных способностей | 2 |
| 13 | Обучение ударам битой по мячу различными способами: «сверху»,«сбоку»,«снизу». Тактическая подготовка. Овладение групповыми взаимодействиями | 1 |
| 14 | Стойка игрока. Передвижение игроков. Овладение стойкой ипередвижениями. Тактическая подготовка. Овладение групповыми взаимодействиями | 1 |
| 15-17 | Тактическая подготовка. Овладение групповыми взаимодействиями.Учебная игра | 3 |
| 18-20 | Ловля мяча. Передача мяча. Броски мяча в цель. Финты, уклонения.Учебная игра | 3 |
| 21-23 | Тактика игры в русскую лапту. Тактика игры в нападении. Учебная Игра | 3 |
| 24-26 | Подачи и удары по мячу набрасыванием с боку. Тактические комбинации. Ловля мяча с различных позиций. Взаимодействие игроков. ОРУ. Развитие координационных способностей | 3 |
| 27-30 | Тактическая подготовка. Овладение основами индивидуальных действийигроков в нападении (“город”) и в защите (“поле”) Учебная игра | 3 |
| 31-33 | Тактическая подготовка. Овладение групповыми взаимодействиямиУчебная игра | 3 |
| 34 | Итоговые соревнования, беседа по технике безопасности в летний период | 1 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Тема | Кол-во часов |

Приложение №1

**ПРАВИЛА ВИДА СПОРТА «РУССКАЯ ЛАПТА»**

**Раздел 1 РУССКАЯ ЛАПТА**

**Статья 1. Определение**

Русская лапта – двухсторонняя командная игра, которая проводится как на открытом воздухе, так и в закрытых помещениях, на прямоугольной

площадке, ограниченной боковыми и лицевыми линия­ми. Цель одной команды – совершить как можно больше перебежек после совершенных ударов битой по мячу в отведенное для игры время, где каж­дый игрок, совершивший полную пробежку, приносит своей команде очки. Цель другой команды – не дать соперникам сделать перебежки осаливанием мячом и поймать больше «свечей», причем, осалив перебежчика, команда получает право на удары и перебежки, если не произойдет переосаливания (ответное осаливание).

**Раздел 2**

**ОБОРУДОВАНИЕ МЕСТА ДЛЯ СОРЕВНОВАНИЙ**

Соревнования в целях обеспечения безопасности зрителей и участников разрешается проводить на спортивных сооружениях, принятых к эксплуата­ции государственными комиссиями, при условии наличия Актов техническо­го обследования о готовности сооружения к проведению мероприятия.

Перед началом соревнований главный судья, представитель организа­ции, проводящей соревнования, и врач составляют акт о том, что оборудо­вание места проведения соревнований соответствует (не соответствует) пра­вилам соревнований.

**Статья 2. Игровая площадка и ее размеры**

Игровая площадка (приложение 1) представляет собой прямоугольник, имеющий твердую поверхность (травяное или искусственное покрытие), сво­бодную от каких-либо предметов, размером 40-55 м в длину и 25-40 м в ши­рину для игры на открытом воздухе, и размером 23-40 м в длину и 15-20 м в ширину, для игры в закрытых помещениях, при высоте потолка помещения не менее 6 м. Размеры измеряют по внутреннему краю линий, ограничивающих пло­щадку.

Организаторы соревнований, исходя из местных условий, положением опреде­ляют размеры площадки, но не меньше и не больше указанных выше размеров.

**Статья 3. Линии, ограничивающие площадку**

Игровая площадка размечается хорошо видимыми линиями. Ширина линий разметки 8 см. Линии, расположенные по длинным сторонам игровой площадки, называются боковыми линиями, линии вдоль коротких сторон - линиями дома и линиями кона.

Площадка должна быть окружена свободной зоной: за линией дома – не менее 5 м, за боковыми линиями – 5-10 м, за линией кона – не менее 20 м. В 10 метрах от линии дома проводится контрольная линия, которая образует «штрафную зону» (на открытом воздухе*).*

Для игры в закрытых помещениях: за линией дома- не менее 3 м, за

боковыми линиями – 1 м, за линией кона – не менее 5 м., в 6 метрах от линии дома проводится контрольная линия, которая образует штрафную зону.

Статья 4. Штрафная зона

Штрафная зона представляет собой прямоугольную площадку разме­ром 10 м на 25-40 м (6 м на 15-20 м для закрытых помещений), необходимую для определения действительности уда­ра по мячу, т.е. удары действительны, если мяч при прочих условиях (при­ложение 1) не попал в штрафную зону.

**Статья 5. Площадка очередности**

Площадка очередности предназначена для ожидания игроками очередности удара по мячу.

**Статья 6. Пригород**

Пригород - место, откуда совершаются перебежки игроками, выпол­нившими удары по мячу.

**Статья 7. Площадка подающего**

Площадка подающего расположена в центре линии дома. Ширина пло­щадки 3 м, в центре, на расстоянии 50 см от линии дома, диаметром 50 см, чертится круг подачи.

**Статья 8. Бита**

Бита должна быть цельнодеревянной, без дополнительной обмотки, длиной 60-110 см, диаметром не более 5 см ± 1мм. Диаметр рукоятки биты должен быть не менее 3 см.

Конец рукоятки имеет утолщение, обеспечивающее безопасность при проведении ударов по мячу. Каждый игрок может пользоваться индиви­дуальной битой, соответствующей этим размерам. Игрокам в возрасте до 12 лет разрешается пользоваться плоской битой длиной 80 см, шириной до 6 см и рукояткой толщиной 2 см. Запрещается использовать бейсбольные и софтбольные биты. Вес биты не должен превышать 1500 г ± 50 г.

Организаторы соревнований перед началом игры должны провести маркировку всех бит.

**Статья 9. Мяч**

Игра проводится теннисным мячом*,* окружность которого 20 см, вес 60 г.

**Статья 10. Секторы запасных игроков играющих команд**

Два сектора для запасных игроков расположены сзади пригорода, пло­щадки подающего и площадки очередности. Размер каждого сектора (длина -5 м, ширина -2м) обозначается разметкой. В каждом секторе должны быть скамейки или кресла на 12 человек. В секторах размещаются игроки играющих команд, тренеры и их помощники. Игрокам разрешается иметь с собой спортивную сумку и биты. Тренеру разрешается руководить коман­дой, не покидая данного сектора, за исключением моментов, когда он соби­рается произвести замену или взять минутный перерыв.

Статья 11. Допуск участников к соревнованиям

К участию в соревнованиях в соответствии с возрастными группами допускаются лица, прошедшие надлежащую подготовку под руководством тренера и медицинским наблюдением и получившие разрешение тренера и врача на участие в соревнованиях.

Разрешение тренера и врача оформляется именной заявкой по установ­ленной форме, обязательны подпись врача и печать против каждой фами­лии участника (см. статью 51). Заявка на участие команды в соревнованиях подписывается руководителем соответствующей спортивной организации и заверяется печатью.

В отдельных случаях с разрешения врача, тренера и спортивной орга­низации, проводящей соревнования, участники младшей возрастной груп­пы могут быть допущены к соревнованиям старшей группы, если они хоро­шо физически и технически подготовлены (с предъявлением специальной медицинской справки).

Допуск участников осуществляется мандатной комиссией. Ее утверж­дает организация, проводящая соревнования. В мандатную комиссию вхо­дят: председатель мандатной комиссии, главный судья, главный секретарь, врач соревнований, представитель организации, проводящей соревнования. Они проверяют заявки и документы участников.

Ответственность за допуск участников несут председатель комиссии и представитель федерации. В мандатную комиссию представляется страхо­вой полис на каждого участника и его отказ от претензий.

Организаторы соревнований не несут ответственности за травмы или несчастные случаи, возможные на соревнованиях, при условии соблюдения настоящих правил.

Страховка участников проводится клубами, федерациями или непо­средственно участниками.

**Статья 13. Состав команды**

Каждая команда состоит из 10 игроков, один из которых является капитаном.

Во время игры на площадке должны находиться шесть игроков каж­дой команды, но не менее четырех, которые могут быть заменены в соответ­ствии с положениями, предусмотренными настоящими правилами.

**Статья 14. Обязанности и права участников**

Участники соревнований обязаны знать правила, программу и поло­жение соревнований.

При нарушении правил соревнований или некорректном поведении участник наказывается желтой карточкой, при повторном нарушении на­казывается красной карточкой и снимается с соревнований.

При особо грубых нарушениях участник может быть снят с соревнова­ний без предупреждения.

Участник имеет право обращаться к судьям только через капитана команды.

**Статья 15. Спортивная форма участников**

Участники соревнований обязаны выступать в опрятной спортивной форме.

Все игроки одной команды должны быть одеты в единую спортивную форму, которая состоит из футболки с номером спереди и сзади, трусов с номером, гетр и бутс. Цифры на футболке должны быть одного цвета, кон­трастного цвету футболок, на спине высотой 20см, на груди- 10см. Цифры на трусах - контрастного цвета на левой половине спереди, высотой 8 см. Команда имеет право использовать номера с 1-го по 12-й. Гетры высокие, закрепленные под коленным суставом. Бутсы с короткими шипами. Для игры в закрытых помещениях разрешается играть в кроссовках.

На футболках (на груди слева) должна быть эмблема соответствующей спортивной организации. Разрешается располагать эмблему спонсоров.

Участники всероссийских соревнований должны иметь эмблему Федерации русской лапты России на правом рукаве футболки диамет­ром 8 см.

В холодное время года участникам разрешается надевать теплый тре­нировочный костюм (единого цвета для всей команды) под единую указан­ную выше форму, спортивную шапочку и перчатки.

*Примечание.* Для избежания травм игрокам во время матча не разре­шается надевать часы, браслеты, перстни, цепочки на шею.

Не разрешается выходить на игру в бейсболках, наколенниках, шортах и укорочен­ных трусах (типа плавок).

**Статья 16. Тренер и капитан команды**

Каждая команда должна иметь тренера, который является руко­водителем команды по всем вопросам. Он несет ответственность за дис­циплину участников, обеспечивает своевременную их явку на сорев­нования; участвует в жеребьевке, присутствует на совещаниях судейской коллегии, если они проводятся совместно с руководи­телями.

При руководстве командой во время матча тренер команды обя­зан находиться только в секторе запасных игроков в спортивном кос­тюме с эмблемой клуба или соответствующей спортивной организа­ции.

Тренеру запрещается вмешиваться в работу судей и организаторов соревнований.

Он имеет право подать заявление в судейскую коллегию в письменной форме через секретаря. Заявление должно быть обоснованной ссылкой на раздел и статью настоящих правил.

Не менее чем за 15 мин до начала игры тренер должен сообщить секретарю фамилии и номера игроков, капитана команды, помощника тренера и подписать протокол. Если игрок меняет свой номер в процессе игры, тренер должен сообщить об этом секретарю и старшему судье. Если тренер собирается произвести замену или взять минутный перерыв, он должен сообщить об этом секретарю.

Помощник тренера выполняет обязанности тренера, если тот по каким-либо причинам не может их выполнять.

Обязанности тренера может выполнять капитан команды. Если капи­тан команды покинул игровую площадку по какой-либо уважительной при­чине, он может действовать как тренер.

Однако если он получил красную карточку, выполнять обязанности тренера он не имеет права.

Капитан команды контролирует поведение своей команды и может об­ращаться к старшему судье в вежливой, корректной форме по вопросам, связанным с толкованием правил или для получения необходимой инфор­мации.

Если по какой-либо уважительной причине капитан команды покида­ет площадку, он обязан сообщить старшему судье кто из игроков остается капитаном на время его отсутствия.

**Раздел 3 СУДЕЙСКАЯ КОЛЛЕГИЯ**

Судейская коллегия назначается организацией, проводящей соревно­вания. В состав судейской коллегии входят: главный судья, заместитель главного судьи, главный секретарь, старшие судьи, судьи на линии, судья-информатор, судья-хронометрист, врач соревнований на правах заместите­ля главного судьи.

Матч между двумя командами судит бригада в составе: старший судья, двое судей на линии, секретарь, судья-информатор и судья-хронометрист. Все они должны быть нейтральными по отношению к играющим командам.

Судьи должны быть квалифицированными (в полном объеме знать пра­вила соревнований и иметь свой экземпляр правил), объективными и бес­пристрастными.

Судьи в поле (старший судья и судьи на линии) должны быть одеты в специальную форму.

Судьи, проводящие матч, не должны вступать в разговоры с игроками, входить в сектор тренера и разговаривать с тренерами. Они должны быть активными, внимательными и всегда вежливыми, помнить, что единствен­ная обязанность судьи на площадке - это судейство*.*

**Раздел 4 ИГРА**

**Статья 24. Продолжительность игры**

Игра состоит из двух таймов:

по 30 мин каждый с 5-минутным переры­вом между ними на открытом воздухе;

- по 20 мин. каждый с 5-минутным переры­вом между ними в закрытом помещении.

**Статья 25. Разминка**

За 30 мин до начала матча команды проводят разминку. При проведе­нии заключительной части разминки (за 5-10 мин до начала игры) на игро­вой площадке одна из команд занимает правую ее половину, другая - левую. Условной границей при этом является воображаемая линия, проходящая через центр круга подачи параллельно боковым линиям до линии кона.

**Статья 26. Начало игры**

Перед началом игры по свистку старшего судьи команды выходят со стороны линии дома на середину контрольной линии и поворачиваются лицом друг к другу для приветствия.

После приветствия старший судья проводит жеребьевку, в которой участвуют капитаны команд.

Игроки команды, начинающей по жребию игру в защите, занимают исходные позиции на игровой площадке, а первый номер нападающей команды становится с битой на площадку подающего у круга подачи. Остальные игроки находятся на скамейках своих команд. Подачу мяча осуществляет игрок нападения (без права на перебежку). Игрок-подающий мяч становится у круга подачи.

По свистку старшего судьи подающий делает подачу, а бьющий – первый удар по мячу. Игрок, совершивший подачу мяча, после правильно выполненного удара, должен покинуть площадку подающего и отойти в сектор подающего (свободная зона).

**Статья 27. Подача и удары по мячу**

Подача мяча проводится одним из игроков нападения открытой ладонью над кругом подачи на высоту, указанную нападающим. В момент подачи мяча нападающий и подающий игроки располагаются на площадке подаю­щего у круга подачи. Каждый игрок нападения имеет право на использова­ние двух попыток при игре на открытом воздухе; одной попытки в закрытых помещениях.

Игрок нападения может не производить удар по мячу один раз, если подача мяча его не устраивает, но во второй раз он обязан выполнить удар, иначе лишается права на удар. Для игры в закрытых помещениях, в целях безопасности, разрешается производить удары только способом сверху.

Если после одного из ударов мяч оказался в игре (выбит на игровое поле за пределами штрафной линии или, коснувшись поля, вылетел за одну из боко­вых линий, или вылетел за линию кона по земле или по воздуху между флага­ми), игроки нападения, имеющие право на перебежку, могут ее начинать (кроме подающего игрока, который не имеет права на перебежку).

Игрок нападения, не сумевший ввести мяч в игру после двух попыток, получает право на перебежку с пригорода только при следующем правиль­ном ударе одного из игроков своей команды.

Игроки имеют право отказаться от выполнения ударов и перейти на перебежку, о чем предварительно предупреждают старшего судью.

В случае если при выполнении удара по мячу бита вырывается из рук и падает на площадку, это засчитывается как промах.

В начале каждого тайма, а также после перехода из защиты в нападе­ние, игроки нападения выходят на удар по усмотрению тренера.

Если в ходе игры у нападающей команды не окажется игро­ков, имеющих право на удар, то происходит свободная смена.

В случае промаха пяти игроков команды нападения или в ситуации, когда в пригороде находятся 5 игроков, а шестой выполняет удар (подачу ему производит запасной игрок нападения), при засчитанном ударе защитники обязаны быстро вывести мяч из игры, если нет необходимости осаливания игроков нападения.

Игроки нападения, пока мяч находится в игре, имеют право выполнять перебежку за линию кона и наступать на площадку двумя ногами. В этом случае они также получают очки и имеют право на удар, возвращаясь в дом.

Удар считается действительным, если мяч касается игрока защиты и выходит по воздуху за боковую линию, или после касания защитника падает в штрафную зону. Кроме того, защитники могут ловить мяч в свободной или штрафной зонах (до линии дома), такой удар также является действительным. Удар считается недействительным, если:

после удара нападающего мяч, не задев игровое поле, вылетел за боковую линию, или не долетел до контрольной линии, упав в штрафную зону;

мяч после удара нападающего задевает потолок в помещении.

**Статья 28. Возвращение мяча в дом**

Игроки защиты, получив мяч, обязаны вернуть его за линию дома в площадку подающего, положив в круг подачи, если не возникает ситуация для осаливания. При возвращении мяча в площадку подающего в штрафной зоне не должно находиться более одного игрока команды. Мяч возвращается без задержки и считается вышедшим из игры, если он пересекает линию дома между флажками. Обратно из-за линии дома мяч на площадку не может быть возвращен, так как считается, что он уже вышел из игры. Вывести мяч из игры игрок может только находясь в пределах игровой площадки.

**Статья 29. Перебежки**

Каждый игрок нападения, совершивший после правильного удара по мячу (или ввода мяча в игру) полную перебежку из пригорода или площадки подающего за линию кона и обратно за линию дома и при этом не был осален или самоосален, приносит своей команде два очка. Игрок, совершивший правильный удар, может начать перебежку с площадки подающего.

Нападающие, имеющие право на перебежку, в любой момент могут на­чать перебежку, пока мяч находится в игре и не возвращен в дом.

Если до пересечения мячом линии дома игроки нападения начали пе­ребежку, то они обязаны закончить ее в одну сторону.

Игрок, сделавший перебежку из дома за линию кона, может при необ­ходимости остаться там и возвратиться в дом после одного из последующих ударов своей команды, что также является полной перебежкой.

Перебежка считается начатой, если игрок начал движение в соответ­ствующем направлении и при этом коснулся игрового поля двумя ногами или всем телом пересек линию дома или кона. Начальной фазой перебежки

считается касание ногой игровой площадки, после чего игрок не имеет пра­ва вернуться за линию дома или кона и может быть осаленным игроками защищающейся команды. Перебежка считается оконченной, если игрок хотя бы одной ногой заступил за линию дома или кона, а другая нога при этом не касается игрового поля, или игрок пересек линию кона или дома по воздуху после финишного прыжка.

Если после начатой перебежки игроки нападения оказались за линией кона, то защитники обязаны доставить мяч в дом без задержки для продол­жения игры.

**Статья 30. Осаливание**

Игрок, совершающий перебежку, считается осаленным, если его кос­нется в пределах игрового поля мяч, брошенный в него любым игроком защиты. В закрытых помещениях осаливанием считается, если нападающего мяч коснется после отскока от площадки, стены или других предметов, кроме потолочного перекрытия.

С целью осаливания игроков нападения защитники имеют право пере­двигаться с мячом по своему усмотрению или передавать мяч любому игро­ку своей команды.

После осаливания игроки защиты обязаны убежать за линию дома или кона, так как осаленная команда может произвести ответное осаливание. Ответные осаливания могут продолжаться до тех пор, пока все игроки последней осалившей команды не убегут за линию кона или дома.

При попытке осаливания игроки не имеют права касаться друг друга, в противном случае нарушители могут быть наказаны (см. статью 42).

Для ответного осаливания игроки команды нападения, находящиеся за линией дома, имеют право выбегать на площадку, помогая своим игрокам,но их количество не должно превышать 6 игроков. Если на площадке находится 7 игроков, происходит свободная смена. Команда, нарушившая правила уходит играть в защиту. Игроки команды соперника, убежавшие за линию кона, могут вернуться в площадку очередности.

**Статья 31. Самоосаливание**

Игрок нападения считается самоосаленным, если он начал перебежку и возвратился за линию дома или кона. В этом случае команда нападения переходит играть в защиту.

Игрок нападения считается самоосаленным, если он начал перебежку и наступил ногой на боковую линию или при падении задел ее какой-либо частью тела.

Игрок защиты считается самоосаленным, если он после осаливания или самоосаливания нападающего сам оказался за боковой линией последним или коснулся мяча после совершенного осаливания или самоосаливания.

Момент самоосаливания (как и осаливания) фиксируется судейским свистком и соответствующими жестами судей.

Если к моменту осаливания или самоосаливания игроки нападения не успели завершить пробежку в дом, то очков команде они не приносят, а только получают право на удар. Игроки, задержавшиеся при этом за ли­нией кона, при возвращении в дом также очков не приносят.

Если один из игроков оказался самоосаленным, то игрок противопо­ложной команды, находящийся с мячом, обязан положить его так, чтобы мяч оказался в пределах поля, и покинуть площадку за линию дома или кона вместе со своими игроками.

**Статья 32. Ловля мяча с лета**

Если защитник поймал мяч с лета в пределах поля или вне его, то он приносит своей команде очко и обязан быть готовым к осаливанию игроков нападения, если они выйдут на перебежку.

Если защитник поймал отбитый мяч с лета в пределах штрафной зоны, или за боковой линией в свободной зоне, также приносит своей команде очко (игра продолжается).

Ловля мяча за пределами линии дома, очков защите не приносит, так как удар засчитывается не действительным.

**Статья 33. Очки**

Очко своей команде приносит игрок, поймавший «свечу», 2 очка -игрок, совершивший полную перебежку и оставшись при этом не осален­ным, или до осаливания другого игрока своей команды.

**Статья 34. Результат игры**

Результат игры определяется по наибольшему числу очков, набран­ных командой за игровое время.

При равном количестве очков фиксируется ничья.

При проведении стыковых игр или игр по системе с выбыванием в слу­чае ничейного результата после основного времени игры добавляется (после жеребьевки) дополнительное время продолжительностью 10 мин (2 периода по 5 мин.) или несколько таких периодов, необходимых для получения преимущества од­ной из команд. Между дополнительными периодами предусматриваются перерывы продолжительностью до 3 мин, в начале каждого дополнитель­ного периода проводится жеребьевка.

**Статья 35. Поражение**

Если в процессе игры у одной из команд на площадке остается меньше четырех игроков, то игра прекращается; этой команде засчитывается пора­жение.

Если команда, которой засчитывается победа из-за снятия с игры со­перника, имеет к этому моменту преимущество в счете, то фиксируется этот счет. Если команда не имеет преимущества в счете, то фиксируется счет 20:0 в ее пользу.

Если в команде обнаруживается подставной игрок(ки) или игрок(ки) с фиктивными документами, то ей засчитывается поражение со счетом 0:20. Команда снимается с соревнований и может быть оштрафована решением федерации.

**Раздел 5 ПРАВИЛА, КАСАЮЩИЕСЯ ИГРОКОВ**

**Статья 36. Замена игроков**

Прежде чем выйти на площадку, заменяющий игрок должен информи­ровать об этом секретаря. Он должен быть готов немедленно принять уча­стие в игре.

Секретарь подает сигнал на замену после того, как мяч выйдет из игры по сигналу старшего судьи, но до того момента, когда снова будет дан свис­ток на подачу.

Заменяющий игрок должен оставаться за пределами площадки, вблизи столика секретаря, до тех пор, пока старший судья не разрешит ему выход на площадку, после чего он должен выйти немедленно.

Замены должны производиться как можно быстрее. Если, по мнению судьи, имеет место неоправданная задержка времени, то команде-наруши­телю засчитывается минутный перерыв.

При игре в защите может быть заменен любой игрок.

При игре в нападении имеет право на замену только игрок, имеющий право на удар. Игрок, совершивший удар по мячу имеет право на замену только после полной перебежки.

**Статья 37. Спорный мяч**

При возникновении спорной ситуации судья в поле дает возможность игрокам доиграть игровой момент, затем останавливает игру и принимает решение в рамках настоящих Правил.

При розыгрыше спорного мяча игроки возвращаются на места, пред­шествующие спорной ситуации, а очки, набранные в ней, аннулируются.

**Раздел 6 НАРУШЕНИЯ И НАКАЗАНИЯ**

**Статья 38. Нарушения при подаче и ударе по мячу**

Нарушениями при подбрасывании мяча являются:

- подбрасывания мяча не над кругом подачи;

- задерживание времени для подачи;

- подачи мяча с игровой площадки.

Нарушениями при ударе являются:

- выброс биты на поле;

- выход на площадку подающего очередного игрока с битой, пока мяч находится в игре;

- затягивание времени для ударов после свистка судьи;

игрок при выполнении удара заступает за линию дома;

- удар способом сбоку и снизу ( для закрытых помещений).

Если у игрока, выполняющего удар, вылетает из рук бита, то засчиты­вается промах.

Запрещается производить удары по мячу, держа биту одной рукой.

В случае указанных нарушений судья делает предупреждение, при по­вторном нарушении предъявляется желтая карточка.

**Статья 39. Нарушения при возвращении мяча в дом**

Нарушениями при возвращении мяча в дом являются:

- возвращение мяча не в площадку подающего;

- возвращение мяча за линию дома броском игрока, стоящего за преде­лами площадки;

- выбрасывание мяча в сторону после выноса за линию дома;

- задержка мяча на поле, когда игроки нападения находятся за линией кона или дома и не делают попыток на перебежку;

- мяч возвращается в дом, спрятанный игроком;

- обманные движения мячом, спрятанным в руке во время выноса мяча за линию дома;

-в штрафной зоне находятся двое игроков защиты.

За сокрытие мяча игроку-нарушителю предъявляется желтая карточка. При обманных движениях во время переноса мяча за линию дома стар­ший судья дает свисток о выходе мяча из игры или делает предупреждение. При нахождении в штрафной зоне двух игроков защиты старший судья делает предупреждение игрокам.

**Статья 40. Нарушение при перебежках**

Нарушениями при перебежках являются:

- выбегание с линии дома или кона игроков, имеющих право на пере­бежку, в том числе умышленное, до удара;

- столкновение с игроком защиты в момент ловли мяча;

- умышленное самоосаливание;

- перебежки с площадки очередности.

- выбегание за линию дома игрока, производящего подачу мяча.

При указанных нарушениях старший судья делает предупреждение, в дальнейшем предъявляет нарушителям желтую карточку.

**Статья 41. Нарушения при игре в защите**

Нарушениями при игре в защите являются:

- выбегание защитников за пределы площадки до удара;

- блокировка игроков при выполнении ими перебежек;

- необоснованные передачи мяча между собой с целью задержки времени;

- выброс мяча за пределы поля во время самоосаливания игрока, вы­полняющего перебежку;

- сокрытие мяча от игроков и судей.

При указанных нарушениях старший судья делает предупреждение либо предъявляет игрокам-нарушителям желтую карточку.

**Статья 42. Нарушение при осаливании и переосаливании**

Если игрок защиты выполнил осаливание игрока нападения, не выпу­стив мяча из руки, то засчитывается переосаливание игрока защиты.

Переосаливание считается недействительным, если игроки осаленной команды вернут на поле мяч, вышедший за линию дома.

Осаливание из-за пределов и за пределами игрового поля считается не­действительным.

**Раздел 7 ЗАПРЕЩЕННЫЕ ДЕЙСТВИЯ**

**Статья 43. Определение**

Правильное течение игры требует полного сотрудничества членов обе­их команд, включая тренеров и их помощников.

Обе команды имеют право предпринимать максимум усилий для дости­жения победы, но обязаны при этом не нарушать принципов спортивной этики и справедливой игры.

**Статья 44. Желтая карточка игроку**

Игроки не должны пренебрегать указаниями судей или позволять себе неспортивное поведение:

- апеллировать к судьям и зрителям;

- касаться судей;

- сквернословить и позволять себе оскорбительные жесты;

- дразнить соперника или препятствовать ему и блокировать его при перебежках, задерживая руками или ставя подножки;

- задерживать игру;

- не поднимать должным образом руку, после совершенной полной перебежки;

- менять свой игровой номер, не предупредив секретаря или стар­шего судью;

- выходить на игровую площадку, на замену, не предупредив об этом секретаря или старшего судью (если только замена не происходит в переры­ве между таймами) или во время минутного перерыва.

Нарушения, носящие преднамеренный, неспортивный характер или дающие провинившемуся игроку несправедливое преимущество, должны незамедлительно наказываться желтой карточкой.

Желтую карточку получают также игроки, нарушившие правила, ука­занные в статьях 38-42.

**Статья 45. Желтая карточка тренерам, помощникам тренеров и запасным игрокам**

Тренер, помощник тренера, запасные игроки не имеют права:

- выходить на игровую площадку (за исключением случаев, когда на это есть разрешение судьи для оказания помощи игроку, получившему травму);

- покидать свое место и выходить за пределы сектора запасных игроков;

- непочтительно обращаться к судьям.

Тренеру разрешается обращаться к игрокам своей команды во время минутного перерыва при условии, что он не выходит на игровую площадку, а игроки не переступают боковые линии (если на это не получено разреше­ние судьи).

**Статья 46. Красная карточка игроку**

Игрок, имеющий желтую карточку и совершивший нарушение повтор­но, наказывается красной карточкой и удаляется до окончания игры без права на замену.

Красной карточкой наказывается игрок, имеющий желтую карточку, совершивший умышленно нарушение, указанное в статьях 38-42, он также удаляется до окончания игры без права на замену и автоматически пропускает очередную календарную игру данных соревнований.

Игрок, получивший красную карточку за нарушение общественного порядка (драка на площадке с соперником, нецензурное обращение с судей­ской коллегией и зрителями и т.д.), дисквалифицируется на все дни сорев­нований без права на замену.

*Примечание.* Если команда выставит игрока, получившего красную карточку в описанных выше случаях, то ей засчитывается поражение со счетом 0:20; она снимается с соревнований и может быть оштрафована ре­шением Федерации.

**Статья 47. Красная карточка тренерам и запасным игрокам**

За серьезное повторное нарушение статьи 45 или неспортивное пове­дение тренера, помощника тренера и запасных игроков тренер команды наказывается красной карточкой и отстраняется от руководства командой до конца соревнований.

**Раздел 8 ПРАВИЛА ОТСЧЕТА ВРЕМЕНИ ИГРЫ**

**Статья 48. Минутный перерыв**

Каждая команда может взять по одному перерыву в каждом тайме и по одному минутному перерыву в каждом дополнительном периоде. Минутные перерывы не входят в общее время игры. Неиспользованные перерывы в первом тайме не переносятся на второй тайм.

Тренер имеет право просить минутный перерыв. Он должен сделать это лично, обратиться к секретарю и четко произнести: «Тайм-аут», сопровож­дая просьбу соответствующим жестом рук.

Секретарь информирует старшего судью о получении просьбы на ми­нутный перерыв, как только мяч выйдет из игры, и обязательно до того момента, когда мяч снова будет в игре.

Если команда, взявшая минутный перерыв, готова начать игру до истечения времени, старший судья имеет право начать игру немед­ленно.

*Исключение.* Минутный перерыв не засчитывается, если травмирован­ный

игрок готов играть немедленно или быстро заменяется либо судья раз­решает задержку.

**Статья 49. Остановка времени в случае травмы**

Судьи могут остановить время игры в случае получения игроком трав­мы или по какой-либо другой причине. Если в момент получения травмы мяч находится в игре, старший судья должен воздержаться от подачи сиг­нала и дождаться окончания игрового действия, т.е. момента, когда мяч будет выведен из игры.

Если необходимо срочно оказать помощь игроку, получившему трав­му, старший судья может немедленно остановить игру.

Если травмированный игрок не может сразу продолжить игру, его долж­ны заменить в течение одной минуты. Если травмированный игрок заменен с задержкой, старший судья засчитывает команде минутный перерыв и име­ет право добавить игровое время.

Раздел 9 МИНИ - ЛАПТА

**Статья 1. Определение**

Мини-лапта – двухсторонняя командная игра, которая проводится на прямоугольной площадке, ограниченной боковыми и лицевыми линиями. Цель одной команды – совершить как можно больше перебежек после совершенных ударов битой по мячу в отведенное для игры время, где каждый игрок, совершивший полную перебежку, приносит своей команде очки. Цель другой команды - не дать соперникам сделать перебежки осаливанием мячом и поймать больше «свечей».

Раздел 10 ОБОРУДОВАНИЕ МЕСТА ДЛЯ СОРЕВНОВАНИЙ

В целях обеспечения безопасности зрителей и участников соревнования разрешается проводить на спортивных сооружениях, принятых к эксплуатации государственными комиссиями, при условии наличия Актов технического обследования о готовности сооружения к проведению мероприятия.

Перед началом соревнований главный судья, представитель организации, проводящей соревнования, и врач составляют акт о том, что оборудование места проведения соревнований соответствует (не соответствует) правилам соревнований.

**Статья 2. Игровая площадка и ее размеры**

Площадка для игры в мини-лапту (Приложение 1) представляет собой прямоугольник, длиной 23-36 метров и шириной 15-20 метров. Во всех случаях, длина площадки должна быть больше ее ширины. Размеры измеряют по внутреннему краю линий, ограничивающих площадку. Организаторы соревнований, исходя из местных условий, положением определяют размеры площадки, но не меньше и не больше указанных выше размеров.

Поверхность площадки должна быть ровной и безопасной для игроков.

**Статья 3. Линии, ограничивающие площадку**

Игровая площадка размечается хорошо видимыми линиями. Ширина линий разметки 5-8 см.

Длинные линии, ограничивающие поле, называются боковыми, короткие – линиями дома и кона. В 6 метрах от линии дома проводится контрольная линия, которая образует штрафную зону.

Вокруг площадки должна быть *свободная зона*: за линией дома не менее 3 метров, за боковыми линиями не менее 1 метра, за линией кона не менее 5 метров.

**Статья 4. Штрафная зона**

Штрафная зона представляет собой прямоугольную площадку, размером 6 на 15-20 метров, необходимую для определения действительности удара по мячу, т.е. удары действительны, если мяч при прочих условиях не попал в штрафную зону.

**Статья 5. Пригород**

Пригород – место, откуда совершаются перебежки игроками, выполнившими удары по мячу. Игроку, пробившему по мячу, разрешается после удара располагаться по всей линии дома.

**Статья 6. Площадка подающего**

Ширина площадки 3 метра. В центре площадки, на расстоянии 50 сантиметров от линии дома, чертится круг подачи, диаметром 50 сантиметров (приложение 1).

**Статья 7. Бита**

Бита должна быть цельнодеревянной, без дополнительной обмотки, длиной для женских команд 60-90 см, для мужских 70-100 см. Диаметр бит в утолщенной части 5 сантиметров ±2 мм. Диаметр рукоятки биты должен быть не менее 3 сантиметров. Конец рукоятки должен иметь утолщение (которое разрешается обматывать изолентой), обеспечивающее безопасность при проведении ударов по мячу. Вес биты для женских команд не более 1000 гр, для мужских – не более 1200 гр. Организаторы соревнований перед началом игры должны провести маркировку всех бит.

**Статья 8. Мяч**

Игра проводится теннисным мячом*,* окружность которого 20 см, вес 60 г.

**Статья 9. Зона замены**

Зона замены – расположена между контрольной линией и линией дома. Игроки обязаны выходить на площадку и уходить с нее через эту зону (Приложение 1).

**Статья 10. Секторы для играющих команд**

Два сектора для играющих команд расположены сзади пригорода, пло­щадки подающего и площадки очередности. Размер каждого сектора (длина – 5 м, ширина – 1,5 м) обозначается разметкой. В каждом секторе должны быть скамейки или кресла на 10 человек. В секторах размещаются игроки играющих команд, тренеры и их помощники. Игрокам разрешается иметь с собой спортивную сумку и биты. Тренеру разрешается руководить коман­дой, не покидая данного сектора, за исключением моментов, когда он соби­рается произвести замену или взять минутный перерыв.

Раздел 11 УЧАСТНИКИ СОРЕВНОВАНИЙ

**Статья 11. Возраст участников**

Участники соревнований делятся на следующие возрастные группы в соответствии с Единой всероссийской спортивной классификацией.

**Статья 12. Допуск участников к соревнованиям**

К участию в соревнованиях в соответствии с возрастными группами допускаются лица, прошедшие надлежащую подготовку под руководством тренера и медицинским наблюдением и получившие разрешение тренера и врача на участие в соревнованиях.

Разрешение тренера и врача оформляется именной заявкой по установленной форме, обязательны подпись врача и печать против каждой фамилии участника (см. статью 52). Заявка на участие команды в соревнованиях подписывается руководителем соответствующей спортивной организации и заверяется печатью.

В отдельных случаях с разрешения врача, тренера и спортивной организации, проводящей соревнования, участники младшей возрастной группы могут быть допущены к соревнованиям старшей группы, если они хорошо физически и технически подготовлены (с предъявлением специальной медицинской справки).

Допуск участников осуществляется мандатной комиссией. Ее утверждает организация, проводящая соревнования. В мандатную комиссию входят: председатель мандатной комиссии, главный судья, главный секретарь, врач соревнований, представитель организации, проводящей соревнования. Они проверяют заявки и документы участников.

Ответственность за допуск участников несут председатель комиссии и представитель федерации. В мандатную комиссию представляется страховой полис на каждого участника и его отказ от претензий.

Организаторы соревнований не несут ответственности за травмы или несчастные случаи, возможные на соревнованиях, при условии соблюдения настоящих правил.

Страховка участников проводится клубами, федерациями или непосредственно участниками.

**Статья 13. Состав команды**

Каждая команда состоит из 8 игроков, один из которых является капитаном.

Во время игры на площадке должны находиться пять игроков каждой команды, но не менее трех, которые могут быть заменены в соответствии с положениями, предусмотренными настоящими правилами.

**Статья 14. Обязанности и права участников**

Участники соревнований обязаны знать правила, программу и положение соревнований.

При нарушении правил соревнований или некорректном поведении участник наказывается желтой карточкой, при повторном нарушении наказывается красной карточкой и снимается с соревнований.

При особо грубых нарушениях участник может быть снят с соревнований без предупреждения.

Участник имеет право обращаться к судьям только через капитана команды.

**Статья 15. Спортивная форма участников**

Участники соревнований обязаны выступать в опрятной спортивной форме.

Все игроки одной команды должны быть одеты в единую спортивную форму, которая состоит из футболки с номером спереди и сзади, трусов с номером, гетр и кроссовок (кед). Цифры на футболке должны быть одного цвета, контрастного цвету футболок, на спине высотой 20 см, на груди -10 см. Цифры на трусах - контрастного цвета на левой половине спереди, высотой 8 см. Команда имеет право использовать номера с 1-го по 10-й. Гетры высокие, закрепленные под коленным суставом.

На футболках (на груди слева) должна быть эмблема соответствующей спортивной организации. Разрешается располагать эмблему спонсоров.

Участники всероссийских соревнований должны иметь эмблему Федерации русской лапты России на правом рукаве футболки диаметром 8 см.

*Примечание.* Для избежания травм игрокам во время матча не разрешается надевать часы, браслеты, перстни, цепочки на шею.

Не разрешается выходить на игру в шортах и укороченных трусах (типа плавок).

**Статья 16. Тренер и капитан команды**

Каждая команда должна иметь тренера, который является руководителем команды по всем вопросам. Он несет ответственность за дисциплину участников, обеспечивает своевременную их явку на соревнования; участвует в жеребьевке, присутствует на совещаниях судейской коллегии, если они проводятся совместно с руководителями.

При руководстве командой во время матча тренер команды обязан находиться только в секторе запасных игроков в спортивном костюме с эмблемой клуба или соответствующей спортивной организации.

Тренеру запрещается вмешиваться в работу судей и организаторов соревнований.

Он имеет право подать заявление в судейскую коллегию в письменной форме через секретаря. Заявление должно быть обоснованной ссылкой на раздел и статью настоящих правил.

Не менее чем за 15 мин до начала игры тренер должен сообщить секретарю фамилии и номера игроков, капитана команды и помощника тренера, а также назвать стартовый состав (шесть игроков) и подписать протокол. Если игрок меняет свой номер в процессе игры, тренер должен сообщить об этом секретарю и старшему судье. Если тренер собирается произвести замену или взять минутный перерыв, он должен сообщить об этом секретарю.

Помощник тренера выполняет обязанности тренера, если тот по каким-либо причинам не может их выполнять.

Обязанности тренера может выполнять капитан команды. Если капитан команды покинул игровую площадку по какой-либо уважительной причине, он может действовать как тренер.

Однако если он получил красную карточку, выполнять обязанности тренера он не имеет права.

Капитан команды контролирует поведение своей команды и может обращаться к старшему судье в вежливой, корректной форме по вопросам, связанным с толкованием правил или для получения необходимой информации. Капитан команды имеет право просить старшего судью о замене подающего игрока команды соперника, если тот подает мяч для удара не по правилам.

Если по какой-либо уважительной причине капитан команды покидает площадку, он обязан сообщить старшему судье кто из игроков остается капитаном на время его отсутствия.

*Примечание.* На чемпионатах, первенствах и кубках России участники соревнований, тренеры и помощники тренеров не имеют права участвовать в судействе этих же соревнований.

Раздел 12 СУДЕЙСКАЯ КОЛЛЕГИЯ

Состав судейской коллегии соревнований по мини-лапте см. в разделе 3 настоящих правил.

Раздел 13 ПРАВИЛА СУДЕЙСТВА

**Статья 24. Продолжительность игры**

Игра состоит из двух таймов по 20 мин каждый с 3-минутным перерывом между ними. При этом в каждом тайме судья обязан компенсировать время, потерянное, по его мнению, в результате затягивания игроками пауз, в тактических целях, пауз в игре на транспортировку с площадки травмированных игроков или по какому-либо другому непредвиденному случаю.

**Статья 25. Разминка**

За 20 мин до начала матча команды проводят разминку. При проведении заключительной части разминки (за 5 мин до начала игры) на игровой площадке одна из команд занимает правую ее половину, другая - левую. Условной границей при этом является воображаемая линия, проходящая через центр линии дома и линии кона параллельно боковым линиям.

**Статья 26. Начало игры**

Перед началом игры по свистку старшего судьи команды выходят со стороны линии дома на середину контрольной линии и поворачиваются лицом друг к другу для приветствия.

После приветствия старший судья проводит жеребьевку, в которой участвуют капитаны команд.

Игроки команды, начинающей по жребию игру в защите, занимают исходные позиции на игровой площадке, а первый номер нападающей команды становится с битой на площадку подающего у круга подачи. Подачу мяча осуществляет игрок нападения (без права на перебежку). Игрок, подающий мяч, становится у круга подачи.

По свистку старшего судьи подающий делает подачу, а бьющий – первый удар по мячу.

**Статья 27. Подача и удары по мячу**

Подача мяча проводится одним из игроков нападения открытой ладонью над кругом подачи. В момент подачи мяча нападающий и подающий игроки располагаются на площадке подаю­щего у круга подачи. Каждый игрок нападения имеет право на использова­ние одной попытки, для пробития удара по мячу.

Игроки имеют право отказаться от выполнения своего удара и перейти на перебежку, о чем предварительно предупреждают старшего судью поднятием руки вверх.

Разрешаются следующие виды ударов:

**а) для игр на открытых площадках:**

- удар способом сверху;

- удар способом снизу;

- удар способом сбоку.

**б) для игр в спортивных залах:**

- удар способом сверху.

Удар считается действительным, если мяч после удара попадает в игровую площадку, игроки нападения, имеющие право на перебежку, могут ее начинать.

Удар способом сверху произведённый при игре в спортивном зале, считается также действительным в случае выхода мяча по воздуху за линию кона между угловыми флажками.

Игрок нападения, не сумевший ввести мяч в игру после удара, получает право на перебежку с пригорода только при следующем правильном ударе одного из игроков своей команды.

В случае если при выполнении удара по мячу бита вырывается из рук и падает на площадку, это засчитывается как промах.

В начале каждого тайма, а также после перехода из защиты в нападе­ние, игроки нападения выходят на удар в любой очерёдности. Право на последующий удар игроки получают только после пол­ной перебежки.

Если в ходе игры у нападающей команды не окажется игроков, имеющих право на удар, то происходит свободная смена.

В случае промаха четырёх игроков команды нападения или в ситуации, когда в пригороде находятся 4 игрока, а пятый выполняет удар (подачу ему производит запасной игрок нападения), при засчитанном ударе защитники обязаны быстро вывести мяч из игры, если нет необходимости осаливания игроков нападения.

Игроки нападения, пока мяч находится в игре, имеют право выполнять перебежку за линию кона и наступать на площадку двумя ногами. В этом случае они также получают очки и имеют право на удар, возвращаясь в дом.

Удар считается действительным, если мяч касается игрока защиты и выходит по воздухуза боковую и лицевую линии, или после касания защитника падает в штрафную зону.

**Статья 28. Возвращение мяча в дом**

Игроки защиты, получив мяч, обязаны вернуть его за линию дома в площадку подающего, положив в круг подачи, если не возникает ситуация для осаливания. При возвращении мяча в площадку подающего в штрафной зоне не должно находиться более одного игрока команды. Мяч возвращается без задержки и считается вышедшим из игры, если он пересекает линию дома. Обратно из-за линии дома мяч на площадку не может быть возвращен, так как считается, что он уже вышел из игры. Вывести мяч из игры игрок может, только находясь в пределах игровой площадки.

**Статья 29. Перебежки**

Каждый игрок нападения, совершивший после правильного удара по мячу (или ввода мяча в игру) полную перебежку из пригорода или площадки подающего за линию кона и обратно за линию дома и при этом не был осален или самоосален, приносит своей команде два очка. Игрок, совершивший правильный удар, может начать перебежку с площадки подающего.

Нападающие, имеющие право на перебежку, в любой момент могут начать перебежку, пока мяч находится в игре и не возвращен в дом.

Если до пересечения мячом линии дома игроки нападения начали перебежку, то они обязаны закончить ее в одну сторону.

Игрок, сделавший перебежку из дома за линию кона, может при необходимости остаться там и возвратиться в дом после одного из последующих ударов своей команды, что также является полной перебежкой.

Перебежка считается начатой, если игрок начал движение в соответствующем направлении и при этом коснулся игрового поля двумя ногами или всем телом пересек линию дома или кона. Начальной фазой перебежки считается касание ногой игровой площадки, после чего игрок не имеет права вернуться за линию дома или кона и может быть осаленным игроками защищающейся команды. Перебежка считается оконченной, если игрок хотя бы одной ногой заступил за линию дома или кона, а другая нога при этом не касается игрового поля, или игрок пересек линию кона или дома по воздуху после финишного прыжка.

Если после начатой перебежки игроки нападения оказались за линией кона, то защитники обязаны доставить мяч в дом без задержки для продолжения игры.

**Статья 30. Осаливание**

Игрок, совершающий перебежку, считается осаленным, если его коснется в пределах игровой площадки мяч, брошенный в него любым игроком защиты. С целью осаливания игроков нападения защитники имеют право передвигаться с мячом по своему усмотрению или передавать мяч любому игроку своей команды.

После осаливания игроки защиты обязаны убежать за линию дома или кона, так как осаленная команда может произвести ответное осаливание. Ответные осаливания могут продолжаться до тех пор, пока все игроки последней осалившей команды не убегут за линию кона или дома.

При попытке осаливания игроки не имеют права касаться друг друга, в противном случае нарушители могут быть наказаны (см. статью 43).

Для ответного осаливания игроки команды нападения, находящиеся за линией дома, имеют право выбегать на площадку, помогая своим игрокам, но их количество не должно превышать 5 игроков. Если на площадке находится 6 игроков, происходит свободная смена. Команда, нарушившая правила уходит играть в защиту.

**Статья 31. Самоосаливание**

Игрок нападения считается самоосаленным, если он начал перебежку и возвратился за линию дома или кона. В этом случае команда нападения переходит играть в защиту.

Игрок нападения считается самоосаленным, если он начал перебежку и наступил ногой на боковую линию или при падении задел ее какой-либо частью тела.

Игрок защиты считается самоосаленным, если он после осаливания или самоосаливания нападающего сам оказался за боковой линией последним или коснулся мяча после совершенного осаливания или самоосаливания.

Момент самоосаливания (как и осаливания) фиксируется судейским свистком и соответствующими жестами судей.

Если к моменту осаливания или самоосаливания игроки нападения не успели завершить пробежку в дом, то очков команде они не приносят, а только получают право на удар. Игроки, задержавшиеся при этом за линией кона, при возвращении в дом также очков не приносят.

Если один из игроков оказался самоосаленным, то игрок противоположной команды, находящийся с мячом, обязан положить его так, чтобы мяч оказался в пределах игровой площадки, и покинуть площадку за линию дома или кона вместе со своими игроками.

**Статья 32. Ловля мяча с лета**

Если защитник поймал мяч с лета в пределах поля или вне его, то он приносит своей команде очко и обязан быть готовым к осаливанию игроков нападения, если они выйдут на перебежку.

Если защитник поймал отбитый мяч с лета в пределах штрафной зоны, также приносит своей команде очко (игра продолжается).

Ловля мяча за пределами линии дома, очков защите не приносит, так как удар засчитывается не действительным.

**Статья 33. Очки**

Очко своей команде приносит игрок, поймавший «свечу», 2 очка - игрок, совершивший полную перебежку и оставшись при этом не осаленным, или до осаливания другого игрока своей команды.

**Статья 34. Результат игры**

Результат игры определяется по наибольшему числу очков, набранных командой за игровое время.

При равном количестве очков фиксируется ничья.

При проведении стыковых игр или игр по системе с выбыванием в случае ничейного результата после основного времени игры проводится (после жеребьевки) два дополнительных периода продолжительностью 5 мин или несколько таких периодов, необходимых для получения преимущества одной из команд. Между дополнительными периодами предусматриваются перерывы продолжительностью до 2 мин, в начале каждого дополнительного периода проводится жеребьевка.

**Статья 35. Поражение**

Если в процессе игры у одной из команд на площадке остается меньше трех игроков, то игра прекращается; этой команде засчитывается поражение.

Если команда, которой засчитывается победа из-за снятия с игры соперника, имеет к этому моменту преимущество в счете, то фиксируется этот счет. Если команда не имеет преимущества в счете, то фиксируется счет 40:0 в ее пользу.

Если в команде обнаруживается подставной игрок(ки) или игрок(ки) с фиктивными документами, то ей засчитывается поражение со счетом 0:40. Команда снимается с соревнований и может быть оштрафована решением федерации.

Раздел 14 ПРАВИЛА, КАСАЮЩИЕСЯ ИГРОКОВ

**Статья 36. Замена игроков**

Прежде чем выйти на площадку, заменяющий игрок должен информировать об этом секретаря. Он должен быть готов немедленно принять участие в игре.

Секретарь подает сигнал на замену после того, как мяч выйдет из игры по сигналу старшего судьи, но до того момента, когда снова будет дан свисток на подачу.

Заменяющий игрок должен оставаться за пределами площадки до тех пор, пока старший судья не разрешит ему выход на площадку, после чего он должен выйти немедленно.

Замены должны производиться как можно быстрее. Если, по мнению судьи, имеет место неоправданная задержка времени, то команде-нарушителю засчитывается минутный перерыв. Игрок, выходящий на замену, может войти на игровую площадку только через «зону замены».

Число замен в ходе игры не лимитируются. При игре в защите может быть заменен любой игрок.

При игре в нападении заменяется игрок, имеющий право на удар. Игрок, ударивший по мячу, может заменяться только в двух случаях:

- если он совершит полную перебежку;

- если он по состоянию здоровья не может продолжить игру.

Игрок не может покинуть площадку в игровое время без разрешения судьи.

**Статья 37. Спорный мяч**

При возникновении спорной ситуации судья в поле дает возможность игрокам доиграть игровой момент, затем останавливает игру и принимает решение в рамках настоящих Правил.

При розыгрыше спорного мяча игроки возвращаются на места, предшествующие спорной ситуации, а очки, набранные в ней, аннулируются.

Раздел 15 НАРУШЕНИЯ И НАКАЗАНИЯ

**Статья 38. Нарушения при подаче и ударе по мячу**

Нарушениями при подаче является :

- подбрасывания мяча не над кругом подачи;

- задерживание времени при подаче мяча;

- подачи мяча с игровой площадки.

Нарушениями при ударе являются

- выброс биты на поле;

- выход на площадку подающего очередного игрока с битой, пока мяч находится в игре;

- затягивание времени для ударов после свистка судьи;

- игрок при выполнении удара заступает за линию дома.

- удары способом сбоку и снизу при играх в спортивных залах.

Если у игрока, выполняющего удар, вылетает из рук бита, то засчитывается промах.

Запрещается производить удары по мячу, держа биту одной рукой.

В случае указанных нарушений судья делает предупреждение, при повторном нарушений предъявляется желтая карточка.

**Статья 39. Нарушения при возвращении мяча в дом**

Нарушениями при возвращении мяча в дом являются:

- возвращение мяча не в площадку подающего;

-возвращение мяча за линию дома броском игрока, стоящего за пределами площадки;

- выбрасывание мяча в сторону после выноса за линию дома;

- задержка мяча на игровой площадке, когда игроки нападения находятся за линией кона или дома и не делают попыток на перебежку;

- мяч возвращается в дом, спрятанный игроком;

- обманные движения мячом, спрятанным в руке во время выноса мяча за линию дома;

При обманных движениях во время переноса мяча за линию дома старший судья дает свисток о выходе мяча из игры или делает предупреждение. При нахождении в штрафной зоне двух игроков защиты старший судья делает предупреждение игрокам.

**Статья 40. Нарушение при перебежках**

Нарушениями при перебежках являются:

- выбегание с линии дома или кона игроков, имеющих право на перебежку, в том числе умышленное, до удара;

- выбегание за линию дома игрока, производящего подачу мяча.

При указанных нарушениях старший судья делает предупреждение, в дальнейшем предъявляет нарушителям желтую карточку.

- умышленное самоосаливание;

- столкновение с игроком защиты находящимся в статическом положении и ожидающим передачу от своего игрока;

При указанных нарушениях старший судья предъявляет нарушителям желтую карточку.

**Статья 41. Нарушения при игре в защите**

Нарушениями при игре в защите являются:

- выбегание защитников за пределы площадки до удара;

- необоснованные передачи мяча между собой с целью задержки времени;

- выброс мяча за пределы игровой площадки во время самоосаливания игрока, выполняющего перебежку;

- сокрытие мяча от игроков и судей.

При указанных нарушениях старший судья делает предупреждение либо предъявляет игрокам-нарушителям желтую карточку.

- задержка (блокировка) игроков при выполнении ими перебежек;

При указанных нарушениях старший судья предъявляет игрокам-нарушителям желтую карточку.

**Статья 42. Нарушение при осаливании и переосаливании**

Если игрок защиты выполнил осаливание игрока нападения, не выпустив мяча из руки, то засчитывается переосаливание игрока защиты.

Переосаливание считается недействительным, если игроки осаленной команды вернут на игровую площадку мяч, вышедший за линию дома.

Осаливание из-за пределов и за пределами игровой площадки считается недействительным.

Раздел 16 ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ

**Статья 43. Определение**

Правильное течение игры требует полного сотрудничества членов обеих команд, включая тренеров и их помощников.

Обе команды имеют право предпринимать максимум усилий для достижения победы, но обязаны при этом не нарушать принципов спортивной этики и справедливой игры.

**Статья 44. Желтая карточка игроку**

Игроки не должны пренебрегать указаниями судей или позволять себе неспортивное поведение:

- апеллировать к судьям и зрителям;

- касаться судей;

- сквернословить и позволять себе оскорбительные жесты;

- дразнить соперника или препятствовать ему и блокировать его при перебежках, задерживая руками или ставя подножки;

- задерживать игру;

- менять свой игровой номер, не предупредив секретаря или старшего судью;

- выходить на игровую площадку на замену, не предупредив об этом секретаря или старшего судью (если только замена не происходит в перерыве между таймами) или во время минутного перерыва.

Нарушения, носящие преднамеренный, неспортивный характер или дающие провинившемуся игроку несправедливое преимущество, должны незамедлительно наказываться желтой карточкой.

Желтую карточку получают также игроки, нарушившие правила, указанные в статьях

38-42.

**Статья 45. Желтая карточка тренерам, помощникам тренеров и запасным игрокам**

Тренер, помощник тренера, запасные игроки не имеют права:

- выходить на игровую площадку (за исключением случаев, когда на это есть разрешение судьи для оказания помощи игроку, получившему травму);

- покидать свое место и выходить за пределы сектора запасных игроков;

- непочтительно обращаться к судьям.

Тренеру разрешается обращаться к игрокам своей команды во время минутного перерыва при условии, что он не выходит на игровую площадку, а игроки не переступают боковые линии (если на это не получено разрешение судьи).

**Статья 46. Красная карточка игроку**

Игрок, имеющий желтую карточку и совершивший нарушение повторно, наказывается красной карточкой и удаляется до окончания игры без права на замену.

Красной карточкой наказывается игрок, имеющий желтую карточку, совершивший умышленно нарушение, указанное в статьях № 38-42, он также удаляется до окончания игры без права на замену и автоматически пропускает очередную календарную игру данных соревнований.

Игрок, получивший красную карточку за нарушение общественного порядка (драки на площадке с соперником, нецензурное обращение с судейской коллегией и зрителями и т.д.), дисквалифицируется на все дни соревнований без права на замену.

*Примечание.* Если команда выставит игрока, получившего красную карточку в описанных выше случаях, то ей засчитывается поражение со счетом 0:40; она снимается с соревнований и может быть оштрафована решением Федерации.

**Статья 47. Красная карточка тренерам и запасным игрокам**

За серьезное повторное нарушение статьи № 45 или неспортивное поведение тренера, помощника тренера и запасных игроков тренер команды наказывается красной карточкой и отстраняется от руководства командой до конца соревнований.

Раздел 17 ПРАВИЛА ОТСЧЕТА ВРЕМЕНИ ИГРЫ

**Статья 48. Правила пяти минут**

В конце каждого тайма игры за 5 минут до её окончания старший судья объявляет о вступлении в действие «правила 5 минут». В этом случае при игре в нападении, команда, допустившая два промаха, переходит играть в защиту (отказ игрока от выполнения удара не расценивается как недействительный удар).

**Статья 49. Минутный перерыв**

Каждая команда может взять по одному перерыву в каждом тайме и по одному минутному перерыву в каждом дополнительном периоде. Минутные перерывы не входят в общее время игры. Неиспользованные перерывы в первом тайме не переносятся на второй тайм.

Тренер имеет право просить минутный перерыв. Он должен сделать это лично, обратиться к секретарю и четко произнести: «Тайм-аут», сопровождая просьбу соответствующим жестом рук.

Секретарь информирует старшего судью о получении просьбы на минутный перерыв, как только мяч выйдет из игры, и обязательно до того момента, когда мяч снова будет в игре.

Если команда, взявшая минутный перерыв, готова начать игру до истечения времени, старший судья имеет право начать игру немедленно.

*Исключение.* Минутный перерыв не засчитывается, если травмированный игрок готов играть немедленно или быстро заменяется либо судья разрешает задержку.

**Статья 50. Остановка времени в случае травмы**

Судьи могут остановить время игры в случае получения игроком травмы или по какой-либо другой причине. Если в момент получения травмы мяч находится в игре, старший судья должен воздержаться от подачи сигнала и дождаться окончания игрового действия, т.е. момента, когда мяч будет выведен из игры.

Если необходимо срочно оказать помощь игроку, получившему травму, старший судья может немедленно остановить игру.

Если травмированный игрок не может сразу продолжить игру, его должны заменить в течение одной минуты. Если травмированный игрок заменен с задержкой, старший судья засчитывает команде минутный перерыв и имеет право добавить игровое время.

Раздел 18

**ФОРМА ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ, ЗАЯВКИ, ПРОТЕСТЫ**

**Статья 51. Вид и системы проведения соревнований**

На территории России проводятся чемпионаты, первенства, кубки, турниры, товарищеские или показательные матчи, комплексные спортивные мероприятия (спартакиады, фестивали и др.).

Системы соревнований бывают: круговая, с выбыванием после одного поражения и смешанная.

Выбор системы розыгрыша оговаривается положением о соревнованиях в зависимости от вида соревнований и количества участвующих команд.

При любой системе накануне соревнований, после окончания работы мандатной комиссии по допуску, проводится жеребьевка участвующих команд, после чего составляются таблица и расписание игр.

Жеребьевку проводят главный судья, главный секретарь, представитель проводящей организации, представители команд.

**Статья 52. Заявки на участие в соревнованиях**

Порядок подачи заявок на участие в соревнованиях и ее форма определяется организацией, проводящей эти соревнования. В заявке должны быть указаны: название команды, фамилия, имя, отчество, год рождения, спортивное звание спортсменов и тренеров. Заявка должна быть подписана руководителем спортивной организации и главным врачом физкультурно-спортивного диспансера, заверена печатями указанных организаций.

*Примечание.* Подпись врача о допуске к соревнованиям должна стоять перед каждой фамилией спортсмена, а в конце заявки врач указывает количество допущенных спортсменов.

**Статья 53. Подача протеста**

Протест подается не позже одного часа по окончании матча в письменном виде главному судье соревнований. В протесте должны быть описаны моменты нарушений со ссылкой на конкретные статьи Правил соревнований.

Приложение №2

**Контрольные тесты**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №**п/п** | **Контрольные упражнения****(тесты)** | **Возраст** |
| **11 лет** | **12 лет** | **13 лет** | **14 лет** | **15-16 лет** |
| 1 | Метание мяча весом 150 г на дальность, м | 20-25 | 25-30 | 30-35 | 35-40 | 40 и больше |
| 2 | Удар сбоку, снизу, сверху на дальность полета мяча, м | 15-2015-2010-15 | 20-2520-2515-20 | 25-3025-3020-25 | 30-3530-3525-30 | 35 и больше35 и больше30 и больше |
| 3 | Скорострельность в передачах за 30 сек.. раз. | 30 | 35 | 40 | 45 | 50 и больше |
| 4 | снизу - 10 попыток, раз | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 5 | Удар сбоку - 10 попыток, раз | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 6 | Удар сверху- 10 попыток, раз | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 7 | Передач на быстроту и ловлю мяча за 30 сек. | 20 | 25 | 30 | 35 | 40 и больше |
| 8 | Передача мяча на точность , разза 30 сек. | 25 | 30 | 35 | 40 | 45 и больше |