

Популярность лапты – в ее достоинствах:

- Не требует дорогостоящих принадлежностей (инвентарь можно изготовить самостоятельно)
- Не требует фундаментально оборудованных площадок.
- Можно играть на открытых площадках и в условиях спортивного зала.
- Доступна людям любого возраста.
- Основу игры составляют бег, прыжки, метание мяча, ловля, удары битой и игровая ориентировка.
- Она формирует выносливость тела, точность удара, меткость глаза.

