

# Etnosportas

Etnosportas tai – tradiciniai  
liaudies žaidimai.

# Lietuvos etnosporto komitetas



# Lietuvos etnosportas

- Kyla
- Muštukas
- Lietuviškas ritinis (ripka)
- Išstūmimas iš rato
- Lazdos traukynės
- Lietuviškos ristynės (ristynės)

# Kyla

Šis žaidimas žaidžiamas prieš žaidėją, arba 2–3 žaidėjų komandos viena prieš kitą. Laimi žaidėjas (komanda), pirmas surinkęs 1 000 taškų. Jis paskelbia, kad jo varžovas turi „kylą“ (išvaržą), kliudančią vikriai judėti.





# Muštukas

(arba „Pilkė“, „Burbuliukas“, „Lapta“)

Kaimuose, ir ne tik juose, šis žaidimas buvo žaidžiamas bent nuo XIX a. vidurio.

Populiariausias jis tapo tarpukariu. Jis patrauklus tuo, kad jį žaidžiant galima demonstruoti ne tik rankos jėgą, bet ir greitį, vikrumą ir taiklumą. Žaidėjas, kuris sugeba nubėgti iki varžovų „kiemo“ ir grįžti atgal į savo „kiemą“ išvengęs pataikymo kamuoliuku, laimi savo grupei vieną tašką. Galima žaisti du kėlinius po pusvalandį ir suskaičiuoti, kuri grupė laimėjo daugiau taškų. (Žaidimo aprašymas parengtas pagal F. Paškevičiaus knygą *Sportiniai žaidimai ir tūkstantmetė ripka*. (Vilnius, 2002).



# Lietuviškas ritinis (ripka)

Lietuviškas ritinis (ripka) – seniausias ir sudėtingiausias grupinis lietuvių liaudies žaidimas. Archeologiniai radiniai rodo, kad ritinis galėjo būti žaidžiamas jau pirmojo mūsų eros tūkstantmečio viduryje, nes centrinės Lietuvos dalies kapinynuose yra surasta ritinių ir ritmušų (specialių lazdu ritiniui mušti). Manoma, kad šis žaidimas buvo Lietuvos Didžiojo kunigaikščio Vytauto karių pramoga ir treniravimosi priemonė ir buvo žaidžiamas XIV–XV a. Apie tai rašoma Mikalojaus Husoviano poemoje „Giesmė apie stumbro išvaizdą, žiaurumą ir medžioklę“ (1523 m.).





# IŠSTŪMIMAS IŠ RATO

Du žaidėjai apsibrėžia 2 metrų skersmens ratą ir, laikydamiesi už ilgus lazdos, stengiasi vienas kitą išstumti iš apskritimo.

Atliekant šį pratimą negalima atitraukti rankų nuo lazdos. (V. Steponaitis. *Lietuvių liaudies žaidimai ir pramogos. Vilnius, 1956*).



# LAZDOS TRAUKYNĖS

Senas individualus žaidimas, plačiai žinomas įvairiuose regionuose. Savo prigimtimi labai paprastas, tačiau bet kuris išbandęs pastebės, kad traukiant lazda labai daug ką lemia ne tik fizinė jėga, bet ir greitis, ištvermė, taip pat pasirinkta taktika bei judesių koordinacija. Laimi tas žaidėjas, kuris varžovą užsimeta ant savęs ar po traukimo jo rankose lieka lazda.





# RISTYNĖS

Tradicinė dvikovės sporto šaka. Imtynės kaip kovos be ginklo rūšis Lietuvoje buvo žinomos nuo seno. Dažniau vadintos ristynėmis jos plačiai minimos sakininėje lietuvių tautosakoje – pasakose, mitologinėse sakmėse bei padavimuose, taip pat ir kai kurių žodinės tautosakos pateikėjų prisiminimuose. Laimi tas žaidėjas, kuris varžovą paguldo ant menčiu arba kovos pabaigoje turi tašku pranašumą už atliktus veiksmus.



# Etnožaidynės

Tikslas kasmet organizuojant žaidynės populiarinti tradicinius liaudės žaidimus ir skatinti fizini aktyvumą. Tai daroma norint įtraukti etnosportą į mokyklų fizinio aktyvumo pamokų programą.

