



LIETUVOS
OLIMPINĖ AKADEMIJA

ASTA BENIUŠIENĖ
VYTĖ KONTAUTIENĖ

PARYŽIAUS

OLIMPINĖS

ŽAIDYNĖS

2024

OLIMPINIO
UGDYMO
VADOVAS



Asta Beniušienė
Vytė Kontautienė

**PARYŽIAUS OLIMPINĖS ŽAIDYNĖS 2024
OLIMPINIO UGDYMO VADOVAS**

Knyga skiriama Lietuvos olimpinio judėjimo 100-čiui

MOKYMOSI KNYGA

Klaipėdos universiteto leidykla

Klaipėda
2024



Bibliografinė informacija pateikiama Lietuvos integralios bibliotekų informacinės sistemos (LIBIS) portale ibiblioteka.lt

Aprobuota Klaipėdos universiteto Sveikatos mokslų fakulteto Sporto, rekreacijos ir turizmo katedros 2024 m. balandžio 16 d. nutarimu, protokolo Nr. 46SV-SRT-08.

Leidžiama publikuoti Klaipėdos universiteto Sveikatos mokslų fakulteto redakcinės kolegijos nutarimu.

Recenzavo:

Prof. habil dr. Kazys Milašius, žurnalo „Sporto mokslas“ vyriausiasis redaktorius

Prof. dr. Audronius Vilkas, Lietuvos olimpinės akademijos viceprezidentas

Mokymosi knyga leidžiama Lietuvos olimpinės akademijos lėšomis
Knygos viršelio dailininkė Elena Augusta Victorija Reckewitz

© Asta Beniušienė, 2024

© Vytė Kontautienė, 2024

© Klaipėdos universiteto leidykla, 2024

ISBN





TURINYS

LTOK prezidentės Dainos Gudzinevičiūtės pratarmė	5
LPK prezidento Mindaugo Biliaus pratarmė	7
Knygos autorių padėka	9

1 skyrius

Senovės Graikijos žaidynės

Antikinės olimpinės žaidynės	11
Senovės Olimpijos žaidynių programa ir sporto šakos	19
Mitai ir legendos	24
Mergaičių ir moterų varžybos Olimpijoje	27

2 skyrius

Baronas Pjeras de Kubertenas

Nuostabi aristokratiška vaikystė, sugriauta karo	36
Siekis įtraukti sportą į prancūzų švietimą	38
Pjero de Kuberteno palikimas	44
Olimpiniai simboliai	46

3 skyrius

Olimpinis judėjimas ir propaguojamos vertybės

Tarptautinės olimpinio judėjimo organizacijos	53
Lietuvos olimpinio judėjimo organizacijos	61
Pagrindiniai olimpizmo principai	69
Olimpinių vertybių ugdymo programa (OVUP)	71
Olimpinės vertybės	71



Paralimpinės vertybės	74
Kilnus elgesys – <i>Fair play</i>	77
Lietuvos kilnaus sportinio elgesio apdovanojimai	83

4 skyrius

Pažinti Prancūziją: šalis, žmonės, įvykiai, kultūra

Prancūzijos šalis	93
Prancūzijos simboliai	96
Įdomiausios Prancūzijos vietos	104
Prancūzijos gamta	115
Prancūzijos istorija: ar žinote, kad...	122
Prancūzijos sąsajos su Lietuva	155
Prancūzų literatūra	169
Prancūzijos muzika	177
Prancūzijos menas	185
Tradiciniai prancūzų žaidimai	197

5 skyrius

Paryžius 2024: olimpinės ir paralimpinės žaidynės

Sugrįžimas po 100 metų	206
KODĖL Paryžius? Kaip išrenkama olimpinių žaidynių vieta?	208
Kaip sportininkai atrenkami į olimpines žaidynes?	209
Kokių būna olimpinių žaidynių?	212
Vasaros olimpinių žaidynių sporto šakos	220
Naujos olimpinės sporto šakos	223
Breikas	225
Banglenčių sportas	239
Laipiojimo sportas	254
Riedlenčių sportas	270
Paralimpinės sporto šakos	293
Vasaros žaidynių lokacijos Paryžiuje: įvairių erdvių pritaikymas	298
Žaliasis olimpinis judėjimas: tvarumas, ekologija, darna	302
Lyčių lygybė sporte	305
Lietuvos sportininkai 1924 m. Paryžiaus olimpinėse žaidynėse	309
Lietuvos sportininkai 2024 m. Paryžiaus olimpinėse žaidynėse	315
Lietuvos sportininkai 2024 m. Paryžiaus paralimpinėse žaidynėse	317
Lietuvos sportininkai Jaunimo vasaros olimpinėse žaidynėse	321

LITERATŪRA	330
-------------------	-----

PRIEDAI	339
----------------	-----



L TOK prezidentės Dainos Gudzinevičiūtės pratarinė



L TOK prezidentė Daina Gudzinevičiūtė
Nuotrauka Martyno Zarembos, L TOK

Mieli skaitytojai, Lietuvos tautinis olimpinis komitetas (L TOK) didelį dėmesį skiria vaikų ir jaunimo olimpinių vertybių ugdymui. Tobulėjimas, pagarba ir draugystė – tai olimpinės vertybės, kurios atsiskleidžia ne tik sportinėje veikloje – jos svarbios kiekvienam vaikui ugdantis įgūdžius, reikalingus visam gyvenimui.

Ši knyga padės mokiniams pažinti olimpinių žaidynių istoriją, įkvėps juos būti fiziškai aktyvius, domėtis, stebėti ir sekti naujausias žinias iš Paryžiuje vyksiančių 2024 metų olimpinių ir paralimpinių žaidynių, praplės interesų lauką ir paskatins domėjimąsi Prancūzijos kultūra bei pasauliu.



Tikiuosi, kad Jus įtrauks knygoje pateikta informacinė medžiaga, įdomios kūrybinės ir praktinės užduotys. Tikiu, kad ši knyga prisidės prie olimpinio švietimo idėjų sklaidos visose Lietuvos mokyklose.

„Sportas ugdo ne tik fizines savybes, bet ir sąžiningumą, pagarbą, draugystę, empatiją. Todėl kilnus sportinis elgesys įkvepia ne mažiau nei iškovoto medalio spindesys. Varžovui ištiesta pagalbos ranka, darbas su jaunimu, savanorystė ir olimpinių vertybių – pagarbos, draugystės, tobulėjimo – skatinimas yra stiprus pavyzdys visuomenei.“

Daina Gudzinevičiūtė
LTOK prezidentė



LPAK prezidento Mindaugo Biliaus pratarė



LPAK prezidentas Mindaugas Bilius
Lietuvos parolimpinio komiteto nuotrauka

Mieli skaitytojai, Lietuvos parolimpinis komitetas (LPAK) didelę dėmesį skiria švietimui – vaikų ir jaunimo parolimpinių vertybių ugdymui: ***drąsai, ryžtui, įkvėpimui, lygybei.***

Parolimpinis sportininkas demonstruoja žmogaus drasą: jis pakyla virš savo galimybių ir parodo savo tikrąją vertę. Parolimpiniai sportininkai geba išstobulinti savo fizines galimybes iki absoliučios ribos. Išties parolimpiečių veikla yra teigiamas pavyzdys savo pasiekimais, kad parodytų kelią kitiems.

Parolimpinis judėjimas pripažįsta, kad žmonės yra vienodai vertingi, kad ir kokie būtų jų skirtumai.



Iš paralimpinių atletų istorijų ir pasiekimų gimsta stipri motyvacija veikti, o rezultatas yra šio įkvėpimo pritaikymas asmeniniame gyvenime.

Ši knyga mokiniams padės pažinti ne tik olimpinių, bet ir paralimpinių žaidynių istoriją, suteiks žinių apie Lietuvos paralimpiečius, jų pasiekimus ir kt. Paskatins aktyviai dalyvauti interaktyvių filmukų peržiūrose ir atlikti įvairias kūrybines užduotis. Tikiuosi, kad 2024 m. Paryžiuje vyksiančių olimpinių ir paralimpinių žaidynių metu būsite aktyvūs piliečiai, domėsitės, stebėsite televizijos transliacijas iš žaidynių, seksite naujienas apie mūsų sportininkų ir komandų pasirodymus.

„Negalia – ne gyvenimo pabaiga. Tai gali būti nauja pradžia, skatinanti iš naujo kurti savo gyvenimą, kelti sau tikslus ir atkakliai jų siekti. Svarbiausia – požiūris, kaip tu priimsi tai, kas tavo gyvenime įvyko: ar pulsį į neviltį, ar pamatysi naujus horizontus. Tai gali būti įkvepianti tavo gyvenimo istorija ir puiki motyvacija, kaip nepalūžti, neprarasti tikėjimo savimi, neišsižadėti svajonių. Sportas – vienas tų kelių, kuriuo gali keliauti žmogus su negalia. Gal ne kiekvienas taps paralimpiniu čempionu, bet būtinais taps stipresniu, savimi pasitikinčiu, visaverčiu visuomenės nariu.“

Mindaugas Bilius
LPAK prezidentas



Knygos autorių padėka



Knygos autorės Vytė Kontautienė ir Asta Beniušienė EOA kongrese Vilniuje, 2023 m.
Nuotrauka iš Vytės Kontautienės asmeninio albumo

Mieli skaitytojai, šia knyga siekiama supažindinti su olimpinio švietimo judėjimu, idėjomis ir ugdyti olimpines bei paralimpines vertybes, kurios svarbios ne tik sporto srityje, bet ir kasdieniame jaunimo gyvenime. Knyga atskleidžia bendrą olimpizmo tikslą – per sportą ugdyti holistinę asmenybę, prisidėti prie tolerantiškos ir atsakingos visuomenės kūrimo, propaguoti žmogaus teises ir vertybes, skatinti jaunas žmones tapti atsakingais pasaulio piliečiais. Nesvarbu, ar tai būtų mokyklinis, mokslinis, ar kitas kontekstas, esame tikros, kad jus įtrauks knygoje pateiktos įvairiausios temos, teorinės, kūrybinės ir praktinės užduotys. Tai padės geriau pažinti olimpinio sporto pasaulį, įsitraukti ir domėtis Paryžiaus 2024 metų olimpinėmis ir paralimpinėmis žaidynėmis.



Knyga suteiks daugiau galimybių ugdytojui: pristatomos olimpizmo temos gali būti integruojamos į įvairių mokomųjų dalykų turinį, o pedagogui suteikiama laisvė kūrybiškai veikti. Per olimpinį ugdymą analizuojamos įvairios temos: lyčių lygybė, tolerancija, darnus vystymasis ir aplinkosaugos klausimai, socialinės žiniasklaidos vaidmuo olimpinio švietimo sferoje, plačiai aprašoma olimpinio judėjimo istorija, naujos olimpinio sporto šakos. Parengtos užduotys interaktyvios, įtraukiančios, kūrybiškos ir sutelkiančios dėmesį.

Knyga skiriama visiems, besidomintiems vaikų ir jaunimo olimpinio ugdymu: ja gali naudotis fizinio ugdymo ir sporto specialistai, universitetų, kolegijų studentai, visi pedagogai ir dėstytojai, visuomenės nariai, kuriems aktualūs olimpinio švietimo klausimai. Tikimės, kad knyga įkvėps pedagogus propaguoti į olimpines vertybes orientuotą ugdymą.

Norime nuoširdžiai padėkoti visiems, prisidėjusiems prie šios knygos gimimo: *Lietuvos laipiojimo sporto federacijos* prezidentei **Mildai Koreivaitei-Zaicevienei** ir *Lietuvos riedlenčių federacijos* prezidentui **Justinui Ivoškai** už vertingus patarimus pristatant naujas olimpinio sporto šakas.

Dėkojame 63-iosios *Tarptautinės olimpinės akademijos* Jaunimo sesijos Graikijoje dalyvei, šios knygos rengimo grupės savanorei **Ievai Kontautaitei** už Olimpijoje surinktą medžiagą ir kūrybines idėjas bei kritišką jaunatvišką požiūrį pristatant olimpinio švietimo temas.

Nuoširdžiai dėkojame **prof. habil. dr. Kaziuvi Milašiui** ir **prof. dr. Audroniui Vilkui** už knygos recenzavimą, pastabas ir siūlymus, kaip patobulinti šią knygą. Dėkojame **Lietuvos olimpinei akademijai** už finansinę paramą ir jos prezidentei **prof. dr. Astai Šarkauskienei** už pasitikėjimą parengti šį leidinį.

Dėkojame dailininkei **Elenai Augustai Victorijai Reckewitz** už originalų knygos viršelio iliustravimą.

Doc. dr. Asta Beniušienė ir doc. dr. Vytė Kontautienė
Knygos autorės



1 skyrius

Senovės Graikijos žaidynės

Antikinės olimpinės žaidynės

Antikos sporto ir senovės olimpinių žaidynių ištakos aptinkamos senovės Graikijoje. Vykusį sportą, fizinį ugdymą liudija XVI–XV a. pr. Kr. keramikos meno kūriniai, antkapių piešiniai.



Senovės eksponatai Olimpijoje, Graikijoje. Olimpijos archeologijos muziejus
Šaltinis: <https://depositphotos.com/photos/olympia-greece.html?qview=395604156>

Tuo laiku jau buvo praktikuojama gimnastika ir akrobatika, bėgimas, imtynės, kumštynės, vežimų lenktynės.

Senovės Graikijoje sporto varžybų plėtrai didelę įtaką darė *agonistika*. *Agonistika* – tai svarbus graikų buities ir kultūros bruožas – stengtis tobulėti, būti pripažintam, siekti geriausio rezultato sporto, meno, mokslo, karo ir kitose veiklos srityse. *Agonai* – tai įvairios varžybos, tarp kurių galime išskirti filosofų, oratorių, poetų, muzikų, dailininkų, skulptorių konkursus, kurie buvo viena populiariausių dievų garbinimo formų.

Graikų gyvenimo prasmė buvo įkūnyta šūkiu „Nuolat tobulėti, pirmauti!“. Kūno ir dvasios jėga, tobulumas, grožis buvo labiausiai branginamos, pripažįstamos vertybės sporto arenose.





Korinto kolonų liekanos Olimpijoje, Graikijoje

Šaltinis: <https://depositphotos.com/photos/olympia-greece.html?qview=395604156>

Graikai ieškojo vis įdomesnių, garbingesnių žmogaus tobulumo vertinimo būdų, o reikšmingiausios jiems tapo Olimpijos žaidynės. Senovės graikų idealas buvo geras ir gražus žmogus. Fiziniais pratimais ugdomas gražus kūnas, o protas – skaitymu, rašymu, skaičiavimu, mokslu ir menu. Geras žmogus turi būti intelektualus, tolerantiškas, pasižymintis garbingu elgesiu ir gerais darbais.

Senovės Graikijoje religija buvo labai svarbi. Graikai garbino įvairius dievus, kurie globojo meilę, išmintį, ugnį, keliones, karą ir kitas gyvenimo sritis. Žmogus buvo laikomas dievybės paveikslu, nes graikų dievai turėjo žmogaus bruožus ir ypatybes. Todėl būtent šių dievų garbei buvo sportuojama ir švenčiami sporto renginiai. Senovės graikai nuolat tobulino mankštos, fizinių ir dvasinių galių vertinimo sistemą. Šios veiklos viršūnė buvo viešos visuomeninės žaidynės – visos Graikijos šventė.

Graikai įsivaizdavo, kad Olimpijoje gyvena tik dievai, o žmonės atvyksta jų pagerbti, dalyvaudami žaidynėse. Iš tolimiausių kraštų susirinkdavo atletai ir žiūrovai. Ilga kelionė užtrukdavo ne vieną dieną, nes dažniausiai visi keliaudavo pėsčiomis. Kai kas gal visą gyvenimą niekaip nesiryždavo sunkiai kelionei, tačiau filosofas Sokratas tokius nuramindavo ir net paskatindavo išmintingais žodžiais ir patarimais.

Ksenofontas „Atsiminimuose apie Sokratą“ rašė, kad kažkoks žmogus bauginosi kelionės į Olimpiją, o Sokratas jam pasakęs:



„Kodėl tu taip baiminiesi šito žygio?

Nejaugi namuose nebūni ant kojų beveik ištisą dieną? O juk į ten keliaudamas, paėjęs papusryčiausi, dar paėjęs – papietausi ir pamiegosi. Negi nesupranti, kad sudėjęs kelią, kurį namuose sukari per penkias ar šešias dienas, tikrai nueitum iš Atėnų į Olimpiją? Be to, maloniau išeiti viena diena anksčiau negu vėluoti. Juk būna sunku, kai dienos žygį tenka daryti didesnę už įprastą, o pridėjus kelionei vieną dieną būna daug lengviau. Nes daug geriau skubėti išvykti, negu skubėti eiti.“

Laužikienė, A., Laužikas, R. *Graikija: alyvmedis, vynmedis ir laivas*. Kaunas: Terra Publica, 2020.

Įvairiuose senovės Graikijos regionuose: Olimpijoje, Pitijoje, Nemėjoje, Istme (gr. *Ολυμπία / Olympia, Pythia, Νεμέα / Nemea, Isthmos*) žaidynės buvo rengiamos skirtingų dievų garbei. Pavyzdžiui, Pitijos žaidynės buvo skirtos Apolono garbei. Pasak mito, Pitijos žaidynes pradėjo Apolonas toje vietoje, kur nugalėjo slibiną Pitoną. Žaidynės vykdavo kas ketveri metai Apolono šventykloje Delfuose.

Iš pradžių šios žaidynės buvo tik muzikinės, o nugalėtojas apdovanojamas laurų šakų vainiku. Laurai buvo skirti graikų dievui Apolonui. Laurų vainikais būdavo apdovanojami ir Apolono „numylėtiniai“ poetai (Apolonas buvo laikomas poezijos globėju). Iš šio papročio atsirado ir žodis *laureatas* (lot. *laureatus* – „vainikuotas laurais“, o bendrinės kalbos žodis „lurai“ reiškia šlovę, pripažinimą). Pagal reikšmingumą Pitijos žaidynės buvo antros po olimpinių žaidynių.

Istme žaidynės vykdavo Korinte Poseidono garbei, o nugalėtoją apdovanodavo pušų šakų vainiku. Nemėjoje buvo rengiamos Nemėjos žaidynės Heraklio garbei, o tapusį nugalėtoju apdovanodavo salierų vainiku. Pastarosios buvo rengiamos kas dveji metai, o jų varžybų kalendorius suplanuojamas taip, kad sportininkai galėtų dalyvauti ir visose kitose žaidynėse, įskaitant ir Olimpijos žaidynes.

Pačios garsiausios žaidynės, skirtos dievo Dzeuso garbei, buvo Olimpijos žaidynės, kuriose nugalėtoją apdovanodavo alyvmedžių šakelių vainiku. Olimpijos žaidynių pavadinimas kilo nuo vietovės pavadinimo – *Olimpija*, esanti Peloponeso pusiasalio šiaurės vakaruose. Būtent šiame mieste surengtos pirmosios olimpinės žaidynės, čia kadaise stovėjo ir Dzeuso šventykla, o joje –



milžiniška galingiausio Olimpo dievo skulptūra – vienas iš septynių antikinio pasaulio stebuklų. Nuo Olimpijos žaidynių ir kilo bendras olimpinių žaidynių pavadinimas.

Senovės Graikijoje žodžiu *olimpiada* vadintas ketverių metų laikotarpis tarp olimpinių žaidynių; šis žodis laikytas laiko skaičiavimo vienetu. Dabartinė žodžio *olimpiada* reikšmė skiriasi ir apibūdina pačias olimpines žaidynes.

Olimpijos žaidynių pradžia laikoma 776 m. pr. Kr. Rašytiniuose šaltiniuose sporto varžybos pirmą kartą buvo paminėtos Homero „Iliadoje“ – apie Achilo surengtas varžybas, vėliau – „Odisėjoje“.

Vieną kartą per ketverius metus Olimpija tapdavo žymiausiu Graikijos žmonių susirinkimo ir bendravimo vieta. Ilgainiui Olimpija tapo visos Graikijos kultūros židiniu. Čia per olimpines žaidynes susirinkdavo žymūs visuomenės veikėjai, kultūros ir mokslo žmonės: yra duomenų, kad lankėsi filosofai Heraklitas, Pitagoras, Sokratas, Diogenas, poetas Pindoras, tragedijų kūrėjas Euripidas, skulptoriai Mironas ir Polikletas, Skopas ir kt.

Senovės Graikijoje Olimpija buvo svarbus ne tik sporto, bet ir religijos centras, tačiau ji niekada nebuvo *polis* (graik. *pòlis* – miestas-valstybė senovės Graikijoje).

Olimpinių žaidynių eros pradžioje varžybose galėjo dalyvauti tik laisvieji Graikijos piliečiai – berniukai ir vyrai. Pirmosiose žaidynėse atletai vilkėjo nedideles odines prijuostas, raiščius ant šlaunų, o vėliau rungtyniavo nuogi.



Archeologinis radinys, eksponuojamas Olimpijos archeologijos muziejuje

Šaltinis: <https://depositphotos.com/photos/olympia-greece.html>





Iliustracija iš knygos: M. Macgregor, „Graikijos istorija, papasakota berniukams ir mergaitėms“

Šaltinis: https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/d/dc/In_the_earliest_times_a_simple_foot_race_was_the_only_event.jpg

Kaip atsirado paprotys bėgti nuogiems? 720 m. pr. Kr. bėgdamas atletas pametė prijuostę ir nė kiek nesutrikęs pirmasis pasiekė finišą. Nuo tada varžybų dalyviai varžėsi nuogi. Šiuo papročiu labiausiai džiaugėsi skulptoriai, nes turėjo galimybę regėti gražų atleto kūną, įtemptus raumenis, įvairius judesius ir juos perkelti į skulptūras.



Moterims žaidynėse nebuvo leidžiama dalyvauti, jas galėjo stebėti tik neištekėjusios merginos. Istoriniuose šaltiniuose liudijama, kad ištekėjusioms moterims buvo draudžiama stebėti Olimpijos žaidynių varžybas. Tačiau Kalipateira, garsaus Olimpijos žaidynių nugalėtojo Diagoro duktė, svajotojo išvysti savo sūnaus šlovę. Ir kai sūnus turėjo varžytis Olimpijoje, motina įsigeidė žūtbūt pamatyti sūnaus triumfą. Persirengusi treneriu, ji nusigavo iki žiūrovams skirtų vietų. Kai sūnus nugalėjo, laiminga motina, viską pamiršusi, išbėgo į stadioną. Bet per didžiulę sumaištį jai nuplėšė rūbus ir jos paslaptis išaiškėjo. Gerbdami Kalipateiros tėvo nuopelnus, teisėjai nenubaudė motinos, tačiau, kad išvengtų tokių incidentų ateityje, nusprendė, kad atletai ir treneriai eis varžytis nuogi.

Pačių pirmųjų sporto varžybų ir jose laimėjusių atletų vardus po daugybės amžių atsekti sunku. Iš įrašų Olimpijoje žinoma, kad pirmasis Olimpijų žaidynių nugalėtojas buvo bėgikas Koroibas iš Elidės, nugalėjęs 776 m. pr. Kr.

Visų laikų laimėjimų rekordai iki šiol priklauso imtynininkui Milonui iš Krotono, kuris triumfavo net šešiose olimpinėse žaidynėse iš eilės. Hiportenas taip pat buvo šešerių, o jo sūnus Hetiomoklas penkerių Olimpijos žaidynių nugalėtojai.

Daugelis Graikijos tautų nuolat kariavo viena su kita. Tačiau olimpinių žaidynių metu buvo pasirūpinta, kad visi dalyviai saugiai keliautų į renginį ir iš jo, o varžybos vyktų taikiai. Likus keliems mėnesiams iki Olimpijos žaidynių pradžios, skelbdavo tikslią žaidynių pradžios datą ir taikos laikotarpį Heladės žemėje. Trys taikos mėnesiai apėmė:

- atvykimą;
- rengimąsi varžyboms;
- varžymąsi;
- grįžimą namo.

Pagal legendą, Ifitas, Elidės karalius, pirmasis pasirašė taikos sutartį, kad žaidynės būtų apsaugotos nuo karų, ir pavadino šią sutartį „šventąja taika“ – *ekecheirija* (gr. *ekecheiria*).

Olimpijos žaidynių šaukliai, pasiuntiniai buvo vadinami *spandoforais*. Keletą mėnesių prieš žaidynes buvo skelbiamos šventosios paliaubos. Jos įpareigodavo greitai nutraukti tarp miestų kilusį bet kokią karą ir kitus nesutarimus, konfliktus. *Spandoforai* apkeldavo visą šalį, įsakydami visiems sudėti ginklus. Maždaug nuo VI a. pr. Kr. Olimpijos žaidynės įgavo visos Graikijos



nacionalinės šventės prasmę – „šventoji taika“ ne tik Olimpijos mieste, bet ir visuotinė taika visoje Graikijoje.

Pagal Antikos graikų legendas, jau pačioje atletų rengimo pradžioje Graikijoje buvo specialūs sporto treneriai, rungčių mokytojai, vadinami *gimnastais*. Prieš atvykdami į žaidynes, atletai turėjo treniruotis dešimt mėnesių. Rengimasis buvo reguliarus, gimnastai panaudodavo visas sukauptas sporto metodikas, medicinos naujoves. Atletams būdavo suteikiama žinių apie kraujotakos, kvėpavimo sistemų tobulinimą, specialią mitybą, masažus, higieną, traumų profilaktiką ir gydymą.

Treneriai svarbia ir veiksminga atletų rengimo varžyboms dalimi laikė sportininkų mitybą, taikė tam tikrą dietą. Per dešimties mėnesių parengiamąjį laikotarpį prieš Olimpijos žaidynes atletai turėjo prisiekti nevalgyti nieko kito, kaip tik jiems skirtą maistą. Manoma, kad rengiantis Olimpijos žaidynėms visi atletai vartojo panašų maistą. Beveik iki V a. pr. Kr. buvo valgoma be raugo kepta miežinė duona, kvietinė košė, džiovintos figos, riešutai ir šviežias sūris. Tik vėliau imta vartoti neriebios mėsos. Tačiau aptinkama ir duomenų, kad pankrationo atletus specialiai maitino kepta jautiena ir kiauliena, kiti mėgo valgyti miežinę duoną be raugo, saldumynus, aguonas. Didelio meistriškumo atletai dažnai būdavo ilgaamžiai. Yra žinoma atletų, rungtyniavusių net aštuoneriose Olimpijos žaidynėse.

Olimpijos žaidynių teisėjai buvo vadinami *helanodikais*. Varžybų teisėjai buvo renkami iš Graikijos piliečių likus metams iki žaidynių.

Olimpijos žaidynių teisėjų teisės ir pareigos buvo:

- tikrinti atletų privalomą dešimties mėnesių rengimąsi žaidynėms;
- stebėti ir vadovauti atletų rengimuisi 30 dienų prieš žaidynių varžybas;
- nustatyti atleto tinkamumą (laisvas Graikijos pilietis, gimęs santuokoje, nepadaręs nedorų darbų);
- stebėti atletų dienos režimą;
- atrinkti tinkamiausius;
- priimti atletų priesaiką;
- bausti pažeidusiuosius taisykles;
- nustatyti nugalėtojus ir juos apdovanoti pasibaigus žaidynėms;
- įrašyti nugalėtojus į oficialius žaidynių nugalėtojų sąrašus.



Teisėjams buvo pavaldūs atletų treneriai (30 dienų prieš žaidynes treneriai negalėjo kištis į ugdytinių rengimąsi). Per varžybas teisėjai apsirengdavo purpuriniais – tamsiai raudonos ar ryškiai raudonos su violetiniu atspalviu – drabužiais, užsidėdavo laurų vainikus ant galvų. Sėdėdami ant pakyls, stebėdavo, ar varžybos vyksta pagal taisykles (ar nėra sužeidimų, negarbingų veiksmų, susitarimų tarp varžovų).

Archeologiniai kasinėjimai patvirtina, kad jau nuo XIII a. pr. Kr. Olimpija gyvavo kaip šventovė, kurioje buvo pastatytas *stadionas*, *hipodromas*, *palestra*, *gimnazionas*, *svečių namai*, *šventyklos*.



Senovės Olimpijos archeologinė vietovė Graikijoje, olimpių žaidynių gimtinė – UNESCO pasaulio paveldas

Šaltinis: <https://depositphotos.com/photos/olympia-greece.html>

Palestra – 66 x 66 m dydžio pastatas, kurio kieme vykdavo atletų dvikovos: imtynės, kumštinės, pankrationo ir šuolių į tolį varžybos.

Gimnazionas – pastatas šalia palestros, skirtas mankštai, žaidimams, atletikai.



Senovės Olimpijos žaidynių programa ir sporto šakos

Pirmųjų žaidynių programoje buvo tik vieno *stadijo* (192,27 m) bėgimas. Iš žodžio *stadijas* kilo žodis *stadionas*. Vėlesnėse Olimpijos žaidynėse programą sudarė dviejų stadijų bėgimas – *diaulas*, kai bėgikas turėjo įveikti nuotolį pirmyn ir atgal (384,54 m). Dar po ketverių metų olimpinių žaidynių programoje įvedamas ilgujų nuotolių bėgimas. Pirma aštuonių, paskui dešimties, dvylikos ir pagaliau dvidešimt keturių stadijų bėgimas – *dolikodromas* (4 714,5 m). Bėgimo tako galuose buvo įkalami stulpeliai ir ant jų įtempama virvė, kad bėgikai pradėtų bėgti vienu laiku. Jie bėgdavo basi, palaikomi žiūrovų šūksnių.

Į 18-ąsias (708 m. pr. Kr.) žaidynes įtraukiama nauja sporto šaka – *pentatlonas* (klasikinė penkiakovė). Ją sudarė penkios rungtys: *vieno stadijo bėgimas*, *disko* ir *ieties metimas*, *šuois į tolį*, *imtynės*. Šios sporto šakos nugalėtojai būdavo ypač gerbiami, aukštinami, kadangi buvo visapusiškai pasirengę ir išsiskyrė iš kitų kūno grožiu. Nugalėtojas turėjo laimėti ne mažiau kaip tris rungtis ir imtynes. Atletams atliekant šuolį į smėlio duobę, skambėdavo fleitos muzika. Disko nugalėtojas turėjo varžovą parversti tris kartus ant smėlio ir imtis tol (stovėdamas ant smėlio), kol vienas iš jų nebegalės imtis ar pripažins esąs nugalėtas ir kartu varžovo pranašumą.

Imtynininkai daug dėmesio skyrė savo odos priežiūrai, todėl ištrindavo odą smulkaus smėlio ir aliejaus mišiniu, skirtu apsaugoti nuo sužeidimų, o po varžybų šį mišinio sluoksnį pašalindavo specialiu grandikliu. Imtynėse varžydavosi tik vyrai ir berniukai, bet sportininkai nebuvo skirstomi į svorio kategorijas.

Nuo senų senovės buvo labai paplitusi *kumštynių dvikova*, kur vertinamas atleto vikrumas išvengti smūgių. Pergalė buvo ypač aukštinama, jeigu pavykdavo įveikti varžovą patyrus tik nestiprių smūgių ar išlikus per daug nesužeistam.

Pankrationas – ypač sunki dvikova, įtraukta į Olimpijos žaidynių programą. Dvikovos metu buvo leidžiami beveik visi imtynių ir kumštynių veiksmai: smūgiai kojomis, alkūnėmis, kumščiais, rankų ir kojų sąnarių sukimas, ausų rovimas ir kt. Draudžiama buvo durti pirštu į akį, nosį, burną, braižytis nagais, kandžiotis. Ši sporto šaka atitiko tą laikmetį. Kadangi vykdavo karai, tai kiekvienam vyrui buvo privalu mokėti apsiginti nuo priešo net plikomis rankomis. Kova dažniausiai vykdavo ant drėgno molio ar minkštos žemės.



Atletas turėjo pasižymėti liūto jėga ir lapės gudrumu. Šioje kovoje buvo vertinamas įvairiapusis pasirengimas.

Žaidynių programoje atsirado vadeliotojų varžybos, į žaidynių programą buvo įtrauktas karinis bėgimas su visa kario apranga (šalmu, skydu), tačiau be ginklų. Ginklus jie turėjo palikti namuose, nes olimpiadoje negalima rodytis su ginklais.



Graikijos sporto ir karių figūros ant frizo iliustracijos

Šaltinis: <https://www.istockphoto.com/vector/greek-sporting-and-warrior-figures-on-a-frieze-gm164115154-23449483>

Nuo 78-ųjų (469 m. pr. Kr.) Olimpijos žaidynės vykdavo penkias dienas ir programoje jau buvo 20 sporto šakų.

Pirmoji diena būdavo skirta žaidynių atidarymo iškilmėms. Jos prasidėdavo atletų, o vėliau ir teisėjų priesaikomis. Vyriausiasis teisėjas garsiai skelbdavo kiekvieno dalyvio vardą, tėvo vardą, gimtąjį miestą ir klausdavo žiūrovų, ar kas žino atleto nedorų poelgių. Olimpijos žaidynėse galėjo dalyvauti tik sąžiningi ir garbingi žmonės. Tada visi eidavo link Dzeuso šventyklos, kur buvo uždegama ugnis.



Ant aukuro ugnies Dzeusui būdavo paaukojamas sugautas šernas, ir tuo metu kiekvienas atletas atlikdavo priesaiką:

„<...> esu tikras helenas (graikas),

<...> mano tėvai laisvieji žmonės,

<...> mano rankos nesuteptos krauju,

<...> nesu nusidėjęs dievams,

<...> dešimt mėnesių sąžiningai mankštinausi,

<...> prisiekiu varžybose nenaudoti klastos ir apgaulės <...>“ ir t. t.

Tada vykdavo teisėjų priesaikos. Jos tęsėsi iki vidurdienio, o per karštį visi eidavo pailsėti. Olimpijos žaidynių atidarymo iškilnėse vykdavo bėgikų lenktynės su deglais. Bėgikų komandos turėdavo nubėgti 800–2 500 m nuotolį, kad deglai neužgestų. Nugalėdavo grupė, kuri uždegdavo Dzeuso šventyklos aukuro ugnį.

Antrąją dieną vykdavo berniukų iki 18 metų varžybos.

Trečiąją dieną pasirodydavo pajėgiausi atletai. Iš ryto – teisėjų ir atletų paradas, gyvulių aukojimas ant Dzeuso aukuro; po pietų – bėgimo varžybos; vakare – viešas pokylis.

Ketvirtąją Olimpijos žaidynių dieną iš ryto vykdavo imtynių, kumštynių ir pankrationo varžybos, o popietė buvo skirta vadeliotojų, raitelių ir bėgimo su kario apranga varžyboms. Vėliau į žaidynes buvo įtrauktos lenktynės žirgais. Svarbu tai, kad jau tuo laikotarpiu siekta laikytis lygių galimybių principo, dėl to rungtynės vykdavo dalyvaujant su vienmečiais žirgais. Pirmiausia vykdavo keturiais vienmečiais žirgais kinkomų vežimų lenktynės, vėliau jau buvo galima rungtyniauti ir dviem vienmečiais žirgais kinkomų vežimų lenktynėse.

Vežimų lenktynės vykdavo hipodrome nuo ankstauro ryto iki vėlyvo vakaro. Svarbiausiu nugalėtoju buvo skelbiamas žirgų savininkas. Jis būdavo apdovanojamas, bet taip pat pagerbiamas ir samdomas vadeliotojas, kurio galva buvo apjuosiamą balta vilnė juosta.

Paskutinė olimpiados rungtis – bėgimas su kario apranga. Nuogi rungtyniautojai bėgdavo su šalmais ant galvų ir skydais rankose, bet be ginklo. Vėliau bėgikai bėgdavo tik su šalmais ir deglais.

Penktąją dieną buvo skirta Olimpijos žaidynių uždarymui. Skelbiami nugalėtojai, jiems atitekdavo iš alyvmedžio šakų nupintas vainikas. Jų garbei buvo dainuojamos dainos, vykdavo iškilmingos eitynės.



Be to, jiems būdavo suteikiama teisė į jų pergalės atminimui skirtą statulą, kuri būdavo pastatyta Olimpijos giraitėje. Antrosios ir trečiosios vietos laimėtojai negaudavo nieko.

Nepaisant to, tai buvo puiki patirtis visiems sportininkams, varžybos džiugino žiūrovus. Vėliau Olimpijos žaidynių nugalėtojai būdavo pagerbiami palmių šakomis, o jų galvos apjuosiamos baltomis vilnonėmis juostomis.



Olimpijos žaidynių eros nuo jų atsiradimo iki žlugimo skirstomos į penkis laikotarpius:

- **Pirmykštis laikotarpis** – iki 776 m. pr. Kr.
- **Klestėjimo laikotarpis** – 776–468 m. pr. Kr.
- **Aukso amžius** – 468–400 m. pr. Kr.
- **Sidabro amžius** – 400–338 m. pr. Kr.
- **Žlugimo laikotarpis** – 338 m. pr. Kr. – 393 m.

Eufileto dailininkui priskiriama Panathinaikos prizinė amfora (apie 530 m. pr. Kr. Niujorko Metropolitano meno muziejus)

Šaltinis: <https://www.metmuseum.org/art/collection/search/248902>

Žlugimo laikotarpiu Olimpijos žaidynės senovės Graikijoje pamažu ėmė tolti nuo religijos, vis daugiau buvo rūpinamasi varžybų išraiška, išorine puse, o ne dvasia. Komercinis varžybų pobūdis ir ištaigingumas ėmė griauti olimpinis idealus. Olimpijos žaidynėse didžiulių permainų metas senovės graikų sporte prasidėjo tada, kai už pergalės įvairiose sporto varžybose pradėta skirti brangius prizus, teikti privilegijas. Tuomet ir sporto šakas, rungtis, varžybų nugalėtojus imta vertinti skirtingai. Žaidynių globėjai jautėsi laimingi, galėdami apdovanoti nugalėtojus. Norėdami dar labiau išgarsinti žaidynes,



Olimpijos ir kitų žaidynių organizatoriai mokėdavo pinigus atletams nugalėtojams vien už dalyvavimą varžybose.

Dėl to daugybę metų garbingai gyvavęs pagrindinis Olimpijos apdovanojimas – alyvų šakelių vainikas – nebeteko svarbiausio prizo prasmės. To laiko graikų filosofas Dionas Chrizostomas rašė: „<...> jie kovoja ne dėl politinės valdžios, moterų, savo gyvybės, bet apimti vergiško godumo, grumiasi dėl niekingų pinigų“ (Stonkus, 2000, p. 60).

Taigi Olimpijos žaidynėse jau buvo galima dalyvauti ne vien graikams. Už pinigus buvo keičiama pilietybė, kad tik atletas galėtų atstovauti reikiamam miestui-valstybei. Todėl tuo laikotarpiu susiformavo nepalankios sąlygos žaidynėms rengti, nes dažniau pasireiškė atletų tuštybė, išdidumas, o gyventojų ir žiūrovų susidomėjimas mažėjo. Filosofai, oratoriai ir kt. išgyveno, kad prarandamos tikrosios dvasinės ir fizinės vertybės. Šie reiškiniai rodo, kad sportas tolo nuo mitologinių tradicijų ir nyko olimpiniai idealai bei dorovinės vertybės.

Kai graikų miestus užkariavo romėnai (146 m. pr. Kr.), Graikija tapo Romos teritorijos dalimi. Istoriniai šaltiniai rodo, kad Olimpinių žaidynių tradicija tęsėsi iki 393 metų. Romos Imperatorius Teodosijus I pasmerkė pagoniškas tradicijas, tarp jų ir Olimpijos žaidynes, nes šios sporto šventės metu buvo garbinami senieji dievai. Olimpijos žaidynės buvo uždraustos, o gamtos stichijos (dviejų žemės drebėjimų) sugriauta Olimpija beveik pusantro tūkstančio metų išbuvo užmarštyje po storu šešių metrų žemės sluoksniu (Poviliūnas, 2019, p. 62).



Mitai ir legendos

Ištis sunku atrasti istorinę tiesą, nes sporto, kaip ir daugelio kitų senovės reiškinių, pradžia dengia tirštas mitų ir legendų rūkas. Tačiau visų šių veiklų viršūnėje esančios Olimpijos žaidynės buvo skirtos *Dzeusui*, vyriausiajam dievui, garbinti, tai buvo visos Graikijos šventė Peloponese. Pagal legendą, olimpinių žaidynių pradininkas buvo *Dzeusas*, o pirmąjį olimpinių stadioną pastatė jo sūnus *Heraklis*.

Graikų mitas **Heraklis Tėbuose** byloja taip: „*Išaugo Kitairono miškuose Heraklis ir tapo stipriu jaunuoliu. Jis visa galva buvo aukštesnis ir gerokai stipresnis už bet kurį žmogų. Niekas neprilygo Herakliui karo pratimuose, o lanką ir ietį jis valdė taip tobulai, kad jam neprilygo niekas*“ (Kunas, 2022, p. 120).

Kituose mituose pasakojama, kad žaidynių pradininkas buvo ne *Dzeusas*, o jo anūkas *Pelopsas*. Tikroju olimpinių žaidynių pradininku laikomas *Ifitas*, mažos Elidės karalystės, kurios teritorijoje yra Olimpija, karalius. Neturėdamas galimybės atsilaikyti prieš stiprius, karingus kaimynus ir siekdamas apsaugoti šalį nuo pavergimo, suniokojimo, jis, patartas Delfų orakulo, IX a. pr. Kr. surengė sporto varžybas, į kurias sukviėtė atletus iš visos Graikijos. Greitai atsirado tradicija kartą per ketverius metus padėti į šalį ginklus ir vykti į Olimpiją įrodyti savo pranašumą sporto varžybose.

Dzeuso šventykla Olimpijoje

Olimpijoje buvo pastatyta šventykla didžiojo dievo Dzeuso garbei. Nė viena kita Heladės šventykla graikams neatrodė tokia svarbi kaip Dzeuso. Šventyklos ilgis siekė 64 m, plotis – 28 m; vidinė patalpa – apie 20 m aukščio.

Dzeusas buvo labai artimai susijęs su Olimpija. Kiekvienas tų vietų gyventojas puikiai žinojo, kad kaip tik čia Dzeusas nugalėjo kraugerį Kroną, tikrą savo tėvą, kuris, bijodamas, kad sūnūs neatimtų valdžios, pradėjo ryti savo vaikus. Todėl svarbiausia Olimpijos šventovė buvo Dzeuso šventykla su jo statula, sukurta didžiojo Feidijo. Feidijas šį šedevrą kūrė 12 metų ir užbaigė tik 430 m. pr. Kr.

Jis sukūrė nuostabią, didingą 12,5 m aukščio kedro medienos soste sėdinčio Dzeuso statulą, kurią išpuošė auksu ir dramblio kaulu. Salės gale soste sėdintis Dzeusas galva rėmė lubas.



Nors pati statula buvo padaryta iš medžio, ji buvo padengta dramblio kaulu. Dešinėje rankoje Dzeusas laikė pergales deivę Nkę, o kairėje – skeptrą su auksiniu ereliu.

Sostas buvo inkrustuotas juodmedžiu ir brangakmeniais. Statulos pamatas buvo padarytas iš marmuro ir apjuostas auksiniu *frizu* (pranc. *frise* – dekoratyvinė horizontali juosta, juosianti pastato eksterjerą arba interjerą, taikomosios dekoratyvinės dailės dirbinį) su Afroditės gimimo motyvu.

Legenda pasakoja, kad baigęs darbą Feidijas atsistojo priešais savo kūrinį ir garsiai paklausė: „Ar tu patenkintas, Dzeusai?“ Pasigirdo Perkūno trenksmas, ir grindys prie statulos kojų įškilo. Tai buvo suprasta kaip geras ženklas.



Dzeuso statula

„Budget Direct“ iliustr.; Šaltinis: https://www.15min.lt/gyvenimas/naujiena/keliones/kaip-atrodytu-7-pasaulio-stebuklai-jeigu-butu-islike-iki-siu-dienu-1630-1140594?utm_medium=copied

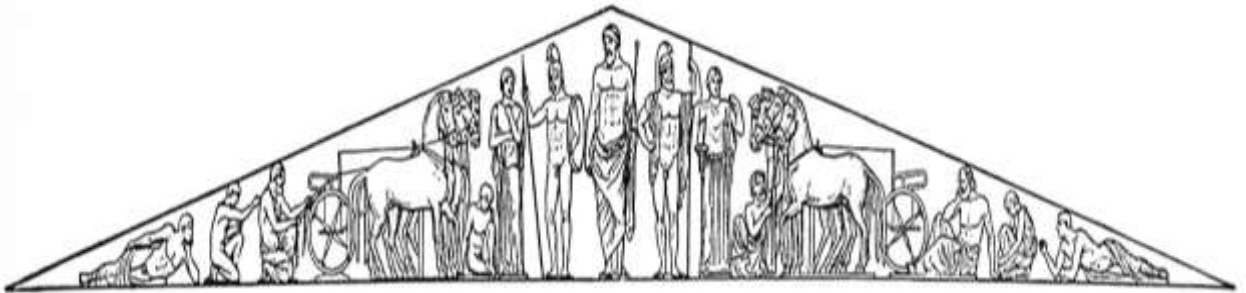
Dzeuso statula – vienintelis pasaulio stebuklas, buvęs Europos žemyne. Vėliau Bizantijos imperatoriai labai atsargiai pervežė statulą į Konstantinopolį. Nors jie ir buvo krikščionys, niekam nepakilo ranka prieš Dzeusą. Tačiau V mūsų eros amžiuje imperatoriaus Teodosijaus II rūmai sudegė. Ugnis prarijo ir medinį kolosą: tik keletas suanglėjusių kaulo plokštelių ir išsilydžiusio aukso gabalėlių liko iš Feidijo kūrinio.

Šventykla, pastatyta didžiojo Dzeuso garbei, buvo išpuošta skulptūromis, vaizduojančiomis senovės Graikijos mitus ir legendas.



Rytinis Dzeuso šventyklos frontonas (*frontonas* – trikampė pastato fasado dalis prie stogo) vaizduoja pagrindinį Olimpijos mitą, kuris pasakoja apie Pelopso ir Oinomajo kovos vežimų lenktynes ir įamžina teisingą ir sąžiningą kovą dėl viršenybės Šventovėje.

Pisos karaliui Oinomajui išpranašavo, kad jį nužudys žmogus, kuris ves jo dukrą Hipodamėją. Karalius surengė visiems jaunikiams kovos vežimų lenktynes. Nugalėtojas turėjo gauti į žmonas karaliaus dukterį, o pralaimėtojai turėjo būti nužudyti.



Rytinis Dzeuso šventyklos frontonas

Šaltinis:

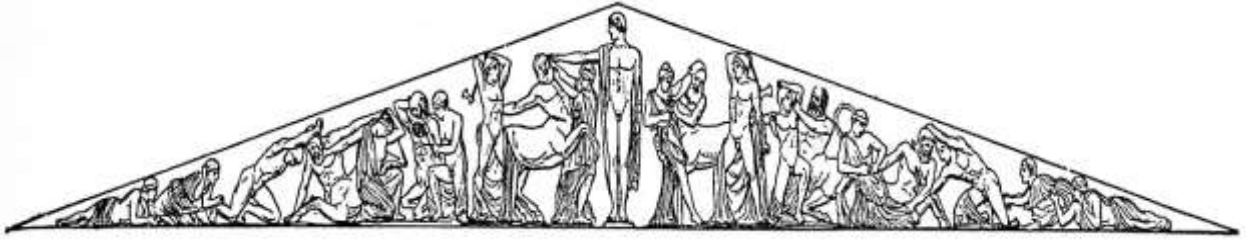
https://fr.wikipedia.org/wiki/Fichier:EB1911_Greek_Art_East_Pediment_Olympia_Two_Restorations.jpg

Oinomajas, kurio arkliai buvo padovanoti dievo Arėjo ir todėl nenugalimi, visada laimėdavo. 13 jaunikių jau bandė laimėti kovą ir jiems nepavyko, todėl buvo nužudyti. Tada pasirodė Pelopas, Tantalo sūnus iš tolimosios Frigijos arba Lydijos. Pelopas turėjo puikius Poseidono dovanotus arklius, kuriuos vadelioti jam padėjo vadeliotojas Mirtilas. Hipodamėja taip pat norėjo, kad kovą laimėtų Pelopas. Pelopas nugalėjo Oinomają. Jis įkūrė Pelopidų dinastiją ir tapo Apijos pusiasalio, kuris buvo pavadintas Peloponesu, valdovu.

Centrinė rytinio frontono skulptūra yra Dzeusas. Jis dominuoja tarp kitų figūrų, jo ūgis – didžiausias (apie 2,9 m). Dešinėje stovi Oinomajas su žmona Sterope, kairėje – Pelopas su Hipodamėja. Toliau abiejose pusėse pavaizduoti keturių arklių traukiami kovos vežimai. Priklaupusios figūros – vadeliotojo Mirtilo ir Hipodamėjos tarnaitės.

Skulptūrinė kompozicija ant **vakarinio Dzeuso šventyklos frontono** vaizduoja kovą tarp lapitų ir kentaurų.





Vakarinis Dzeuso šventyklos frontonas

Šaltinis: https://commons.wikimedia.org/wiki/File:EB1911_Greek_Art_-_West_Pediment,_Olympia._Two_Restorations.jpg

Pasak legendos, kentaurai buvo pakviesti į lapitų karaliaus Perito vestuves su Deidamėja. Prisigėrę kentaurai pamiršo šeimininko svetingumą: sumušė svečius ir ėmė grobti gražiąsias lapitų moteris.

Skulptūrose pavaizduota kova labai dinamiška – daug veiksmo, judesio (kentaurai grobia moteris, lapitai stengiasi juos sustabdyti). Centre vaizduojamas dievas Apolonas, nes jis simbolizuoja taiką ir tvarką. Pakelta jo ranka rodo, kad tvarka yra pažeista. Dešinėje lapitų karalius Peritas atakuoja kentaurą Euritioną, kuris norėjo pagrobti jo nuotaką Deidamėją. Kairėje Apolono yra dievas Tesėjas, kuris kaunasi su kitu kentauru, taip pat užpuolusiu moterį. Moterys išsigandusios stebi kovą.

Šioje legendoje blogas kentaurų elgesys parodo, kaip negalima elgtis. Legenda iš Antikos laikų perduoda mums graikų įsitikinimus, paaiškina, kokie dalykai buvo svarbūs graikams – pagarba, svetingumas, taisyklių laikymasis (jei tave pasikvietė į svečius, turi gerbti šeimininko taisykles). Tai galiojo ir olimpinėse žaidynėse – visi žaidėjai turi laikytis nustatytų taisyklių.

Mergaičių ir moterų varžybos Olimpijoje

Apie 510–465 m. pr. Kr. mergaitės arba nesusituokusios moterys galėjo stebėti olimpinės žaidynes, tačiau ištekėjusioms moterims nebuvo leista dalyvauti. Gali būti, kad į žaidynes dukras lydėdavo tėčiai. Išimtis buvo daroma Demetros šventikėms, kurios žaidynių metu sėdėdavo prie deivės aukuro.

Pagal legendą, mergaičių varžybas ėmė rengti Graikijos valdovo Oinomajo gražuolė dukra Hipodamėja dievų valdovės Heros garbei. Teigiama, kad šios žaidynės vykdavo kas penkeri metai, po Olimpijos vyrų žaidynių.



Mergaitės buvo skirstomos į tris amžiaus grupes ir varžėsi vienoje rungtyje: bėgo šeštadaliu trumpesnę vieną stadiją (160,22 m). Bėgdavo po 16 dalyvių. Mergaitės bėgikės vilkėdavo tuniką iki kelių, būdavo palidais plaukais ir apnuogintu dešiniu petimi.



Bronzinė bėgikės mergaitės statulėlė iš Spartos, 520–500 m. pr. Kr.
Šaltinis:https://en.wikipedia.org/wiki/Bronze_Statuette_of_Athletic_Spartan_Girl

Nugalėtojos būdavo apdovanojamos alyvmedžių šakelių vainikais ir gaudavo dalį karvės, kurią aukodavo deivei Herai. Joms taip pat būdavo suteikiama teisė savo atvaizdus pakabinti Heros šventykloje.

Dalyvavimo olimpinėse žaidynėse taisyklės buvo labai griežtos ir apskritai nebuvo palankios moterims.

Nuo IV a. pr. Kr., kai daugelyje miestų įsigalėjo demokratija, teisę varžytis žaidynėse turėjo visi Graikijos piliečiai. Tada Graikijos moterims, vežimų ir žirgų savininkėms, buvo leista dalyvauti žaidynėse.





Kiniska – pirmoji moteris, nugalėjusi vadeliojimo lenktynėse
Šaltinis: <https://www.greekboston.com/culture/ancient-history/cynisca/>

Pirmoji moteris, gavusi teisę dalyvauti Olimpijos žaidynėse, yra Kiniska (*Kyniska, Cynisca*, apie 442–400 m. pr. Kr.). Ji buvo Spartos karaliaus Agesilajo II sesuo ir karaliaus Archidamo II ir Eupolijos dukra, gimusi apie 440 m. pr. Kr. Kiniska buvo Spartos karališkoji princesė, o ne paprasta Spartos mergina. Ji išgarsėjo kaip pirmoji moteris, laimėjusi Olimpijos žaidynes 396 m. pr. Kr., dalyvaudama keturiais žirgais kinkytų vežimų lenktynėse. Žirgus ji treniravo pati. Manoma, kad Kiniskai buvo maždaug 40 metų, kai ji iškovojo pirmą pergalę. 392 m. pr. Kr. Kiniska antrą kartą dalyvavo Olimpijos žaidynėse ir laimėjo dar vieną pergalę toje pačioje rungtyje.

Nors istoriniai šaltiniai apie moterų dalyvavimą žaidynėse yra fragmentiški, akivaizdu, kad jos puikiai pasirodė sportinėse varžybose, ypač Spartoje. Iš tiesų pirmoji moteris Kiniska tapo pavyzdžiu ateinančioms moterų kartoms. Tais laikais, kai olimpinės žaidynės buvo laikomos daugiausia vyrų arena, ji įrodė, kad moterys taip pat gali pasirodyti olimpinėse žaidynėse.



Moterų statusas Spartoje ir kituose Graikijos miestuose- valstybėse

Ilgą laiką buvo manoma, kad moters vieta senovės Graikijoje buvo namuose – jos pareigos „prižiūrėti židinį ir buitį, tuo tarpu vyrai sutelkdavo dėmesį į svarbesnius politikos, teatro, sporto ir panašius reikalus“. Paprastai kalbant, Graikijos visuomenėje moterys buvo laikomos prastesnėmis. Net graikų filosofas Aristotelis sakė *„galįs moksliskai įrodyti, kad moterų kūnai ir moterų protas... neabejotinai prastesni už vyrų“*. Nepaisant to, spartiečių moterys pasirodė esančios stiprios ir paneigė garsiojo filosofo nuomonę.

Jokiame kitame graikų mieste-valstybėje moterys nesimėgavo tokia laisve ir privilegijomis kaip Spartoje. Tik tai Spartoje mergaitėms buvo leidžiama sportuoti, įgyti išsilavinimą, o kituose miestuose-valstybėse daugelis moterų buvo visiškai beraštės. Tik tai Spartoje moterys turėjo galią ir įtaką ekonomikai.

Pasipiktinę kitų Graikijos miestų gyventojai neigiamai vertino tai, kad spartietės moterys ne tik turėjo savo nuomonę, kurios nebijojo išsakyti viešai, bet jų vyrai netgi klausė jų! Laisvė ir didesnė pagarba Spartos moterims prasidėjo su kūrimu įstatymų, kurie reikalavo, kad moteriškos ir vyriškos lyties kūdikiams būtų suteiktos tokios pačios priežiūros ir mitybos sąlygos – priešingai nei kituose Graikijos miestuose, kur mergaitėms dažnai buvo duodama mažiau ir prastesnės kokybės maisto.

Sulaukus mokyklinio amžiaus, iš mergaičių buvo reikalaujama lankyti valstybinę mokyklą, nors ir trumpesnę laikotarpį nei berniukams. Mokykloje joms buvo leista ir netgi skatinama sportuoti. Kai mergaitės pasiekdavo lytinę brandą, jos nebuvo skubinamos tekėti ir gimdyti vaikų, kaip jų seserys visame likusiame tuomečiame pasaulyje. Priešingai, Spartos įstatymai aiškiai gynė merginas ir leido tekėti tik tuomet, kai jos pasiekia amžių, tinkamą mėgautis lytiniais santykiais. To priežastis buvo paprasta: dar psichologiškai lytiniam aktui nesubrendusioms jaunoms mergaitėms lytiniai santykiai buvo „prievartinis veiksmas“.

Spartietės merginos netekėdavo už daug vyresnių vyrų, kaip buvo įprasta kituose Graikijos miestuose. Nustatyta, kad daugelis spartiečių žmonių tebuvo 4–5 metais jaunesnės už savo vyrus. Vyrams kariaujant ar atliekant karo tarnybą iki 31 metų amžiaus, dažnai išvykstant į žygius ar užsiimant politinėmis ir pilietinėmis pareigomis, Spartos moterims buvo palikta valdyti turtą. Tai reiškė, kad jos kontroliavo šeimos turtinę gerovę – taigi visą Spartos žemės ūkio



ekonomiką. Spartos miesto gyventojai buvo priklausomi nuo savo žmonių pajėgumo sumokėti mokesčius.

Spartietėms žmonoms taip pat buvo suteikta laisvė palaikyti nesantuokinius santykius nepažeidžiant jokių svetimavimo įstatymų, nes Spartoje, kitaip nei likusioje Graikijoje, tokių įstatymų nebuvo. Joms taip pat nereikėjo gaminti ar ruošti maisto, atlikti namų ruošos darbų ir, ko gero, jos neturėjo pareigos maitinti krūtimi – visas šias pareigas atlikdavo vergės.

Spartos moterų ekonominė galia ypač skyrėsi nuo Atėnų, kur moterims nebuvo leidžiama turėti daugiau pinigų, nei reikia nusipirkti *bušelį* (tūrio vienetas) grūdų. Dar daugiau, Spartos moterys galėjo paveldėti ir taip perduoti turtą, o atėnietės moterys niekada nebuvo paveldėtojos. Jų visa nuosavybė buvo perduodama kitam giminės vyrui, kuris turėtų vesti paveldėtoją, kad gautų palikimą.

Spartoje moterų ekonominę galią lydi ir padėties visuomenėje augimas. Tai aiškiai rodo spartiečių moterų apibūdinimai, kad jos buvo „liūdnai pagarsėjusios“, jog turi savo nuomonę „net ir politiniais klausimais“, ir – kas buvo dar blogiau, žvelgiant iš Graikijos vyrų perspektyvos, – „jų vyrai jų klausė“. Aristotelis tvirtino, kad spartiečiai vyrai buvo valdomi savo žmonių, ir minėjo Spartos moterų laisvę kaip vieną iš dviejų priežasčių, kodėl Spartos Konstitucija buvo smerktina.

Dažnai cituojamas karaliaus Leonido I žmonos Gorgonos atsakymas į klausimą, kodėl Spartos moterys buvo vienintelės moterys Graikijoje, kurios „valdė“ savo vyrus. Gorgona į tai atsakė: „*Kadangi mes esame vienintelės moterys, pagimdžiusios vyrus, t. y. vyrai, pakankamai pasitikintys savimi priimti moteris sau lygiomis, ir yra tikri vyrai.*“ (Šaltinis: www.elysiumgates.com)

Spartos moterų fizinis lavinimas

Apie Spartos moterų dalyvavimą varžybose rasta daugiau tekstinių ir archeologinių įrodymų nei apie visą likusią Graikiją.

Rašytojas Ksenofontas (430 m. – apie 354 m. pr. Kr.) pasakoja, kad Likurgas įsteigė *agogą* – spartiečių švietimo programą, kuri apėmė „moterų fizinį lavinimą ne mažiau nei vyrų, įskaitant lenktynes ir jėgos išbandymus“.

Graikų tragedijos dramaturgas Euripidas mini imtynes ir lenktynes, o Plutarchas aprašo dar aiškesnę mokymo programą ir mini imtynes, bėgimą, ieties ir disko metimą. Nors tai buvo naudingi įgūdžiai kariui, spartiečių moterys vis dėlto dalyvavo šioje veikloje.





Terakotinė amfora su dangteliu ir rankenėle, priskiriama keramikui ir dailininkui Exekias, 540 m. pr. Kr.

Šaltinis: <https://www.metmuseum.org/art/collection/search/250551>

Moterims skirta fizinė veikla buvo ne tokia varginanti palyginti su vyrų rengimu, bet panaši. Tačiau Spartos moterys nebuvo mokomos tikroms kovoms. Nėra tikslių duomenų ir lieka neaišku, ar jos kartu su vyrais užsiimdavo sportu.

Pirmosios moters – Olimpijos žaidynių laimėtojos – įamžinimas

Graikijoje buvo įprasta, kad sportininkai įgydavo didvyrio statusą, o Kiniska tapo pirmąja moterimi, iškovojusi šį statusą.

Pasak graikų kelionių rašytojo Pausano (143–176 m. po Kr.), Olimpijoje buvo pastatyti du paminklai Kiniskos pergalėms atminti, viename iš jų – jos bronzinė statula Dzeuso šventykloje Olimpijoje, kurioje pavaizduota Kiniska, jos vežimas ir žirgai.



Kartu su statulomis buvo užrašas (epigrama). Kiniskos epigrama skelbia:
*„Mano protėviai ir broliai buvo Spartos karaliai.
Aš, Kiniska, nugalėjau su greitakojų arklių vežimu,
[Man] pastatė šią statulą.
Pareiškiu, kad esu vienintelė moteris
visoje Graikijoje, laimėjusi šią karūną.“*

(Epigramos autorius nežinomas)



Kiniskos statulos pamatas su iškalta epigrama

Šaltinis: Antikinių olimpinių žaidynių muziejus, Ancient

Olympia, [https://en.wikipedia.org/wiki/File:Statue_base_of_Kyniska_\(close_up_of_inscription\).Museum_of_the_Olympic_Games_in_Antiquity.Ancient_Olympia.jpg](https://en.wikipedia.org/wiki/File:Statue_base_of_Kyniska_(close_up_of_inscription).Museum_of_the_Olympic_Games_in_Antiquity.Ancient_Olympia.jpg)

To paties užrašo kopija buvo ir Spartoje. Tai buvo pirmieji paminklai, skirti moters pergalėms atminti. Kitos moterys, ypač spartietės, pasekė jos pavyzdžiu. Kai kurioms pavyko iškovoti olimpinių pergalių, tačiau nė viena iš tų moterų nebuvo garsesnė už Kiniską.

Vienas iš pavyzdžių buvo spartietė Eurileonė (*Euryleonis*, 368 m. pr. Kr. Olimpijoje laimėjusi dviem arkliais kinkytų vežimų lenktynes. Jai taip pat pastatyta bronzinė statula, stovėjusi kartu su kitų olimpinių žaidynių nugalėtojų statulomis.



Kiniska ir Eurileonė prisimenamos kaip pirmosios moterys, kurios laimėjo kovos vežimų lenktynes Olimpijoje. Beveik po šimtmečio jų žygiais pasekė paprastos ir karališkosios moterys Aleksandro Makedoniečio laikais.

Kiniska ir kitos spartietės moterys parodė, kad gali pasiekti aukštumų ir laimėti. Kiniskos palikimas tapo moterų sporto simboliu ateities kartoms. Jos triumfas Graikijos olimpinėse žaidynėse prisimenamas ir šiandien kaip įkvėpimo šaltinis moterims siekti savo tikslų, nepaisant visuomenės normų.



Savitikros klausimai

1. Nuo ko kilo olimpijų žaidynių pavadinimas?
2. Kuo ypatingos Olimpijos žaidynės?
3. Kokia „šventosios taikos“ paliaubų prasmė?
4. Iš kur gauname informacijos apie žaidynes, kurios seniai išnyko?
5. Ką reiškia žodis „laureatas“? Nuo ko jis kilo?
6. Koks buvo ir yra vienas iš pagrindinių filosofinių olimpijų žaidynių tikslų?
7. Keli yra Olimpijos žaidynių eros laikotarpiai? Kaip jie vadinosi?
8. Kaip atrodė kario apranga, dalyvaujant Olimpijos žaidynėse?
9. Kokį drabužį pametė bėgdamas atletas pirmosiose Olimpijos žaidynėse?
10. Kiek buvo sporto šakų pirmosiose Olimpijos žaidynėse?
11. Kokia taisyklė buvo nustatyta dėl žirgų amžiaus ir kodėl?
12. Ant kokios šventyklos buvo įamžinti graikų legendų herojai?
13. Kokią idėją vaizduoja rytinis Dzeuso šventyklos frontonas? Kokią vertybę perduoda?
14. Kokią idėją vaizduoja vakarinis Dzeuso šventyklos frontonas? Kokią vertybę perduoda?
15. Kokios deivės garbei buvo rengiamos mergaičių varžybos?
16. Kokioje rungtyje varžėsi merginos?
17. Kas yra mergaičių varžybų pradininkė?
18. Kas kelerius metus vykdavo mergaičių Olimpijos žaidynės?
19. Ar merginos varžėsi nuogos, kaip ir vyrai?
20. Kaip būdavo apdovanojamos mergaitės – Olimpijos žaidynių nugalėtojos?
21. Kas buvo pirmoji moteris, dalyvavusi Olimpijos žaidynėse ir tapusi nugalėtoja? Kokioje rungtyje ji dalyvavo?
22. Kokias senovės Olimpijos žaidynių rungtis galime pamatyti šiuolaikinėse olimpinėse žaidynėse?
23. Kas yra polis?



2 skyrius

Baronas Pjeras de Kubertenas

„Kiekvienam asmeniui sportas yra galimas vidinio tobulėjimo šaltinis.“

Pjeras de Kubertenas

Nuostabi aristokratiška vaikystė, sugriauta karo



Baronas Pjeras de Kubertenas (*Pierre' de Coubertin*) gimė 1863 m. sausio 1 d. Paryžiuje, privilegijuotų aristokratų ir kultūrinio tobulumo pasaulyje, valdant Napoleonui III Antrojoje Prancūzijos imperijoje.

Pjeras de Kubertenas buvo ketvirtas ir paskutinis barono Karolio de Kuberteno (*Charles de Coubertin*) sūnus. Jo tėvas, baronas Karolis de Kubertenas, buvo dailininkas ir tapė religinius paveikslus, o motina – Marija Marselė Gigul de Krizenoi (*Marie Marcelle Gigault de Crisenoy*) buvo muzikantė, markizo duktė, kilusi iš karališkosios Burbonų dinastijos, Liudviko XV giminės. Motina pasižymėjo pamaldumu.

Baronas Pjeras de Kubertenas vaikystėje
Šaltinis: <https://olympics.com/ioc/pierre-de-coubertin>

Pjeras mėgavosi ramia, kerinčia vaikyste. Keičiantis metų laikams šeima keliaudavo tarp keturių namų. Pavasarį Kubertenai paprastai leisdavo namelyje Etrete (pranc. *Étretat*), menininkų kolonijoje prie Lamanšo. Vasarodavo Prancūzijos šiaurėje, Normandijoje (Normandija – regionas ir istorinė sritis Prancūzijos šiaurėje, susijusi su Normandijos hercogyste), netoli Havro, Mervilio



pilyje, kuri buvo motinos kraičio dalis. Mervilio pilis buvo prie jūros, joje vyravo gerumo ir santaikos atmosfera. Vakaraus mažasis Pjeras klausydavosi įvairiausių istorijų, legendų, panašių į pasakas.

Rudenį jie keliaudavo į pietus, į Kubertenų dvarą Sen Remi prie Ševrezo (pranc. *Saint-Rémy-lès-Chevreuse*) slėnyje, netoli Versalio rūmų. Žiemai grįždavo į savo penkių aukštų namą Paryžiuje, esantį Oudinot gatvėje Nr. 20, madingame 7-ajame rajone, kuris išsiskyrė kvapą gniaužiančia architektūra ir jaudinančia istorija. Auksinis Invalidų rūmų kupolas ir Marso laukas, kur netrukus iškils Eifelio bokštas, buvo vos už kelių kvartalų.

Septintaisiais gyvenimo metais Prancūzijos ir Prūsijos karas sugriovė idilišką Pjero vaikystę. Berniukas patyrė asmeninę traumą, kai įsiveržę kareiviai įžengė į Mervilio pilį, paėmė jo krocketo žaidimo dėžę, prikrovė ją sprogmenų ir susprogdino netoliese esantį geležinkelio viaduką, jungiantį Havrą su Paryžiumi.

Karas sugriovė Antrąją Prancūzijos imperiją ir buvo sukurta Trečioji respublika. Komunos revoliucionieriai, kurie padegė Tiulri rūmus, Teisingumo rūmus ir daugelį aukštuomenės dvarų, buvo žiauriai sutriuškinti. Šis pralaimėjimas nusinešė 20 000 gyvybių. Kai Kubertenai grįžo į sostinę, Paryžius buvo nuklotas rūkstančių griuvėsių. Šeimos namai Oudinot gatvėje buvo išgelbėti, tačiau karas ir siaubas paliko randus berniuko psichikoje. Kaip Pjeras rašė savo „Jaunystės atsiminimuose“, jis pasitraukė į savo kambarį ir didžiąją dalį ateinančių dvejų metų praleido kurdamas įsivaizduojamą šalį – Kroatijos karalystę, kurioje fantazuodamas atkūrė tvarką ir įsivaizdavo geresnį pasaulį, ateitį.

Pjeras mėgo muziką, bandė mėgdžioti tėvą – piešė, anksti išmoko skaityti. Dar vaikystėje jį sužavėjo senovės graikų poeto Pindaro eilės, aukštinusios olimpinių žaidynių nugalėtojus, pažadino didžiulę pagarbą olimpiečiams ir visam gyvenimui paskatino domėtis istorija. Jis vis ieškojo naujų knygų apie senovės graikus, olimpiečius ir skaitė jas su džiaugsmu, žiūrėjo piešinius, kuriuose buvo vaizduojami galingi, atletiški vyrai. Patiko jodinėti, fechtuotis.

Sen Ignace, naujoje jėzuitų dienos mokykloje, Pjeras pasirodė esąs puikus mokinys, susižavėjęs klasikiniu senovės graikų ir romėnų pasauliu. 1874 m., kai jam buvo 11 metų, vokiečiai pradėjo šešerius metus trukusius senovės Olimpijos kasinėjimus. Iš žemės iškilo 40 paminklų, 130 statulų ar bareljefų, 6 000 monetų, 400 užrašų, 13 000 bronzinių votų (iš lot. *votum* – auka, noras, pažadas – tikinčių žmonių kabinamas koks nors daiktas ant šventų paveikslų, skulptūrų, išreiškiant padėką už patirtas ar geidžiamas malones. Dažniausiai votai yra žmogaus kūno



dalių – akies, širdies, rankos, kojos – pavidalo dirbiniai iš tauriųjų metalų, taip pat vėriniai, medalikėliai, pakabukai, žiedai, segės, kryželiai, rožiniai). Atradimai pakurstė europiečių aistrą ir susidomėjimą klasikiniu Antikos pasauliu, o senovės sporto ritualai įžiebė viltį vieno berniuko vaizduotėje.

Būdamas 12 metų, Pjeras perskaitė knygą „Mokykliniai Tomo Brauno metai“, kuri ir paskatino susidomėjimą fiziniu auklėjimu. Jis mėgo aktyvų laisvalaikį, daug laiko praleisdavo gamtoje – joje išvelgė sveikatos ir taurių minčių šaltinį. Vėliau jis rašė: *„Žaizdos delnuose, kurios atsirado kopiant į kalnus, uolas, paliko savo pėdsakus visam gyvenimui. Jau tuomet supratau, kaip sunku pasiekti tikslą einant nepramintais takais. Žmogui būtina mintimis apžvelgti ne tik savo, bet ir kitų gyvenimo kelių, nes tai yra geriausias būdas įsitikinti, ar teisingas tavasis“* (Poviliūnas, 2019, p. 67).

Jaunasis Pjeras išsiugdė ugningą patriotizmą, meilę savo šaliai Prancūzijai. Kaip ir daugelis kitų jaunų aristokratų, Pjeras įsivaizdavo šviesią jos ateitį – ji buvo demokratiška ir pagrįsta žmogaus teisėmis – laisve, lygybe, brolybe – ir tikėjimu, kad žmonių grupės yra arba turėtų būti lygios viena kitos atžvilgiu, nepaisant religinių, politinių, ekonominių, socialinių ar kultūrinių skirtumų.

Siekis įtraukti sportą į prancūzų švietimą

Pjeras de Kubertenas, romėnų aristokratų palikuonis, nuo jaunystės buvo atkaklus ir savo tikslų siekiantis jaunuolis.

Paauglystėje jis mokėsi jėzuitų mokykloje, kur pradėjo domėtis politikos mokslais. 1880 m., gavęs bakalaureatą, jis drąsiai atsisakė kariškos karjeros, kurią jam planavo šeima. Tvirtai pareiškė: *„Kuo tik norit – būsiu muzikantu, menininku, advokatu, bet tik ne kariu.“* Jis įstojo į Laisvąją politikos mokslų mokyklą, kurią baigė 1885 m.

Ieškodamas savo tikrojo pašaukimo, išvyko į Angliją, kas galutinai padėjo apsispręsti ir pasirinkti pedagogo profesiją. Jis susipažino su mokomąja anglosaksų sistema, kurios mokyklinėse programose buvo įtrauktas sportas – anuomet tai atrodė gana naujas dalykas. 1886 m., atlikdamas Anglijos švietimo sistemos tyrimą, P. de Kubertenas buvo sužavėtas sporto užimamos svarbios vietos Anglijos švietimo modelyje. Jį įkvėpė legendinis britų direktorius T. Arnoldas, kuris prieš 50 metų pirmą kartą pristatė sportą Didžiosios



Britanijos mokyklose. Sekdamas jo pavyzdžiu, P. de Kubertenas svajojo šią britų idėją pritaikyti ir prancūzų vaikams bei reformuoti prancūzų švietimo sistemą, kad mokiniai galėtų mankštintis ir žaisti lauke – tokios privilegijos jie niekada neturėjo.

Pirmą kartą, vykdamas į vieną iš septynių kelionių į Angliją studijuoti kolegijose ir universitetuose, jis turėjo regbio viziją. Susipažinęs ne tik su Anglijos, bet ir su JAV kūno kultūra ir sportu, žavėjosi, kad šių šalių universitetuose jau nuo 1860 m. katedros rūpinosi studentų kūno kultūros, higienos, sporto reikalais. Taip pat siekė įrodyti amžininkams, kad sportuoti jaunimui būtina. P. Kubertenas buvo įsitikinęs, kad sportas teikia didelę naudą ir yra puiki priemonė jaunų žmonių sanglaudai ir disciplinai ugdyti. Sporte jis išvelgė žmonių draugystės, bendradarbiavimo šaltinį, kur atletų pergalės turi ne skaudinti, o įkvėpti atkaklioms pratyboms, kur gėdingas turėtų būti ne pralaimėjimas, o nedalyvavimas žaidynėse. Grįžęs iš viešnagės, jis pradėjo didžiulį švietimo reformos darbą, kurio tikslas buvo plėtoti fizinę veiklą Prancūzijos švietimo sistemoje.

1887 m. jis išgirdo Žiulio Simono (*Jules Simon*) kalbą, pasakytą kasmetinėje Frederiko Le Plėjaus (*Frédéric Le Play*) Socialinės taikos sąjungų asamblėjoje, kurioje šis reikalavo „teisės žaisti“ visiems prancūzų studentams. Nors tuo metu Pjerui buvo tik 24 metai, jis sugebėjo sudaryti sąjungą su Ž. Simonu, buvusiu Prancūzijos ministru pirmininku, kuris tebebuvo populiarus visuomenėje. Nors Ž. Simonui tuo laiku buvo 73 metai, jis iš karto priėmė barono P. de Kuberteno idėjas.

Per Ž. Simoną Pjerui atsivėrė galimybės būti valdžios aplinkoje, dalyvauti politikoje ir akademinėje bendruomenėje. 1888 m., įkūrus Ž. Simono komitetą, įpareigotą populiarinti sportą klubuose ir mokyklose, Kubertenas pateko į pirmąsias Prancūzijos švietimo reformuotojų gretas.

Beveik iš karto jo dėmesys britų sportui sulaukė prancūzų nacionalistų kaltinimo išdavyste dėl Anglijos švietimo sistemos palaikymo ir idėjos taikyti šį modelį Prancūzijoje. Tačiau galiausiai P. de Kuberteno idėjos nugalėjo, o jo kova už sporto plėtrą mokyklose netrūkus davė vaisių, nes nuo 1888 m. susikūrė daugybė mažų struktūrų ir mokyklų sporto asociacijų.



P. de Kubertenas įstojo į Sorbonos universiteto Filosofijos fakultetą. Čia studijavo teisę ir gamtos mokslus, bet labai domėjosi fiziniais pratimais, literatūra, istorija, pedagogika ir sociologija. Jis buvo labai aktyvus sportininkas. Praktikavo bokso, fechtavimą, jodinėjimą ir irklavimą, važinėjo dviračiu, ypač mėgo regbį. 1892 m. kovo 20 d. buvo pirmojo Prancūzijos regbio sąjungos finalo varžybų teisėjas tarp lenktyniaujančių ekipų „*Club de France*“ ir „*Stade Français*“.

P. de Kubertenas suprato, kad jo pašaukimas yra pedagogo, auklėtojo profesija, ir šiai profesijai nusprendė skirti visą savo gyvenimą.



Baronas Pjeras de Kubertenas

Šaltinis: <https://olympics.com/ioc/pierre-de-coubertin>

Prancūzijos vyriausybė pavedė jam susipažinti, kaip fizinis ugdymas naudojamas auklėjant jaunimą kitose Europos valstybėse. Šio darbo jis ėmėsi su dideliu entuziazmu.



Auklėjimo sistemoje jis išskyrė tris pagrindinius akcentus: grožio kultūrą, judesių džiaugsmą, tarnavimą šeimai ir visuomenei.

Tačiau ypač stiprų ir neišdildomą įspūdį jam paliko apsilankymas Olimpijoje. Tai buvo reikšmingas įvykis, apie kurį jis rašė: *„Niekas iš senovės istorijos nepaveikė mano vaizduotės taip, kaip Olimpija – tas pasakų miestas, gerokai prieš tai, negu ėmiau svajoti apie Olimpijos žaidynių atgaivinimą, įsivaizdavau, mintyse kūriau šį miestą, jo gyvenimą.“*

Nuo tada ir ėmęs svajoti apie Olimpijos žaidynių atgaivinimą. Kubertenas nusprendė atgaivinti Olimpines žaidynes. Būdamas Prancūzijos atletikos sporto visuomeninės sąjungos generaliniu sekretoriumi, jis pareiškė tai viešai, tačiau buvo sutiktas be entuziazmo, nes niekas rimtai tuo netikėjo.

Dėl to Kubertenas labai nenusiminė ir 1894 m. birželio 23 d. įsteigė Tarptautinį olimpinį komitetą, suorganizavęs iškilmingą ceremoniją Sorbonos universitete Paryžiuje ir tapo pirmuoju generaliniu sekretoriumi. Pirmuoju Tarptautiniu olimpinio komiteto prezidentu tapo Demetrius Vikelas (*Demetrius Vikelas*) iš Graikijos.

1896 m. Atėnuose įvyko pirmosios olimpinės žaidynės. Šia proga Pjeras de Kubertenas buvo išrinktas antruoju Tarptautinio olimpinio komiteto prezidentu ir buvo juo iki 1925 metų. Tačiau olimpinės žaidynės sunkiai skynėsi kelią į populiarumą. 1900 ir 1904 m. žaidynės sulaukė mažai visuotinio dėmesio, nes tais metais vyko garsiosios tarptautinės parodos (1900 m. vyko Pasaulinė paroda Paryžiuje, kurioje veikė 18 teminių skyrių, juose ekspozicijas surengė 35 šalys. Antrosios vasaros olimpinės žaidynės, vykusios gegužės–spalio mėnesiais, tapo Parodos dalimi. Parodą aplankė daugiau kaip 50 mln. žmonių – daugiausia per pasaulinių parodų istoriją).

Situacija pasikeitė po 1906-ųjų vasaros olimpinų žaidynių, kai olimpinės žaidynės tapo svarbiausiu pasauliniu sporto renginiu. Kilus Pirmajam pasauliniam karui, Kubertenas pasirūpino, kad Olimpinių komiteto būstinė būtų perkelta į Lozaną Šveicarijoje, kuri buvo neutralioje teritorijoje.

1912 m. Stokholme įvykusios olimpinės žaidynės pagaliau priartėjo prie Kuberteno sampratos apie sporto ir kultūros sąjungą. Buvo įgyvendinta Pjero de Kuberteno vizija dėl meno konkursų įtraukimo į olimpines žaidynes. Pasivadinęs Georgo Hohrodo ir Martino Eschbacho slapyvardžiais, jis sukūrė „Odę sportui“, už kurią buvo apdovanotas aukso medaliu literatūros kategorijoje.





Plakatas „Odė sportui“

Šaltinis: Integruojanti vaikų ir jaunimo olimpinio ugdymo programa, 2007

1915 m. balandžio 10 d. Lozanos rotušėje buvo pasirašytas aktas, kuriuo tarptautinis administracinis centras ir modernaus olimpinio judėjimo archyvai oficialiai buvo perkelti į Šveicariją. 1922 m. Tarptautinio olimpinio komiteto būstinė ir Muziejus buvo perkelti į Mon Repos vilą Lozanoje ir liko ten ištisus 46-erius metus.

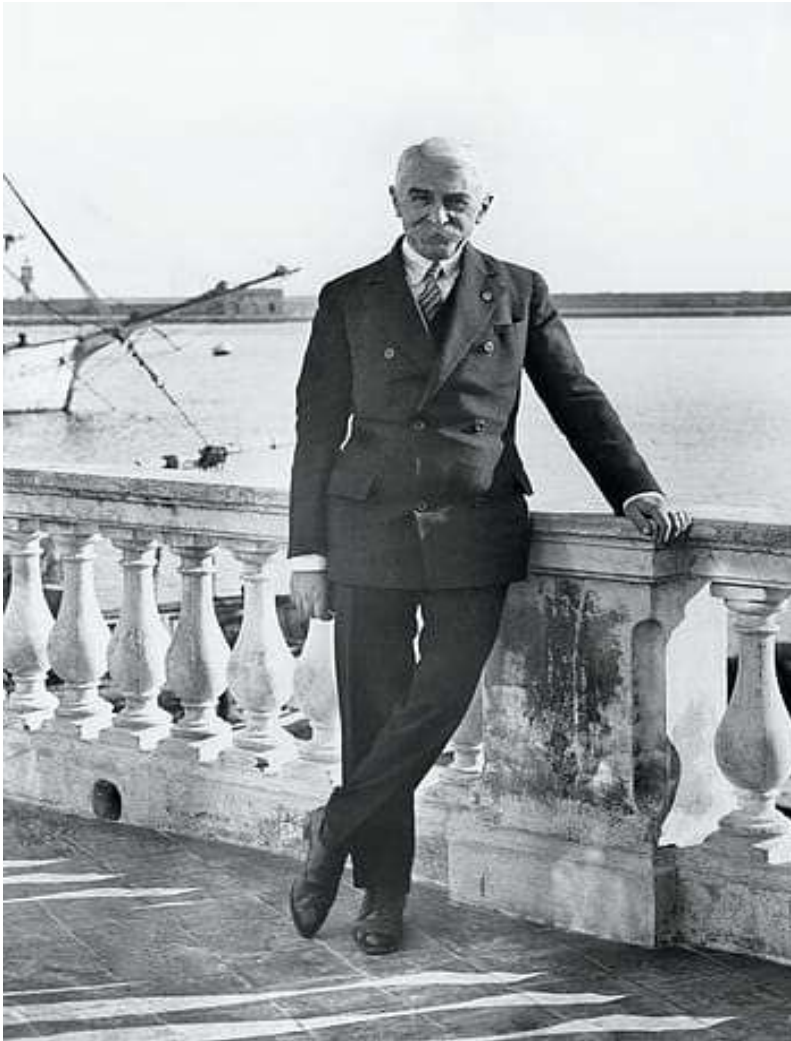
Pjeras de Kubertenas atgaivino Graikijos sporto žaidynių atidarymo ir uždarymo ceremonijas, išaukštino kilnios, garbingos sportinės kovos idėją, paversdamas ją sporte vyraujančia. Jo straipsnyje „Olimpinių žaidynių atgaivinimas“ buvo tiksliai išdėstyti jų rengimo principai ir idealai, suderinti su Antikos ir šių laikų reikalavimais:

„Žaidynes reikia rengti kas ketveri metai. Žaidynės bus tarptautinės ir šiuolaikiškos, į programą bus įtraukiamos populiarios XIX a. sporto šakos. Žaidynėse dalyvaus suaugę atletai. Pinigai naudojami tik žaidynėms rengti, įrenginiams statyti. Žaidynės bus rengiamos vis kitoje šalyje.“



Buvo pritarta olimpinių žaidynių rengimo principams, taisyklėms ir nuostatoms, Pjero de Kuberteno pavadintomis Olimpine chartija.

1925 m. Pjeras de Kubertenas pasitraukė iš Tarptautinio olimpinio komiteto prezidento pareigų ir toliau buvo garbės prezidentas.



Baronas Pjeras de Kubertenas

Šaltinis: <https://olympics.com/ioc/pierre-de-coubertin>

Jis pasišventė pedagoginiam darbui, kurį vadino „nebaigta simfonija“. Nagrinėjo švietimo reformos, fizinio auklėjimo, tarptautinio sporto sąjūdžio problemas. Parašė olimpinių žaidynių taisykles, olimpiečių priesaikos tekstą, veikalų sporto ir fizinio auklėjimo klausimais.

Būdamas 69-erių, 1931 m. jis išleido veikalą „Olimpiniai memuarai“. Loanos miestas paskelbė Pjerą de Kuberteną savo garbės piliečiu.



Deja, asmeninis P. de Kuberteno gyvenimas klostėsi sudėtingai.

1895 m. kovo 11 d. Paryžiuje jis vedė turtingą nuotaką Marie Rothan, buvusio Napoleono III užsienio reikalų ministro, tapusio žymiu rašytoju ir meno kolekcionieriumi, dukrą.

Ji buvo protestantė, jis – katalikas, bet juos siejo maišto dvasia, ir kaip maištininkai jie susituokė be Bažnyčios. Pora susilaukė dviejų vaikų – sūnaus Žako (*Jacques de Coubertin*) ir dukros Renė (*Renee de Coubertin*).

Mažai kas žinojo, kad asmeninis barono gyvenimas buvo kupinas traumų ir skaudžių išgyvenimų. Nors P. de Kubertenas slėpė, jo sūnus Žakas kūdikystėje patyrė insultą ir visą gyvenimą kentėjo dėl psichikos sutrikimo. Dukters Renė gimimas 1901 m. kuriam laikui sugražino šeimai viltį, tačiau baronienės patiriamas stresas ir įtampa dėl pernelyg didelio dėmesio pirmagimiui žlugdė jų dukterį, ir ji visą gyvenimą jautė emocinį nestabilumą.

Gyvenimo pabaigoje P. de Kubertenas tyliai atsiskyrė nuo žmonos ir šeimos. Jis gyveno niekam nežinomą vienišą gyvenimą pensione Ženevoje, beveik be pinigų, nerimaudamas dėl savo šeimos ateities, nes didelę dalį turto jis išleido savo idėjos vardan. Mon Repos mieste, Lozanoje, susitikdamas su žurnalistais, kurie jam skambindavo, P. de Kubertenas apsimetinėjo ir slėpė savo vienišą asmeninį gyvenimą.

Pjeras de Kubertenas mirė nuo infarkto 1937 m. rugsėjo 2 d. kasdienio pasivaikščiojimo metu Ženevos La Grange parke. Jis palaidotas Lozanoje.

1938 m. kovo mėn. prancūzai, šveicarai ir graikai surengė jam atminimo ceremoniją. Pagal testamentą išreikštą norą, P. de Kuberteno širdis buvo nugabenta į Olimpiją, kur įdėta į marmurinę stelą, pastatytą jo garbei senovės Olimpijoje ir mininčią olimpinių žaidynių atgimimą.

Prasidėjęs Antrasis pasaulinis karas, deja, beveik visus prisiminimus apie Pjerą de Kuberteną ilgam nugramzdino į užmarštį.

Pjero de Kuberteno palikimas

Baronas Pjeras de Kubertenas buvo tik 1,62 m ūgio, tačiau daugeliu atžvilgių jis buvo XX amžiaus milžinas. Vertindamas ilgalaikę P. de Kuberteno palikimo įtaką, J. MacAloonas iš Čikagos universiteto rašė: „*Nė viena moderni institucija, tokia svarbi kaip olimpinės žaidynės, nėra taip visiškai skolinga*



vieno žmogaus veiklai... Nepaisant visų įvykusių didžiulių pokyčių nuo pirmųjų atkurtų olimpinių žaidynių, jos vis dar neišdildomai – nuo vėliavos iki oficialios ideologijos – nešioja Pjero de Kuberteno palikimo įspaudą.“

Visų pirma jis buvo neginčijamas intelektualinis olimpinio judėjimo lyderis. Jo vadovavimo laikotarpiu TOK prezidentūra tapo olimpinio pasaulio komunikacijos centru.

Gimęs aristokratu, jis finansavo olimpinį sąjūdį ir surengė labai daug olimpinių sesijų, kongresų, banketų, publikavo daug leidinių. Dėl savo idėjos jis aukojo visą savo palikimą ir dar didesnę žmonos turta.

Jis buvo istorikas, pedagogas, sociologas, visuomenės veikėjas. Pirmasis suprato, kad gerai organizuotu sportu ir žaidynėmis galima pasiekti ne tik fizinių, bet ir kultūrinių laimėjimų. Puikiai suvokė, kokią svarbą vaidmenį Olimpijos žaidynės turėjo Graikijai, žinojo, kad graikų dievai buvo ne tik didelės išminties, šviesaus proto, bet ir tobulo kūno. Buvo įsitikinęs, kad senovės graikų filosofija galėtų būti naudinga ir mūsų laikų žmonėms.

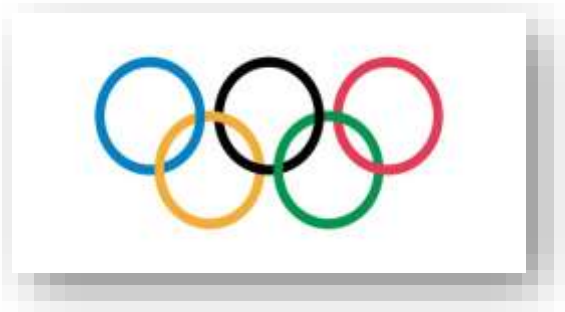
Taigi Pjeras de Kubertenas geriausiai žinomas kaip Tarptautinio olimpinio komiteto įkūrėjas, antikinių olimpinių žaidynių atkūrėjas, prancūzų pedagogas ir istorikas, sukūręs olimpinę simboliką ir aprašęs olimpinių žaidynių atidarymo, apdovanojimų bei uždarymo procedūras. Iki pat mirties jis buvo tituluojamas Tarptautinio olimpinio komiteto garbės prezidentu.

Baronas Pjeras de Kubertenas yra prancūzų sporto genijus, įkūręs šiuolaikines olimpines žaidynes. Kaip ir daugelis vizionierių, jis turėjo savo silpnųjų vietų. Nors apie sportą jis sakė: *„Kiekvienam vyrui, moteriai ir vaikui tai suteikia galimybę tobulėti“*, bet visą gyvenimą atvirai priešinosi moterų dalyvavimui elitinėse lengvosios atletikos varžybose. Nepaisant to, Kuberteno vadovavimo Tarptautiniam olimpiniam komitetui laikotarpiu moterų dalyvavimas olimpinėse žaidynėse išaugo šešis kartus. Laikui bėgant olimpinės žaidynės tapo vyrų ir moterų įvairovės triumfu, vienijančiu visas tautas draugyste ir taika per sportą didžiausioje pasaulyje žmonijos šventėje.



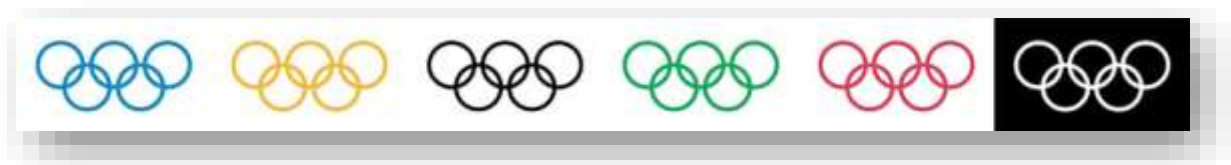
Olimpiniai simboliai

Simbolika – tai simbolių visuma. Simbolis – ženklas, turintis kurios nors abstrakčios sąvokos, idėjos reikšmę.



Olimpiniai žiedai

Šaltinis: <https://olympics.com/ioc/olympic-rings>



Vienos spalvos olimpiniai žiedai

Šaltinis: <https://olympics.com/ioc/olympic-rings>

Olimpiniai žiedai. Penki sunerti iš kairės į dešinę vienodo dydžio olimpiniai žiedai yra olimpinis simbolis. „*Olimpiniai žiedai gali būti naudojami atskirai, vienos arba penkių skirtingų spalvų*“ (Olimpinė chartija, 8 taisyklė). Penkių žiedų spalvos būtinai turi būti tokios: mėlyna, geltona, juoda, žalia ir raudona. Mėlynas, juodas ir raudonas žiedai yra viršuje, o geltonas ir žalias – apačioje. Šis simbolis atspindi penkių žemynų sąjungą ir viso pasaulio sportininkų vienybę bei susitikimą olimpinėse žaidynėse.



Olimpinė vėliava

Šaltinis: <https://spalvuprojektai.lt/organizaciju-veliavos/275-Olimpine-veliava-.html>



Olimpinė vėliava – balto atlaso audeklas be apvadų. Jos centre – penkiaspalvis olimpinis simbolis (penki žiedai). Vėliavos dizainas ir proporcijos turi atitikti vėliavą (ilgis yra 3 m, o plotis – 2 m.), kurią 1914 m. Pjeras de Kubertenas pristatė Paryžiaus kongrese. Pirmą kartą olimpinė vėliava buvo iškelta 1920 m. per Antverpeno (Belgija) žaidynes. Šešios spalvos atkartoja visų tautų spalvas.

Olimpinis himnas – iškilminga giesmė „Olimpinė kantata“, sukurta graikų kompozitoriaus Spiros Samaros (žodžiai Kosčio Palamo, *Kostis Palamas*).

Pirmą kartą olimpinis himnas buvo atliktas 1896 04 06 per Atėnų olimpiinių žaidynių atidarymą, tačiau kaip oficialus olimpinis himnas įteisintas 1958 m.

Oficialiu olimpiiniu himnu jį patvirtino Tarptautinis olimpinis komitetas (TOK) (angl. *International Olympic Committee, IOC*) 55-ojoje sesijoje Tokijuje. Iki tol šešis dešimtmečius kiekvienose žaidynėse skambėjo vis kita giesmė. Himno partitūra saugoma TOK būstinėje.

Olimpinis himnas skamba atidarant (keliant olimpinę vėliavą) ir uždarant (nuleidžiant olimpinę vėliavą) olimpines žaidynes, taip pat iškilminguose olimpinio sąjūdžio renginiuose.

OLIMPINIS HIMNAS

O, nemarioji Antikos dvasia!
Tu gėris, grožis, amžina tiesa,
Apgaubki mus dangaus žviesų skaidria,
Kurie šioj žemėj šlovina Tave,
Suteik gyvybės šioms kilnioms žvaigždėms,
Pripildyk plieno mūsų krūtines,
Nuklok kelius nevystančiais gėlynais
Pasiekusiems čia pergales šaunias,
Purpuriniai kalnai, jūros, klonai –
Visų tautų didžioji šventykla,
Čia garbinti Tave mes susirinkom,
O, nemarioji Antikos dvasia!



Šaltinis: <https://vniausgalerija.lt/fotogalerija/fotoreportazas-is-grakijos-olimpinio-zaidyniu-gimimo-vietos-olimpjies/>

Šaltinis: <https://www.tas.lt/himnas/>





Olimpinės ugnies įžiebimas

Šaltinis: <https://whyathens.com/events/olympic-flame-ancient-olympia/>

Olimpinė ugnis – tai TOK leidimu Olimpijoje uždegta ugnis. Pasak legendos, Prometėjo dovanota žmonėms ugnis tapo aukštų idealų, taikios kovos už laimę simboliu. Olimpinė ugnis, uždegta Olimpijoje ir atnešta į žaidynių vietą, simbolizuoja kilnius siekius, taiką, draugystę, vienybę, yra Antikos dvasios, vienybės simbolis. Olimpijos žaidynių šventoji liepsna buvo įžiebama šventojoje Dzeuso giraitėje ir iškilmingai atnešama į žaidynių vietą. Ir dabar, šių laikų žaidynėse, ugnies uždegimas olimpiniam stadione – vienas svarbiausių žaidynių atidarymo ceremonijos ritualų. Idėją įžiebtį olimpinę ugnį iš saulės spindulių prie aukuro šalia dievų karalienės Heros šventyklos griuvėsių Olimpijoje ir ją estafete nugabenti į olimpinių žaidynių atidarymo iškilmes 1912 m. pasiūlė Pjeras de Kubertenas. Pirmą kartą ugnis uždegta 1928 m. Amsterdamo žaidynėse, ir ši tradicija tęsiama iki šiol.





Olimpinis devizas – originalus olimpinis šūkis „Citius, Altius, Fortius“

Šaltinis: <https://twitter.com/StateTheatreNI/status/1421908592832270339/photo/1>

Olimpinis devizas – originalus olimpinis šūkis lotynų kalba „*Citius, Altius, Fortius*“ – buvo priimtas 1894 m. Pjeras de Kubertenas pasiūlė šį šūkį, pasiskolinęs jį iš savo draugo Henrio Didono, dominikonų kunigo, kuris mokė sporto netoli Paryžiaus. Norėdamas paskatinti moksleivius tobulėti, akcentuoti fizinės ir dvasinės darnos svarbą, 1891 m. kovo 7 d. H. Didonas šį devizą pavartojo savo kalboje, atidarydamas pirmąją Arenele (netoli Paryžiaus) mokyklos sporto šventę. Toje šventėje dalyvavo ir Pjeras de Kubertenas ir aprašė tai savo žurnale. Vėliau jis pats vartojo šį devizą, atitinkantį jo ugdymo per sportą filosofiją.

Olimpinis šūkis ir tikėjimas įkūnija idealą, kad siekti geriausio rezultato ir asmeninio tobulumo yra vertingi tikslai. Ir kur geriau tai padaryti, jei ne sportuojant ir dalyvaujant olimpinėse žaidynėse? Olimpinis šūkis kiekvieną kviečia siekti aukštumų, įveikiant ir pralenkiant pačiam save ne tik varžybų arenose: „*Gyvenime svarbiausia ne triumfas, o kova. Svarbiausia ne laimėti, o gerai kovoti.*“ Šiuo šūkiu išreiškiama mintis, kad sportininkui svarbiausia nebūtinai laimėti, o peržengti savo galimybių ribas ir varžybų metu atiduoti viską, ką gali. Šie trys žodžiai buvo skirti sportininkams paskatinti varžybų metu atiduoti visas jėgas.

GREIČIAU – būk greitesnis, pranašesnis sporto varžybose.

AUKŠČIAU – būk aukštesnės moralės.

TVIRČIAU – būk stipresnis, tvirtesnis kovoje su gyvenimo sunkumais, negerovėmis.

Nuo 1920 m. šis devizas buvo sudedamoji olimpinės emblemos dalis. Jis pirmą kartą nuskambėjo Paryžiaus olimpinėse žaidynėse 1924 metais.



2021 m. liepos 20 d. TOK sesija patvirtino olimpinio šūkio pakeitimą, kuriuo pripažįstama vienijanti sporto galia ir solidarumo svarba. Prie šūkio „Greičiau, aukščiau, tvirčiau“ po brūkšnelio pridedamas žodis „kartu“. Naujasis olimpinis šūkis dabar skamba taip: „**Greičiau, aukščiau, tvirčiau – kartu**“. Lotyniškai šūkis skamba taip: „*Citius, altius, fortius – communiter*“, anglų kalba – „*Faster, Higher, Stronger – Together*“, prancūziškai – „*Plus vite, Plus haut, Plus fort – Ensemble*“. Dažnai vartojama lotyniška šūkio forma - „*Citius, altius, fortius – communis*“.



Dabartinis olimpinis šūkis „Greičiau, aukščiau, tvirčiau – kartu“ (lotynų k.)

Šaltinis: <https://twitter.com/tutubuslatinus/status/1418643351482507266/photo/1>

„Šūkio idėja yra tokia: tu neįstengsi būti greitesnis ar stipresnis be komandos, kuri tave supa, tiek sporte, tiek kasdieniame gyvenime. Olimpinių vertybių esmė – ne tik asmeninis pranašumas, kas irgi svarbu, bet ir tai, kad tave supa tavo komanda, kurią sudaro treneriai, šeima, gydytojai. Sumanymas atnaujinti šūką turi parodyti, kad jeigu tu nori eiti greičiau, daryk tai savarankiškai, bet jei tu nori toli nueiti, tai reikia eiti kartu“, – komentavo TOK atstovas M. Adamsas.





2024 m. Paryžiaus olimpinų ir parolimpinių žaidynių talismanai – *frygiška kepurė* – Frygai (*Phryges*)

Šaltinis: <https://www.lrt.lt/naujienos/sportas/10/1820456/2024-metu-olimpiniu-zaidyniu-talisanas-frygiska-kepure-su-sportbaciais>

Olimpinis talismanas. Talismanas – daiktas, kuriam priskiriamos magiškos galios, teikiančios laimę jo savininkui, o šis visą laiką turi nešiotis jį su savimi. Pirmą kartą olimpinis talismanas pasirodė Meksikos žaidynėse 1968 m. Tada buvo pasirinktas jaguaras, kuris yra vienas populiariausių Meksikos gyvūnų. Nuo to laiko kiekvienos žaidynės turi savo talismaną, kuris neša sėkmę ir sportininkams, ir mėgėjams. Dažnai olimpinų žaidynių talismanais pasirenkami įvairūs žvėreliai, gyvūnai, paukščiai arba sukurti, sužmoginti herojai.

2024 m. Paryžiaus olimpinų žaidynių talismanas – Prancūzijos Respublikos simbolis *frygiška kepurė*, avinti sportbačius, kurie simbolizuoja dabartį. Naujasis talismanas bus naudojamas ir olimpinėse, ir parolimpinėse žaidynėse. Talismano vardas – Frygai (*Phryges*). Iš tikrųjų jie yra du – vienas Frygas avi mėlynus sportbačius (olimpinės žaidynės), o kitas – kojos protezą ir raudoną sportbatį (parolimpinės žaidynės). Simbolį teigiamai įvertino apklausti vaikai, kurie teigė, jog simbolis panašus į žmogeliuką raudonu drabužiu, besišypsantį, didelėmis mėlynomis akimis, o vietoje blakstienų – Prancūzijos trispalvė.



Savitikros klausimai

- 1. Kas buvo Pjeras de Kubertenas?**
- 2. Kokioje šeimoje gimė Pjeras de Kubertenas ir kokia supo jį aplinka vaikystėje?**
- 3. Kokias sporto šakas mėgo ir jomis užsiiminėjo Pjeras de Kubertenas?**
- 4. Kokie žymiausi Pjero de Kuberteno darbai?**
- 5. Ar sutinkate su teiginiu, kad Pjeras de Kubertenas buvo prieštaringa asmenybė? Kur tai atsispindi? Paaiškinkite.**
- 6. Ką simbolizuoja olimpinė ugnis?**
- 7. Kur pirmiausia yra įžiebiama olimpinė ugnis ir koku būdu tai padaroma?**
- 8. Kokius žinai olimpinis simbolius?**
- 9. Kokią idėją atspindi olimpinių žiedų simbolis?**
- 10. Kada pirmą kartą buvo atliktas ir kada įteisintas olimpinis himnas?**
- 11. Koks buvo originalus olimpinis šūkis?**
- 12. Kaip skamba olimpinis šūkis šiandien?**
- 13. Ką reiškia dabartinis olimpinis šūkis? Kuo skiriasi jo reikšmė nuo ankstesnės?**
- 14. Kam šis šūkis yra taikomas?**
- 15. Koks 2024 m. Paryžiaus olimpinių žaidynių talismano vardas?**



3 skyrius

Olimpinis judėjimas ir propaguojamos vertybės

Tarptautinės olimpinio judėjimo organizacijos



Tarptautinis olimpinis komitetas (TOK) (*International Olympic Committee, IOC*) yra olimpinių žaidynių globėjas ir olimpinio judėjimo vadovas.

Tai išties pasaulinė organizacija, veikianti kaip visų olimpinio judėjimo suinteresuotųjų šalių, įskaitant sportininkus, nacionalinius olimpinis komitetus, tarptautines federacijas, olimpinių žaidynių organizacinius komitetus, pasaulinius olimpinis partnerius ir olimpinių žaidynių transliavimo partnerius, bendradarbiavimo katalizatorius. Ji taip pat bendradarbiauja su valstybinėmis ir privačiomis institucijomis, įskaitant Jungtines Tautas ir kitas tarptautines organizacijas. TOK vizija – **sportu kurti geresnį pasaulį.**

Demetrijus Vikelas (*Demetrius Vikelas*) buvo pirmasis TOK prezidentas (1894–1896 m.) ir, turėdamas dvejų metų kadenciją, trumpiausiai šias pareigas ėjęs prezidentas. Nuo 2013 m. **Tomas Bachas** (*Thomas Bach*) buvo išrinktas devintuoju TOK prezidentu ir 2021 m. perinktas 4 metų kadencijai.

TOK yra 206 nacionalinių olimpinių komitetų valdymo organas. TOK misija – skatinti olimpizmą visame pasaulyje ir vadovauti olimpiniam judėjimui.



TOK vykdomos veiklos:

TOK misija – visame pasaulyje populiarinti olimpizmą ir vadovauti olimpiniam judėjimui.

1. Skatinti ir remti sporto **etiką ir gerąjį valdymą**, sportu ugdyti jaunimą, dėti pastangas, kad sporte vyrautų **kilnaus žaidimo dvasia** ir neliktų smurto.
2. Skatinti ir **remti** sporto bei sporto **varžybų organizavimą**, plėtrą ir koordinavimą.
3. Užtikrinti **olimpinių žaidynių šventimo periodiškumą**.
4. Siekiant, kad sportas tarnautų humaniškumui, **bendradarbiauti** su kompetentingomis visuomeninėmis ar privačiomis organizacijomis bei institucijomis ir tokiu būdu skatinti taiką.
5. Imtis veiksmų **olimpinio judėjimo vienybei** stiprinti, jo nepriklausomybei saugoti, sporto politiniam neutralumui ir autonomijai išlaikyti.
6. **Kovoti** su bet kokia olimpinį judėjimą veikiančia **diskriminacija**.
7. Skatinti ir **remti** išrinktus **sportininkų atstovus** olimpiniam judėjime, TOK Sportininkų komisijai veikiant kaip svarbiausiam atstovui olimpinių žaidynių ir kitais klausimais.
8. Skatinti ir remti **moterų dalyvavimą** visose ir **visų lygių** sporto struktūrose, kad būtų įgyvendintas vyrų ir moterų lygių galimybių principas.
9. Apsaugoti dopingo nevartojančius sportininkus ir **užtikrinti sąžiningumą sporte**, vadovaujant **kovai su dopingu** ir imantis veiksmų prieš visas manipuliavimo sporto varžybų rezultatais ir susijusios korupcijos formas.
10. Skatinti ir remti priemones, susijusias su **sportininkų medicinine priežiūra** ir sveikata.
11. **Priešintis** bet kokiai politinei ar komercinei **prievartai sporto srityje** ir sportininkams.
12. Skatinti ir remti sporto organizacijų ir valstybinių institucijų pastangas **rūpintis socialine ir profesine sportininkų ateitimi**.
13. Skatinti ir remti **sporto visiems plėtrą**.
14. Skatinti ir remti atsakingą požiūrį į **aplinkosaugos problemas**, propaguoti sporto **darnios plėtros** principus ir reikalauti, kad olimpinės žaidynės vyktų pagal šiuos principus.
15. Propaguoti teigiamą **olimpinių žaidynių paveldą** olimpines žaidynes organizuojančiuose miestuose, regionuose ir šalyse.
16. Skatinti ir remti tokias iniciatyvas, kurios **sieja sportą su kultūra ir švietimu**.



17. Skatinti ir **remti TOA** ir kitų institucijų, dirbančių olimpinio švietimo labui, **veiklą**.

18. Skatinti saugų sportą ir **apsaugoti** sportininkus **nuo** visų formų **seksualinio priekabiavimo ir prievartos**.

(Olimpinė chartija, 2019, p. 14–15).



Tarptautinis paralimpinis komitetas (TPK) (*International Paralympic Committee, IPC*) – pasaulinė organizacija, plėtojanti neįgaliųjų sporto veiklą kaip priemonę, padedančią keisti gyvenimą ir prisidėti prie įtraukiosios visuomenės kūrimo.

TPK nariai yra nacionaliniai paralimpiniai komitetai, tarptautinės federacijos, regioninės organizacijos ir tarptautinės neįgaliųjų sporto organizacijos. Tarptautinio paralimpinio komiteto prezidentas – **André Parsonas** (*Andre Parsons*).

Paralimpinio judėjimo **tikslas** – skatinti neįgaliųjų sportą, o TPK yra svarbus šios srities organizatorius, koordinatorius ir reguliuotojas. **TPK misija:** vadovauti paralimpiniam judėjimui, prižiūrėti paralimpinių žaidynių vykdymą ir remti narius, kad paraatletai galėtų pasiekti sportinį meistriškumą.

Tarptautinio paralimpinio komiteto (TPK) veikla ir funkcijos yra skirtos tarptautiniam paralimpiniam judėjimui koordinuoti, skatinti ir palaikyti. TPK yra organizacija, atsakinga už organizuotą ir reguliuojamą paralimpinių žaidynių judėjimą.



Šios organizacijos veikla apima kelis svarbius aspektus:

TPK vykdomos veiklos:

- **paralimpinių žaidynių organizavimas:** TPK yra atsakingas už organizuotų tarptautinių paralimpinių žaidynių organizavimą. Tai apima žaidynių rengimo proceso planavimą, koordinavimą ir įgyvendinimą;
- **tarptautinių santykių plėtra:** bendradarbiavimas su įvairių šalių paralimpiniais komitetais ir kitomis organizacijomis, siekiant plėtoti tarptautinius santykius, keitimąsi informacija ir geriausia praktika;
- **paralimpinių judėjimų plėtra:** nacionalinių paralimpinių komitetų stiprinimas, ypač besivystančiose šalyse. TPK skatina plėtoti paralimpines sporto šakas ir siekia įtraukti kuo daugiau šalių ir sportininkų į paralimpinį judėjimą, sudaryti sąlygas naujiems sportininkams prisijungti prie paralimpinės bendruomenės;
- **švietimas ir žinomumo didinimas:** pasitelkiant sporto galią, keisti visuomenės požiūrį, skatinti įtraukti. Įgalinti sportininkus gyventi pagal paralimpines vertybes taip, kad jos įkvėptų naują kartą;
- **įvairovės paralimpiniame judėjime skatinimas;**
- **sporto politikos kūrimas:** TPK vaidina svarbų vaidmenį nustatant taisykles, reglamentus ir standartus paralimpiniam sportui, taip pat skatina įvairių šalių paralimpinius komitetus įgyvendinti šias taisykles;
- **rėmimas ir finansavimas:** TPK rūpinasi tarptautinių paralimpinių žaidynių finansavimu ir ieško rėmėjų, kad užtikrintų žaidynių sėkmę ir tvarumą. Teikia paramą ir įrangą ribotų galimybių sportininkams, apmokėdamas keliones ir varžybų išlaidas, remia paralimpinio sporto trenerių, teisėjų kvalifikacijos kėlimą;
- **teisinis ir etinis reguliavimas:** TPK užtikrina, kad paralimpinių žaidynių metu būtų laikomasi teisinių ir etinių normų, skatina sąžiningumą, lygybę ir teisingumą;
- **tvarumo užtikrinimas** organizuojant varžybas ir kitas veiklas.

TPK vykdo programas, kuriomis remia TPK viziją „*Per sportą kurti įtraukijį pasaulį.*“



Programos

„Aš galiu“ ("I'm POSSIBLE") – tai pasaulinė paralimpinio švietimo programa, kurią parengė TPK. Jos tikslas – plėtoti paralimpines vertybes ir jaunimo supratimą apie paralimpinį judėjimą visame pasaulyje. Mokytojams, dirbantiems su 6–18 metų mokiniais, programa teikia priemonių rinkinį, kaip siekti keisti jaunimo požiūrį į neįgaliuosius ir skatinti įtraukia visuomenę. Priemonių rinkinyje yra pamokų idėjų apie paralimpines sporto šakas, vertybes ir paralimpiečių pasiekimus. Didelis dėmesys skiriamas paralimpiniam švietimui šalyse, kuriose vyks būsimos olimpinės ir paralimpinės žaidynės.

„Aš galiu“ prisideda prie Jungtinių Tautų darnaus vystymosi tikslų ir padeda įgyvendinti Neįgaliųjų teisių konvenciją, remdamasi paralimpinio judėjimo pasauline padėtimi ir įtaka.

Sporto vertybių ugdymo partnerystė. TPK suvienijo jėgas su UNESCO, Tarptautine sporto mokslo ir fizinio ugdymo taryba, Tarptautiniu sąžiningo žaidimo komitetu, Tarptautiniu olimpinio komitetu ir Pasauline antidopingo agentūra, siekdamas įtvirtinti sporto vertybes mokyklų mokymo programose. Įgyvendinant šią partnerystę, parengtas mokytojams skirtas priemonių rinkinys **„Sporto vertybės kiekvienoje klasėje: pagarbos, lygybės ir įtraukties mokymas 8–12 metų mokiniams“.**

Programa „Didžiuojuosi paralimpiečiu“ ("Proud Paralympian") ugdo vertybes ir teikia praktinę paramą sportininkams per visą jų karjerą, suteikdama jiems priemones, kurių reikia, kad jie galėtų atiduoti visas jėgas sporto aikštelėje ir už jos ribų.



Tarptautinės olimpinės akademijos (TOA) (*International Olympic Academy, IOA*) vizija – būti pagrindine olimpinio švietimo institucija, siekiančia propaguoti olimpizmą kaip gyvenimo būdą ir integruoti olimpines vertybes į



šiuolaikinę visuomenę visame pasaulyje. TOA prezidentas – **Izidoras Kuvelas** (*Isidoros Kouvelos*).

TOA būstinė įsikūrusi Graikijoje, Olimpijos mieste, kur gimė senovės olimpinės žaidynės.

TOA vykdomos veiklos:

- tyrinėti, turtinti ir **propaguoti olimpizmą ir jo vertybes**, atsižvelgiant į dabarties pasaulio olimpines problemas ir laikantis senovės graikų bei šiuolaikinio olimpinio judėjimo atgaivintojų nustatytų principų;
- veikti kaip pasaulinė **olimpinio švietimo ir mokslinių tyrimų institucija**;
- **skleisti olimpines vertybes** visuomenėje per olimpinį švietimą;
- skatinti humanistinį olimpizmo aspektą visuomenėje ir **prisidėti prie taikos pasaulyje**;
- **šviesti žmones** apie olimpinius idealus ir olimpinio judėjimo principus;
- organizuoti **tarptautines jaunųjų olimpinių ambasadorių sesijas**;
- organizuoti **tarptautines nacionalinių olimpinių akademijų direktorių sesijas**;
- **motyvuoti** žmones, apsilankius TOA sesijose, **skleisti įgytą patirtį ir žinias**, propaguojant olimpinius idealus savo šalyse;
- tai **tarptautinis forumas** laisvai reikšti mintis ir keistis idėjomis tarp skirtingų sluoksnių žmonių solidarumo, draugystės ir abipusės pagarbos dvasia;
- didinti nacionalinių olimpinių akademijų vaidmenį visame pasaulyje, skatinti jų darbą ir padėti bendradarbiauti su kitomis olimpiniam švietimui skirtomis institucijomis.

„Olimpinio idealo propagavimas sportiniu ir kultūriniu požiūriu turi būti mūsų visų bendra užduotis.“

Žakas Rogas (*Jacques Rogge*), TOK prezidentas 2001–2013 m.





Europos olimpinė akademija (EOA) (*European Olympic Academy, EOA*), prezidentas **prof. dr. Manfredas Lëmeris** (*Manfred Lämmer*).

EOA tikslas – suburti Europos žemyno nacionalines olimpinės akademijas, siekiant propaguoti olimpinės vertybes, filosofiją ir idealus. Asociacija, bendradarbiaudama su organizacijomis narėmis, atlieka šias pareigas:

- **Bendradarbiauja**

EOA skatins bendradarbiavimą tarp Europos nacionalinių olimpinių akademijų, remdamasi atitinkamomis Olimpines chartijos nuostatomis, glaudžiai bendradarbiaudama su nacionalinėmis olimpinėmis komisijomis, Europos olimpinėmis komisijomis ir tarptautinėmis olimpinėmis akademijomis.

- **Dalijasi patirtimi**

EOA skatins nuolatinį dalijimąsi patirtimi tarp savo narių, naudodama atitinkamas komunikacijos priemones.

- **Skatina olimpinį švietimą**

EOA tikslas – skatinti olimpinį švietimą iš praktinės perspektyvos ir tobulinti bendras bei mainų švietimo programas, kalbant apie kultūrų skirtumus ir kaip skiriasi švietimo sistemos įvairiose šalyse. Šios programos skatins aktyvų žmonių įsitraukimą į sporto veiklą Europoje ir bus naudingos įvairių šalių švietimo sistemoms.

- **Suteikia paskatas**

EOA siekia: organizuoti ir vesti konferencijas bei seminarus ir kitas tinkamas iniciatyvas, skatinančias jaunąją kartą skleisti olimpinės vertybes, keistis su kitomis šalimis, propaguoti jų kultūrinės tradicijas, taip pat teikti informaciją apie aplinkosaugą ir taiką, ekonomikos, sveikatos ir švietimo klausimais. Šie veiksmai turėtų būti gana lankstūs, kad atitiktų Europos piliečių poreikius.

(Šaltinis: <https://www.eoaolympic.org/about/our-mission/>)





Tarptautinis sąžiningo žaidimo komitetas (*International Fair Play Committee, CIFP*), prezidentas **Jenő Kamuti**.

1960 m. gruodžio 5 d. Paryžiuje UNESCO, AIPS, ICSSPE, Tarptautinės krepšinio, futbolo, regbio imtynių federacijos įkūrė Tarptautinį komitetą P. de Kuberteno Kilnaus elgesio apdovanojimams teikti.

Nuo 1963 m., kai Paryžiuje UNESCO ir kelios tarptautinės sporto valdymo institucijos įkūrė **Tarptautinį komitetą**, jo tikslas – ginti ir skatinti sąžiningą žaidimą visame pasaulyje.

Misija

Tarptautinio sąžiningo žaidimo komiteto tikslas – saugoti ir skatinti pagarbą kilniam elgesiui ir jo vertybėms ne tik didžiajame sporte ar sporto visiems progamose, bet ir kasdieniame gyvenime.

Šio komiteto veikla skirta nacionalinėms ir tarptautinėms sporto ir švietimo srities organizacijoms, profesionaliems sportininkams, ypatingą dėmesį skiriant vaikams, paaugliams ir juos ugdantiems asmenims, t.y. treneriams ir instruktoriams.

Tarptautiniam sąžiningo žaidimo komitetui tenka svarbus švietėjiškas vaidmuo, remiant sąžiningą žaidimą, skatinant geresnį sąžiningo žaidimo vertybių supratimą ir užkertant kelią nepageidaujamam elgesiui. Bendradarbiaudamas su įvairiomis nacionalinėmis valdymo institucijomis, Tarptautinis sąžiningo žaidimo komitetas skatina ir palankiai vertina nacionalinių sąžiningo žaidimo komitetų steigimą.



Siekdamas pagerbti ir atkreipti dėmesį į sąžiningo žaidimo veiksmus sporto pasaulyje arba už jo ribų, Tarptautinis sąžiningo žaidimo komitetas kasmet skiria sąžiningo žaidimo apdovanojimus asmenybėms, kurios įrodė, kad yra puikūs sąžiningo žaidimo ambasadoriai.

Lietuvos olimpinio judėjimo organizacijos



Lietuvos tautinis olimpinis komitetas (LTOK) yra savarankiška, ne pelno siekianti, visuomeninė, pasaulio olimpiniam judėjimui priklausanti organizacija. Nuo 2012 m. **LTOK prezidentė** – olimpinė čempionė **Daina Gudžinevičiūtė**.

LTOK vadovaujasi LR Konstitucija ir įstatymais, Olimpine chartija, Olimpinio judėjimo antidopingo kodeksu, Tarptautinio olimpinio komiteto (TOK) sprendimais ir LTOK įstatais.

Ši organizacija yra atsakinga už Lietuvos sportininkų ir sporto judėjimo koordinavimą bei atstovavimą tarptautinėje arenoje.



L TOK vykdomos veiklos:

- L TOK privalo saugoti **savo autonomiją** ir priešintis bet kokiam spaudimui, įskaitant politinį, religinį bei ekonominį, kuris galėtų kliudyti vadovautis Olimpine chartija;
- **oficialiai atstovauja Lietuvai** olimpinėse žaidynėse ir kituose tarptautiniuose olimpinio judėjimo renginiuose. L TOK veža sportininkus atstovauti Lietuvai olimpinėse žaidynėse ir kituose olimpinuose renginiuose – Europos žaidynėse, jaunimo olimpinėse žaidynėse ir olimpinuose festivaliuose, vykdo sporto ir sporto medicinos specialistų kvalifikacijos kėlimo programas, skatina sporto mokslo ir medicinos plėtrą;
- L TOK aktyviai **įgyvendina** Tarptautinio olimpinio komiteto **programas** – remia ir vykdo olimpinio švietimo projektus, skatina lyčių lygybę ir kilnų elgesį sporte, sporto visiems idėjos plėtotę, rūpinasi olimpinio judėjimo populiarinimu, jo istorijos įamžinimu, šalies olimpiniam judėjimui nusipelnusiais žmonėmis;
- **bendradarbiauja su sporto federacijomis**. Kaip numato Olimpinė chartija, L TOK **narės** yra visos tarptautinių federacijų narėmis tapusios nacionalinės **sporto federacijos**, kurių sporto šakos įtrauktos į olimpinį žaidynių programą. L TOK bendradarbiauja su nacionalinėmis sporto federacijomis ir kitomis sporto organizacijomis Lietuvoje, teikia paramą ir koordinuoja veiklą, siekdamas užtikrinti geresnes sąlygas sportui ir sportininkams šalyje;
- **bendradarbiauja su TOK**. Bendradarbiauja su tarptautinėmis olimpinėmis organizacijomis, įskaitant Tarptautinį olimpinį komitetą (TOK);
- **sportininkų rėmimas**: L TOK teikia finansinę paramą ir logistinę pagalbą bei kitų išteklių Lietuvos sportininkų pasirengimui ir dalyvavimui tarptautinėse varžybose, įskaitant olimpines žaidynes.





Lietuvos olimpinė akademija (LOA) – visuomeninė organizacija, kurios **tikslas** – vadovaujantis Olimpine chartija propaguoti olimpizmą, studijuoti olimpinio sąjūdžio istoriją, teoriją ir praktiką, įgyvendinti žmonių fizinio ir dvasinio ugdymo, kilnumo sporte ir gyvenimo puoselėjimo programas, atsižvelgiant į olimpinio sąjūdžio pagrindinį tikslą, prisidėti prie taikesnio ir geresnio pasaulio kūrimo, sportu ugdant jaunimą olimpizmo dvasia, reiklia tarpusavio supratimui, draugystei ir solidarumui, atsiribojant nuo bet kokios diskriminacijos.

1989 m. LTOK prezidentas Artūras Poviliūnas, remdamasis Vakarų Europos pavyzdžiu, ėmėsi iniciatyvos – įkurti Lietuvos olimpinę akademiją. 2021 m. prezidente išrinkta Klaipėdos universiteto profesorė dr. **Asta Šarkauskienė**. Ji taip pat yra Europos olimpinės akademijos (EOA) vykdomosios tarybos narė.

LOA yra itin aktyviai įsitraukusi į EOA veiklas. Vilnius tampa olimpinių vertybių propagavimo centru Europoje. 2023 m. lapkričio 8–11 d. Vilniuje vyko EOA kongresas, kurį organizavo Lietuvos olimpinė akademija, vadovaujama jos prezidentės prof. dr. Astos Šarkauskienės.

Kongreso tema: „Olimpinis judėjimas besikeičiančiame pasaulyje“. Pokyčiai pasaulyje lėmė esminius pokyčius. Ši nauja realybė padarė didelę įtaką sportui ir olimpinių žaidynių organizavimui. Todėl EOA kongrese aptartos politinės, socialinės, klimato, sveikatos ir ekonominės krizės sukeltos problemos ir kaip reaguoti į šiuos iššūkius.





EOA nariai susitikimo metu Generalinėje asamblėjoje 2023-11-10 Vilniuje

Šaltinis: <https://www.eoaolympic.org/conclusions-of-the-eoa-general-assembly-in-vilnius/>

LOA vykdomos veiklos:

- LOA **vienija** per 120 narių, tarp kurių yra profesorių, docentų, (habilituotų) daktarų, nusipelnusių trenerių, sporto organizatorių, mokytojų, sporto veteranų, olimpiečių ir kt.;
- kasmet **dalyvauja** Tarptautinės olimpinės akademijos (TOA) **sesijose**;
- **propaguoja** pagrindinius **olimpinio švietimo principus**, programas, skatina sporto ir švietimo institucijų veiklą;
- **organizuoja olimpinį sąjūdį** populiarinančius renginius ir projektus (foto-, video-, piešinių konkursus olimpine tema, stovyklas jaunimui, kvalifikacijos tobulinimo seminarus, metodinės informacijos sklaidą ir kt.). Kasmet rengia sesijas studentams pagal TOA pasiūlytas temas;
- siūlo **mokslininkų pagalbą** olimpinių žaidynių dalyviams – aktyviai dalyvauja olimpinio švietimo, olimpinės istorijos, trenerių kvalifikacijos tobulinimo programose ir teikia paramą rengiant Lietuvos didelio meistriškumo sportininkus;
- leidžia tarptautinį **mokslo žurnalą** „Sporto mokslas“;
- glaudžiai **bendradarbiauja** su Latvijos, Estijos, Čekijos, Vokietijos, Ukrainos, Azerbaidžano nacionalinėmis olimpinėmis akademijomis ir Lietuvos mokslo, mokymo, sporto įstaigomis bei organizacijomis;



- tarptautinio olimpinio komiteto naujos strategijos kryptys įpareigoja keistis, plėsti savo veiklos ribas, prisidėti prie Olimpino komiteto programų, plačiau **skleisti olimpinio sąjūdžio idėjas visuomenėje**. Nauji iššūkiai laukia ir Lietuvos olimpinės akademijos.

LOA kasmet deleguoja atstovus į **Tarptautines jaunųjų olimpių ambasadorių sesijas** Olimpijoje, Graikijoje. 2023 m. vasarą vyko 63-ioji Tarptautinės olimpinės akademijos Jaunimo sesija, kurioje nagrinėtos temos:

- 1) inovatyvus fizinis bei olimpių vertybių ugdymas siekiant sukurti geresnį pasaulį;
- 2) atsinaujinimas ir atsijauninimas: kaip fizinis ir olimpių vertybių ugdymas gali padėti sudominti jaunąją kartą olimpių judėjimu.



63-iosios TOA Jaunimo sesijos dalyviai (pirma iš dešinės – I. Kontautaitė)

Šaltinis: iš I. Kontautaitės asmeninio albumo

„Nors teoriškai ir žinau, kad pasaulis yra labai platus ir gausus skirtingų kultūrų, tačiau jaunųjų olimpių ambasadorių sesijoje kaip niekad stipriai praktiškai tai pajutau. Dabar geriau nei bet kada suvokiu, kaip be galo svarbu susipažinti ne tik su savojo, Europos, regiono, bet ir su visų, lygiaverčiai svarbių ir lygiaverčiai įdomių, pasaulio regionų istorija, aktualijomis, problemomis bei pasiekimais. Tai mūsų – jaunųjų olimpių vertybių ambasadorių – užduotis ir atsakomybė“, – teigia Ieva Kontautaitė, 63-iosios TOA Jaunimo sesijos Graikijoje dalyvė, Vilniaus universiteto absolventė, edukacinės knygelės apie Paryžiaus olimpinės žaidynes rengimo grupės savanorė.





Lietuvos paralimpinis komitetas (LPAK) yra savarankiška Lietuvos neįgaliųjų sporto organizacija, vadovaujanti ir koordinuojanti paralimpinį judėjimą Lietuvoje. 1990 m. buvo įkurtas Lietuvos paralimpinis komitetas, o 1991 m. – priimtas į Tarptautinį paralimpinį komitetą. Lietuvos paralimpinio komiteto prezidentas – **Mindaugas Bilius**, generalinė sekretorė – Asta Narmontė.

LPAK nariai yra Lietuvos aklyjų sporto federacija, Lietuvos neįgaliųjų sporto federacija, Paralimpiečių asociacija ir Lietuvos savivaldybių sporto padalinių vadovų asociacija.

LPAK vykdomos veiklos:

- **paralimpinio judėjimo reprezentavimas.** LPAK atstovauja Lietuvai tarptautinėje paralimpinių varžybų arenoje. Ji bendradarbiauja su Tarptautiniu paralimpiniu komitetu ir kitomis paralimpinio judėjimo organizacijomis, siekdama užtikrinti, kad Lietuva būtų tinkamai atstovaujama tarptautiniuose paralimpiniuose renginiuose;
- **sportininkų rėmimas.** LPAK teikia paramą Lietuvos paralimpinio judėjimo sportininkams. Tai gali apimti finansinę paramą, sportinio pasirengimo ir reabilitacijos programas, organizacinių klausimų sprendimą ir kitas pagalbos formas;



- **paralimpinių varžybų organizavimas.** LPAK aktyviai dalyvauja organizuojant paralimpinius renginius ir varžybas Lietuvoje (nacionalinės paralimpinės varžybos, paralimpinės atrankos varžybos ir kitos renginio rūšys, kurios skatina paralimpinį sportą šalyje;
- **švietimas ir informavimas.** LPAK vykdo švietimo programas, skirtas visuomenės supratimui apie paralimpinį judėjimą didinti, tolerancijai skatinti ir žmonių su negalia teisėms gerbti. Organizacija taip pat informuoja visuomenę apie įvairius paralimpinius renginius ir jų rezultatus;
- **talentų paieška ir plėtra.** LPAK ieško ir skatina žmonių su negalia talentus sporto srityje, siekdama pritraukti naujų paralimpinio judėjimo dalyvių, ir plėtoti šio sporto populiarumą;
- **sportininkų teisių užtikrinimas.** LPAK gina paralimpinio judėjimo sportininkų teises, stengiasi užtikrinti sąžiningą jų dalyvavimą varžybose, bendrauja su kitomis sporto organizacijomis sportininkų gerovės klausimais;
- **paralimpinio judėjimo žurnalo „Įveik save“ leidyba.** Žurnalas padeda skleisti žinią apie paralimpinį sportą, yra pasiekiamas ir teksto, ir garso formatais.

Lietuvos paralimpinis komitetas (LPAK) yra svarbi institucija, skatinanti ir remianti paralimpinį judėjimą ir užtikrinanti, kad Lietuvos žmonės su negalia turėtų galimybę aktyviai dalyvauti sporte ir įgyti aukščiausius rezultatus tarptautinėje paralimpinio judėjimo arenoje.

Sėkmingiausi pastarųjų metų projektai ir iniciatyvos

Projektas „Negalią keičia supergalia“, kurio metu Lietuvos nacionalinės paralimpinės rinktinės sportininkai plaukikas Edgaras Matakas, lengvaatletė Oksana Dobrovolskaja ir šaulė Raimeda Bučinskytė siekia keisti visuomenės požiūrį į negalią ir įrodo, kad negalia – ne kliūtis siekti tikslų ir svajonių. Atkaklumu, valios pastangomis ir sunkiu darbu jie savo negalias pavertė supergaliomis, kuriomis žavi pasaulio arenose ir už jų ribų. Projektą įgyvendina Lietuvos paralimpinis komitetas su partneriu UAB „Allians Lietuva gyvybės draudimas“.



Elitinė paralimpiečių akademija – LPAK kartu su „Panorama“ ir Tarptautiniu paralimpiniu komitetu (TPK) vykdomas projektas, kurio metu Lietuvos atletai su negalia iš geriausių sričių specialistų semiasi sporto, mitybos, psichologijos, komunikacijos ir kitų žinių, padedančių vystyti jų sportinę karjerą.

Mobilioji programėlė „Parateam“ – LPAK iniciatyva, skirta žmonių su negalia fiziniam aktyvumui didinti. Mobiliojoje programėlėje integruotas virtualus negaliai draugiškų sporto infrastruktūros objektų žemėlapis leidžia rasti visą informaciją apie sales, maniežus, stadionus ir kitas vietas, kuriose sportuoti gali negalią turintys žmonės. Be to, programėlės vartotojai gali skaityti naujausias žinias apie paralimpinį sportą, sužinoti Lietuvos paralimpiečių istorijas.

Mentorystės projektas „Būsiu čempionas“, kurio tikslas – remiantis Šiaurės šalių patirtimi, įtraukti vaikus su negalia į sportą, keisti stereotipus, didinti integraciją ir populiarinti įtraukijį ugdymą, kad vaikai turėtų įkvėpiančius pavyzdžius, sporto gidus ir sportuotų nuolat. Projektą įgyvendina Lietuvos paralimpinis komitetas su Šiaurės Ministrų Tarybos biuru Lietuvoje.

Projektas „50 mokyklų – 5 000 mokinių“, kurio metu paralimpinio sporto žvaigždės lanko Lietuvos mokyklas, supažindina jaunąją kartą su paralimpiniu judėjimu, žmonių su negalia sportu ir asmeninėmis istorijomis siekia įkvėpti tūkstančius vaikų drąsiai siekti savo tikslų, nesibaiminant jokių gyvenimiškų kliūčių. Projektą įgyvendina Lietuvos paralimpinis komitetas ir bendrovė „Toyota“.

Iniciatyva drauge su Lietuvos tautiniu olimpinio komitetu apdovanti fizinio ugdymo mokytojus, dirbančius su specialiuųjų poreikių vaikais.

Projektas „Mes draugiški negaliai“ kartu su Lietuvos savivaldybių asociacija siekia, kad sporto infrastruktūra taptų prieinamesnė.



Pagrindiniai olimpizmo principai

Olimpizmo principai apibūdina, kaip išreiškiamos olimpinės vertybės, siekiant sukurti teigiamus socialinius pokyčius:

- **Nediskriminavimas.** Olimpinis judėjimas siekia užtikrinti, kad sportas būtų praktikuojamas be jokios diskriminacijos.
- **Tvarumas.** Olimpinis judėjimas organizuoja ir vykdo programas tokiu būdu, kuris skatina tvarų ekonominį, socialinį ir aplinkosauginį vystymąsi.
- **Humanizmas.** Olimpinio judėjimo veikla daugiausia dėmesio skiria žmonėms, užtikrindama, kad sportavimas išliktų žmogaus teisė.
- **Universalumas.** Sportas priklauso visiems. Darydamas visus savo sprendimus ir veiksmus olimpinis judėjimas atsižvelgia į visuotinį poveikį, kurį sportas gali turėti asmenims ir visuomenei.
- **Solidarumas.** Olimpinis judėjimas yra įsipareigojęs kurti programas, kurios kartu sukurtų prasmingą ir visapusišką socialinį atsaką į problemas, kurias jis gali padėti spręsti.

Pavyzdžiui, vienas iš solidarumo pavyzdžių yra **Rusijos sportininkų dalyvavimo apribojimas 2024 m. Paryžiaus olimpinėse žaidynėse.**

Besitęsiant plataus masto Rusijos invazijai Ukrainoje, Tarptautinis olimpinis komitetas (TOK) nusprendė, kad, palaikant Ukrainos sportininkus, nukentėjusius nuo karo, 2024 m. Paryžiaus olimpinėse žaidynėse **sportininkai iš šalių agresorių negalės dalyvauti atidarymo ceremonijoje.** Sportininkai, kurie aktyviai palaiko karą arba yra sudarę sutartis su Rusijos ar Baltarusijos karinėmis struktūromis, negalės dalyvauti varžybose, o pagalbiniai darbuotojai - nebus įtraukti.

„2024 m. Paryžiaus olimpių žaidynių atidarymo ceremonijoje rusai ir baltarusiai nedalyvaus sportininkų parade. Rusijos sportininkai varžysis tik kaip individualūs neutralūs atletai (AIN) be vėliavų, himnų ir emblemų“, - 2024 m. kovo mėn. per spaudos konferenciją Lozanoje, Šveicarijoje, paskelbė Jamesas Macleodas, Olimpinio solidarumo ir ryšių su nacionaliniais olimpiniais komitetais direktorius.

Šaltinis: <https://edition.cnn.com/2024/03/20/sport/russian-belarusian-athletes-opening-ceremony-paris-2024-spt-intl/index.html>



- **Sporto, švietimo ir kultūros vienybė.** Olimpinis judėjimas yra įsipareigojęs propaguoti olimpizmo dvasią. Sportas, kultūra ir švietimas turi vykti kartu.

Šaltinis: Pasaulio olimpinė asociacija (*World Olympians Association Olympism*)

Olimpizmas – gyvenimo filosofija, aukštinanti ir į darnią visumą jungianti kūno, valios ir proto savybes. Jungdamas sportą su kultūra ir švietimu, olimpizmas siekia kurti gyvenseną, grįstą pastangomis pelnytu džiaugsmu, gerojo pavyzdžio auklėjamąja galia, socialine atsakomybe ir visuotinių etikos principų gerbimu.

Olimpizmo tikslas – per sportą siekti darnaus žmonijos vystymosi, prisidėti prie taikios visuomenės, besirūpinančios žmogaus orumo išsaugojimu, kūrimo.

Olimpinis judėjimas, kuriam vadovauja TOK (Tarptautinis olimpinis komitetas) yra visų olimpizmo vertybes pripažįstančių asmenų ir institucijų nuolatinė darni organizuota visuotinė veikla. Olimpinis judėjimas apima penkis žemynus. Jo kulminacija olimpinėse žaidynėse.

Žmogus turi teisę sportuoti. Kiekvienam asmeniui būtina suteikti galimybę sportuoti nepatiriant jokios diskriminacijos ir jaučiant olimpinę dvasią skatinančią draugystę, vienybę ir kilnų elgesį. Sporto organizavimą ir vadybą turi kontroliuoti nepriklausomos sporto organizacijos.

Sportas yra visuomenės gyvenimo dalis. Olimpiniam judėjimui priklausančioms sporto organizacijoms suteikiamos autonominės teisės ir įsipareigojimai.

Galimybės naudotis teisėmis ir laisvėmis, reglamentuojamomis Olimpiniėje chartijoje, nesuderinamos su diskriminacija dėl rasės, odos spalvos, lyties, seksualinės orientacijos, kalbos, religijos, politinių ar kitų pažiūrų, etninės ar socialinės kilmės, turtinės padėties ar kitų paskatų.

Priklausymas olimpiniam judėjimui reikalauja laikytis Olimpinių chartijos ir pripažinti TOK.

Visi šie principai įtvirtinti Olimpiniėje chartijoje, dokumente, kuriame išdėstytos olimpinių žaidynių taisyklės ir pagrindiniai principai. Chartijoje aiškiai pasakyta, kad *„kiekvienas asmuo turi turėti galimybę sportuoti nediskriminuojamas ir vadovaudamasis olimpine dvasia, kuri reikalauja abipusio supratimo draugystės, solidarumo ir sąžiningo žaidimo“*.



Olimpinių vertybių ugdymo programa (OVUP)

Vertybės – tai kiekvieno iš mūsų turimi principai ir pagrindiniai įsitikinimai, lemiantys žmogaus elgesį. Vertybės yra standartai, pagal kuriuos konkretūs veiksmai vertinami kaip geri ar pageidautini.

Bendrašiais vertybes apibūdina pagrindiniai olimpizmo principai, išdėstyti Olimpinėje chartijoje.

OVUP 2016 m. sukūrė Tarptautinis olimpinis komitetas. Ši programa yra orientuota į vertybėmis grįstą elgesį. Programa atitinka pagrindinius olimpizmo principus, išdėstytus Olimpinėje chartijoje, ir taikoma trims mokymosi aspektams:

- kognityviniam (intelektualiniam);
- emociniam (socialiniam / emociniam);
- kinestetiniam (fiziniam).

Olimpinės vertybės

Trims pagrindinėms olimpinėms vertybėms – **tobulėjimui, draugystei ir pagarbai** – tenka pagrindinis dėmesys olimpinėse žaidynėse ir jaunimo olimpinėse žaidynėse.



Pagrindinės olimpinės vertybės

Šaltinis: Olimpinių vertybių ugdymo pagrindai, 2017, p. 18





Skatinti pastangas – tobulėti

Šaltinis: <https://www.15min.lt/sportas/naujiena/kita/jav-olimpine-viltis-mergina-lietuviska-pavarde-dziaugiuosi-savo-saknimis-26-1543320>

Tobulėjimas. Sportininkai turi stengtis iš visų jėgų ir padaryti viską, ką gali. Tikslas – ne tik laimėti, bet svarbiausia – tobulėti. Būti vienu iš geriausių ir sportinėje veikloje, ir gyvenime. Tai ne tik apie pergalę, bet taip pat apie dalyvavimą, pažangos siekimą, siekį būti geriausiu visose srityse.



Kurk harmoniją – švęsk draugystę

Šaltinis: <https://blog.playo.co/do-sports-really-strengthen-friendship/>



Draugystė. Kurti taiką ir gerovę pasaulyje per sportą, solidarumą, komandos dvasią, džiaugsmą ir optimizmą. Pristatyti sportą kaip savitarpio supratimo priemonę tarp žmonių iš viso pasaulio, nepaisant skirtumų. Tai būtina norint skatinti harmoniją ir supratimą tarp žmonių.



Saugoti žmogaus orumą – rodyti pagarbą

Šaltinis: <https://ghanasoccernet.com/cristiano-ronaldo-vs-lionel-messi-respect-moments-hd>

Pagarba. Gerbti save, savo kūną, kitus žmones, taip pat gerbti aplinką, taisykles ir reglamentus. Sporte turi būti laikomasi sąžiningo žaidimo, kovojama su dopingu ar neetišku elgesiu. Kadangi visi žmonės lygūs, visi turi teisę į pagarbą. Labai svarbu saugoti žmogiškąjį orumą – rodyti pagarbą.

Olimpinių vertybių ugdymo programoje (OVUP, 2017) pateikiamos penkios *ugdymo temos*, grįstos pagrindiniais olimpizmo principais:

- *pastangomis pelnytas džiaugsmas* (kai jauni žmonės įgyja ir pritaiko fizinius, elegesio ir intelektinius įgūdžius, mesdami iššūkį sau ir kitiems fizinės veiklos, judėjimo, žaidimų ir sporto srityse);
- *kilnus elgesys (Fair play)* (mokėjimas kilniai elgtis sporte gali ugdyti ir stiprinti gebėjimą taip pat elgtis savo bendruomenėje ir gyvenime);
- *pagarba gyvenime* (kai jauni žmonės, gyvenantys daugiakultūriame pasaulyje, išmoksta priimti ir gerbti įvairovę ir taikiai elgtis, jie kartu prisideda prie taikos ir santarvės tarp šalių stiprinimo);



- *tobulumo siekimas* (gali padėti jauniems žmonėms daryti teisingus pasirinkimus ir kuo geriau atlikti viską, ko tik imasi);
- *kūno, valios ir proto darna* (mokymasis turi visapusiškai lavinti kūną, valią ir protą; mokymasis per judėjimą, fizinis raštingumas prisideda prie dorovinio ir intelektualinio mokymosi sėkmės).

Paralimpinės vertybės

Vis dėlto ne vien olimpinės vertybės padeda jaunam žmogui atskleisti savo galimybes. Tokios vertybės kaip ryžtas, drąsa, atkaklumas ir atsparumas yra glaudžiai susijusios su svarbiausiomis olimpizmo vertybėmis, todėl jos dažnai minimos olimpių žaidynių istorijoje.

Žmonėms su negalia, dalyvaujantiems sportinėje veikloje, būtų sunku pasiekti absoliutų tobulumą. Jiems rengiamos paralimpinės žaidynės.



Paralimpinės žaidynės

Šaltinis: <https://m.delfi.lt/temos/parolimpiada>

Paralimpinės žaidynės (arba paralimpiada) – tai olimpinės žaidynės, skirtos varžytis sportininkams, turintiems fizinę negalią. Paralimpių žaidynių pagrindinės vertybės yra **drąsa, ryžtas, įkvėpimas, lygybė**.





Šuolininkė į tolį Fleur Jong, 2020 m. Tokijo žaidynėse iškovojo auksinį medalį

Šaltinis: <https://olympics.com/en/news/fleur-jong-interview-para-athletics-paralympic-champion-longiump-diamond-league>

Drąsa. Apima unikalią paralimpiečių dvasią pasiekti tai, ką plačioji visuomenė laiko net neįmanoma, bet paralimpinis sportininkas tai pasiekia. Tai rodo žmogaus, kuris pakyla virš savo galimybių, drasą ir jo tikrąją vertę.



Paralimpietis Kęstutis Skučas nestokoja ryžto

Šaltinis: <https://www.lrt.lt/naujienos/sportas/10/1137490/i-sesta-paralimpiada-karjeroje-atnaujintu-lenktyniniu-vezimeliu>

Ryžtas. Paralimpiniai sportininkai išstobulina savo fizines galimybes iki absoliučios ribos. Paralimpietis pasiekia savo galimybių ribas, kad atliktų tai, ką užsibrėžė.



Įkvėpimas. Kai iš paralimpinių atletų istorijų ir pasiekimų gimsta stipri asmeninė sąsaja ir motyvacija veikti, o rezultatas yra šio įkvėpimo pritaikymas asmeniniame gyvenime, paralimpiečiai veikia kaip teigiamas pavyzdys ir įkvepia savo pasiekimais, kad parodytų kelią kitiems.



Dedanti visas jėgas sportininkė paralimpinėse žaidynėse

Šaltinis: <https://www.freepik.com/free-photos-vectors/paralympic>



Paraatletai dalyvauja lengvosios atletikos varžybose

Šaltinis: <https://www.freepik.com/free-photos-vectors/paralympic>



Lygybė. Paralimpiečių sportas veikia kaip pokyčius skatinantis veiksnys, naikinantis negalią turinčių asmenų socialinę diskriminaciją. Paralimpinis judėjimas pripažįsta, kad žmonės yra vienodai vertingi, kad ir kokie būtų jų skirtumai, ir imasi veiksmų, kad įveiktų išankstines nuostatas ir diskriminaciją.

Kilnus elgesys – Fair play

Kilnus elgesys sporte yra daug daugiau nei tik taisyklių laikymasis.

Kas yra sąžiningas žaidimas?

Sąžiningas žaidimas – Fair play – socialinė vertybė ir socialinė norma, apimanti sąžiningą konkurenciją, pagarbą, draugystę, komandinę dvasią, lygybę, sportą be dopingo, pagarbą rašytoms ir nerašytoms taisyklėms. Sąžiningumas, solidarumas, tolerancija, rūpestis, meistriškumas ir džiaugsmas - tai sąžiningo žaidimo sudedamosios dalys.

Sąžiningo žaidimo vertybės neatsiejamos nuo sporto, bet svarbios ir kasdieniame gyvenime. Sąžiningą žaidimą galima patirti ir išmokti tiek sporto aikštelėje, tiek už jos ribų. Nėra sporto be sąžiningo žaidimo ir nėra čempionų.

„Aistra laimėti dega kiekviename iš mūsų. Noras laimėti yra treniruočių reikalas, būdas laimėti – garbės reikalas.“

Legendinė britų premjerė Margaret Tečer (Margaret Thatcher)

Ką reiškia pagrindinės sąžiningo žaidimo vertybės?

Sąžininga konkurencija. Norint mėgautis sėkmės vaisiais, neužtenka laimėti. Triumfas turi būti matuojamas absoliučiai sąžiningomis priemonėmis, sąžiningumu ir teisingu žaidimu.

Pagarba. Kiekvienam sportininkui žaisti pagal parašytas taisykles yra privaloma, o gerbti nerašytas – būtina. Sąžiningas žaidimas reikalauja besąlygiškos pagarbos varžovams, kolegoms žaidėjams, teisėjams ir sirgaliams.

Draugystė. Konkurencija aikštėje neatmeta draugystės. Priešingai, draugystė gali užaugti iš kilnių varžybų.





Sportininkų draugystė

Šaltinis: <https://www.fairplayinternational.org/what-is-fair-play->

Komandos dvasia. Asmenys gali būti stiprūs ir patys, bet daug stipresni komandoje. Dalintis pergalės akimirka su savo komanda yra didžiausias malonumas.



Komandinė dvasia

Šaltinis: <https://www.fairplayinternational.org/what-is-fair-play->



Lygybė. Sporte būtina varžytis lygiomis sąlygomis. Priešingu atveju našumas negali būti tinkamai išmatuotas.

Sportas be dopingo. Sąžiningas žaidimas reiškia neapgaušinti vartojant narkotikus ar dopingą. Kiekvienas, kuris tai daro, sugadina žaidimą visiems kitiems.

Sąžiningumas. Būti sąžiningam ir laikytis tvirtų moralės principų yra būtini sąžiningam žaidimui. Sportuoti laikantis tvirtos etikos sistemos yra gyvybiškai svarbu, jei siekiate būti tikras čempionas.

Solidarumas. Svarbu palaikyti vieniems kitus ir dalytis jausmais, tikslais ir svajonėmis. Abipusis palaikymas atneša abipusę sėkmę aikštėje ir už jos ribų.



Solidarumas

Šaltinis: <https://www.fairplayinternational.org/what-is-fair-play->

Tolerancija. Noras priimti elgesį ar sprendimus, su kuriais galite nesutikti, ugdo jūsų savikontrolę. Galiausiai tai gali būti lemiamas veiksnys, kai reikia laimėti ar pralaimėti.

Rūpestingumas. Tikri čempionai rūpinasi vieni kitais, nes puikiai supranta, kad negalėtų būti ten, kur yra, jei jais nesirūpintų kiti.



Tobulumas. Sportas įtraukia mus į kolektyvines pastangas siekti žmogiškojo meistriškumo, tobulumo.

Džiaugsmas. P. de Kubertenas sakė: „*Gyvenime svarbiausia yra ne triumfas, o kova. Svarbiausia ne laimėti, o gerai kovoti. Varžybos gali būti įtemptos, tačiau užsiimant bet kokia sporto šaka pirmiausia reikia ieškoti džiaugsmo. Jūs niekada neturėtumėte pamiršti apie žaidimą net kovos įkarštyje.*“



Pergalės džiaugsmas

Šaltinis: <https://www.fairplayinternational.org/what-is-fair-play->

Ko moko sąžiningas žaidimas?

Sąžiningas žaidimas moko žmones tolerancijos ir pagarbos kitiems, padeda integruotis į visuomenę ir sukurti komandinio darbo jausmą.

Kaip pagrindinės sąžiningo žaidimo vertybės prisideda prie pasaulio gerinimo?

Sąžiningas žaidimas nėra tik teorija. Sąžiningas žaidimas – tai požiūris, pasireiškiantis elgesiu. Kai veikiame sąžiningo žaidimo dvasia, prisidedame prie taikaus ir geresnio pasaulio kūrimo. Be sąžiningumo ir patikimumo kyla pavojus nusistovėjusiai mūsų visuomenės tvarkai. Jei nežaidžiame pagal taisykles, sugadiname žaidimo dvasią.



Sąžiningas žaidimas sporte gali suteikti vilties, pasididžiavimo ir tapatybės jausmą bei suvienyti ten, kur dažnai skiriasi tautybės, politika, religijos ir kultūros. Sąžiningas žaidimas yra sporto tradicijos kultūrinis indėlis, kuris visuomenei tapo tarsi neskelbtomis reglamentuotomis taisyklėmis sprendžiant konfliktus.

Sąžiningas žaidimas yra esminė ir pagrindinė sėkmingo dalyvavimo, skatinimo ir tobulėjimo tiek sporte, tiek gyvenime sąlyga.

Bendradarbiavimas sąžiningo žaidimo dvasia leidžia pasiekti geresnių rezultatų visose gyvenimo srityse ir atlieka pagrindinį katalizatoriaus vaidmenį šiuolaikinėje visuomenėje kaip priemonė, gerinanti gyvenimo kokybę ir žmonių gerovę.

Citatos apie kilnų elgesį, sąžiningą žaidimą

„Čempionas yra daug daugiau, negu žmogus, kuris pirmas kirto finišo liniją. Čempionas yra daugiau, negu nugalėtojas. Čempionas yra tas, kuris gerbia taisykles, griežtai pasisako prieš dopingą ir rungtiasi kilnaus elgesio dvasia.“

Iš Ž. Rogo (J. Rogge), TOK prezidento, kalbos XIX žiemos olimpinių žaidynių atidarymo ceremonijoje Solt Leik Sityje 2002 m.

„Sąžiningas žaidimas suteikia sportui grožio. Sąžiningas žaidimas yra bendra kalba, sporto pagrindas, jungiantis visą sporto pasaulį. Čempionų yra daug, bet čempionų čempionas yra tas, kuris treniruojasi, rungtyniauja ir gyvena sąžiningo žaidimo dvasia.“

J. Kamuti, Tarptautinio sąžiningo žaidimo komiteto pirmininkas

„Negalime suprasti sąžiningo žaidimo, jei nesusiejame jo su dorovinėmis vertybėmis, tokiomis kaip teisingumo dvasia, sąžiningumas ir žmogaus orumas. Ši vizija daro sąžiningą žaidimą prieinamą visiems. Taigi pagarba, ištikimybė, tolerancija ir sveikas kūnas yra sąžiningo žaidimo sporte ženklai. Varžybose esminį vaidmenį vaidina abipusiškumas: neapsieinama be priešininko, o sportas reikalauja pagarbaus požiūrio į kitą; pagarba turi atitekti ir pralaimėtojiui, ir laimėtojiui. Kad būtų teisingumas, lygias galimybes užtikrinti būtina visose treniruotėse. Sąžiningas žaidimas reikalauja kuo geriau suprasti konkurentų socialinę aplinką ir skirtingas kultūras.“

Tarptautinis sąžiningo žaidimo komitetas, 2011 m. deklaracija



„Sąžiningo žaidimo sąvoka yra visuotinai suprantama sąvoka, kuria grindžiamas visas sportas. Be sąžiningumo sportas neturi jokios prasmės ar tikslo. Dar blogiau, tai gali būti žalinga jo dalyviams patirtis.

Tačiau sąžiningas žaidimas taip pat yra filosofija – pagarbos kitiems ir pagarbos sporto institucijai filosofija. Tai veda prie visų su sportu susijusių asmenų susitarimo dėl vertybių ir pamokų, kurių norime, kad sportas išmokytų mūsų vaikus ir mus pačius.

Sąžiningas žaidimas taip pat susijęs su pasirinkimu. Bendraudami vieni su kitais sporte arba kaip sporto žiūrovai, turime reguliariai apsvarstyti ir apibrėžti, kas, mūsų nuomone, yra teisinga, o kas ne. Sportas įtraukia mus į kolektyvines pastangas siekti žmogiškojo meistriškumo. Kai mūsų vaikai sportuodami bendrauja vieni su kitais, jų gebėjimas priimti teisingus sprendimus sąžiningo žaidimo klausimais bręsta kartu su jų gebėjimu mąstyti ir mokytis apie tai, kas lemia naudingą ir visavertį gyvenimą visuomenėje.“

Kanados sporto etikos centras

„Sąžiningas žaidimas apima *draugystės, pagarbos kitiems ir visada tinkamo žaidimo* sąvokas. Sąžiningas žaidimas apibrėžiamas kaip mąstymo būdas, o ne tik kaip elgesio būdas.“

Europos Tarybos sporto etikos kodeksas

„Nei iš prigimties, nei priešingos prigimčiai dorybės mumyse neatsiranda, veikiau esame gamtos pritaikyti jas priimti, o yra įgyjamos ir išlavinamos per įpročius.“

Aristotelis, Nikomacho etika

„Sąžiningas žaidimas yra teigiama koncepcija. Sportas yra socialinė ir kultūrinė veikla, kuri, sąžiningai praktikuojama, turtina visuomenę ir tautų draugystę. Sąžiningai žaidžiat, sportas suteikia saviraišką ir pilnatvę; galimybę pažinti save, tobulinti asmeninius pasiekimus ir įgūdžius, pademonstruoti gebėjimus. Sportas skatina socialinį bendravimą, įsitraukimą ir atsakomybę visuomenėje, jautrumą aplinkai.“

Sporto etikos kodeksas, Europos Taryba



Lietuvos kilnaus sportinio elgesio apdovanojimai

Fair Play judėjimas Lietuvoje

Olimpinė chartija skelbia: „Olimpizmo tikslas – sportu ugdyti harmoningą žmogų, padėti kurti taikią visuomenę, besirūpinančią žmogaus orumo saugojimu.“

1988 m. atkurtas Lietuvos tautinis olimpinis komitetas pasirinko savo veiklos šūkį: „Būk stipri ir dora, Lietuva!“ Nenuostabu, kad jau 1993 m. kovo 25 d. LTOK įkūrė *Kilnaus poelgio komisiją*.

1995 m. lapkričio 16 d. LTOK išplėtė ir patvirtino **Lietuvos kilnaus žaidimo (Fair Play) komitetą**, kuris vėliau buvo pavadintas **Lietuvos kilnaus sportinio elgesio komitetu**. Taip vadinamas iki šiol. Pasaulyje tai – *Fair Play* judėjimas.

Lietuvos kilnaus sportinio elgesio judėjimo vadovai:

- 1) Stanislovas Stonkus (1993–1995, 1995–1999);
- 2) Kęstas Miškinis (1999–2002);
- 3) Arvydas Juozaitis (2002–2017);
- 4) Marius Paškevičius (2017 – . 2021).
- 5) Austra Skujytė (nuo 2021 m.)

Kiekvienais metais renkami kilnaus sportinio elgesio apdovanojimų laureatai. Į nominacijas gali pretenduoti tiek mėgėjai, tiek profesionalūs sportininkai, kilniu elgesiu pasižymėję aikštėje arba už jos ribų, taip pat sąžiningą sportą, olimpinės vertybes, kilnų elgesį sporto varžybose ar bendruomenės gyvenime skatinančios organizacijos, įvairiausių sporto šakų atstovus, komandas, judėjimus remiančios įmonės.



Lietuvos kilnaus sportinio elgesio apdovanojimai

Šaltinis: <https://www.15min.lt/sportas/galerija/lietuvos-kilnaus-sportinio-elgesio-apdovanojimai-318626#galerija/318626/8790084>



Lietuvos kilnaus žaidimo – Lietuvos kilnaus sportinio elgesio laureatais yra buvę legendinis boksininkas Algirdas Šocikas, Romos olimpinių žaidynių bronzos medalio laimėtoja Birutė Kalėdienė, paralimpinių žaidynių čempionas ir prizininkas Vytautas Girnius, legendinis alpinistas Vladas Vitkauskas, sporto visuomenininkas Stepas Martyšius.

2019 m. kilnaus sportinio elgesio apdovanojimų laureatai

Laura Samulionytė, laimėjo statulėlę nominacijoje „*Jaunojo sportininko pavyzdys bendraamžiams*“. Nuo 6-erių metų sportuojanti mergina dalyvauja kanojininkų regatose, domisi politika, vadina save patriote, dalyvauja įvairiose socialinėse akcijose, neseniai organizavo jaunimo susitikimą su seneliais senjorų namuose „Santara“. 2018 m., norėdama padėti vėžiu sergančiai mergaitei, kad po chemoterapijos jai būtų pagamintas perukas, ji paaukojo savo daugiau kaip metro ilgio kasas. Ji visada padeda, motyvuoja, palaiko ir niekada neleidžia pasiduoti.



Lietuvos kilnaus sportinio elgesio apdovanojimų laureatai Laura Samulionytė ir Rimvydas Aleksa

Šaltinis: <https://www.ltok.lt/paskelbti-lietuvos-fair-play-apdovanojimu-laureatai/#gallery-65a2a393d0a0d-1>

Savo geraširdiškumą Laura parodė ir bėgdama pusmaratonį – pamačiusi sustojusią, krūtinės sritį spaudžiančią moterį ir supratusi, kad ši negaluoja, laureatė bėgikę apsikabino, persisvėrė per pečius ir kelis šimtus metrų lydėjo iki artimiausio vandens punkto, kur buvo suteikta reikiama pagalba.



„Visas šias savybes man įdiegė mama, ir būtent jos dėka aš esu tokia, – paaiškino L. Samulionytė. – Manau, kad jeigu turime bent truputį gėrio, mes turime juo dalintis. Ir nesvarbu, ar tau 18, ar 25 metai – tu turi padėti kitiems.“

Rimvydas Aleksa – „Jaunojo sportininko kilnaus poelgio“ nominantas iš Vilkaviškio dviračių sporto klubo „Aira“.

Kai Lietuvos jaunių dviračių plento rinktinė dalyvavo atrankinėse varžybose į Europos čempionatą, likus paskutiniam etapui, rinktinės treneris iškėlė užduotį komandai išlaikyti Aivaro Mikučio antrą vietą bendroje įskaitoje. Tačiau Aivaras pateko į griūtį, sulaužė dviračio vairą ir ratą. A. Mikutis dar bandė tęsti lenktynes, tačiau su sprogusia padanga tai padaryti sekėsi labai sunkiai. Visą laiką kartu su komandos draugu važiuojęs R. Aleksa atidavė savo dviratį – pats laureatas prarado galimybę patekti į Europos čempionatą, tačiau padėjo kolegai bendroje įskaitoje užimti 4-ą vietą. *„Iki šiol jaučiu, kad pasielgiau gerai. Man tokį poelgį įkvėpė treneris, nes anksčiau turėjome didelę komandą, ir jis yra pasakęs, jog turime vienas kitam padėti, mat toks poelgis padeda žingsniu priartėti prie pergalės“*, – prisiminė jaunasis dviratininkas.

2021 m. kilnaus sportinio elgesio apdovanojimų laureatai

Pastaba: dėl COVID-19 pandemijos apdovanoti 2022 m.



Lietuvos kilnaus sportinio elgesio komiteto vadovė olimpietė Austra Skujytė, laureatė kineziterapijos specialistė Gintarė Katkutė ir LTOK prezidentė Daina Gudžinevičiūtė

Šaltinis: <https://www.ltok.lt/apdovanoti-lietuvos-kilnaus-elgesio-sporte-laureatai/>



Jaunojo sportininko kilniu elgesiu pripažintas krepšininkės, kineziterapijos specialistės **Gintarės Katkutės** poelgis „Moterų lygos“ B diviziono atkrintamųjų rungtynių metu. Rungtynėse Gintarė nuskubėjo padėti varžovių komandos lyderei, kuri smarkiai susitrenkė galvą. Šis poelgis reiškė G. Katkutės pasitraukimą iš rungtynių. *„Jei atvirai, tokiu atveju nėra net minties, kaip mums čia sekasi, mes laimime ar ne. Jei pastebiu, kad atsitinka situacija, kurioje reikalinga mano pagalba, kur aš galiu padėti, pergals klausimas lieka pamirštas. Aš tai pavadinčiau instinktu. Tikrai nesitikėjau, kad kada nors būsiu už tai apdovanota. Manau, kad tai turėtų būti natūralu, visi turime turėti šią žmogiškąją vertybę – visų pirma padėti kitam. Todėl šis apdovanojimas mane maloniai nustebino“*, – sakė G. Katkutė.



Lietuvos kilnaus sportinio elgesio komiteto vadovė olimpietė Austra Skujytė, laureatė lengvaatletė **Jovilė Rackevičiūtė** ir LTOK prezidentė Daina Gudžinevičiūtė
Šaltinis: <https://www.tv3.lt/naujiena/sportas/apdovanoti-lietuvos-kilnaus-elgesio-sporte-laureatai-n1140444>

Nominacijos „Jaunojo sportininko pavyzdys bendraamžiams“ laureate išrinkta ir apdovanota **Jovilė Rackevičiūtė**. 18-metė lengvaatletė savo laisvalaikį jau trejus metus savanoriaudama skiria specialiųjų ugdymosi poreikių turintiems vaikams ir juos supažindina su lengvąja atletika. Lietuvos triračių sporto asociacijos vasaros stovykloje Jovilė rūpinosi stovyklaujančių vaikų sportiniu ir kūrybiniu užimtumu: vedė rytines mankštas, mokė vaikus saugaus elgesio prie ežero, įtraukė juos į edukacinius žaidimus, o sporto renginiuose asistavo ir padėjo žmonėms, judantiems neįgaliojo vežimėlyje.



„Jau nuo 5 klasės svajoju tapti trenere, todėl vos gavusi pasiūlymą savanoriaujant dirbti su specialiuųjų poreikių vaikais nė kiek neišsigandau ir ėmiausi šios veiklos. Nesitikėjau, kad savanoriavimas man atneš tiek džiaugsmo – man be galo malonu vaikučiams padėti ir matyti jų šypsenas bei kaip jie tobulėja. Jaučiu didelę prasmę savo veikloje ir manau, kad visi turime padėti vienas kitam kuo galime“, – kalbėjo J. Rackevičiūtė.

2022 m. kilnaus sportinio elgesio apdovanojimų laureatai

Pastaba: apdovanojimo ceremonija įvyko 2023 m.



Nominacijos „Jaunojo sportininko pavyzdys bendraamžiams“ laureatė studentė Emilija Greviškytė

Šaltinis: R. Lukoševičiaus nuotr., <https://www.15min.lt/sportas/galerija/lietuvos-kilnaus-sportinio-elgesio-apdovanojimai-318626#galerija/318626/8790096>

„Jaunojo sportininko pavyzdžiu bendraamžiams“ buvo išrinkta ir apdovanota Lietuvos sveikatos mokslų universiteto studentė **Emilija Greviškytė**. 19-metė, kilusi iš Pandėlio miestelio, šešerius metus buvo Kazickų šeimos fondo programos „Jaunimas gali“ dalyvė. Šios programos tikslas – naudojant sportą kaip įrankį ugdyti regionuose gyvenančio jaunimo gyvenimiškus įgūdžius ir suteikti galimybių, kurių netrūksta didmiesčiuose gyvenančiam jaunimui. Išvykus iš Pandėlio komandos trenerei, treneriavimą perėmė ir tęsė tuo metu buvusi trenerės bendraamžė E. Greviškytė. Merginos dėka programos veiklos buvo tęsiamos, o tokia iniciatyva įkvėpė ir kitus programos dalyvius.



„Jaunojo sportininko kilnaus poelgio“ apdovanojimas skirtas Alytaus šv. Benedikto gimnazijos mokynei, „Lietuvos mokyklų žaidynių“ dalyvei **Gabijai Čepononytei**. Dalyvaudama Lietuvos mokyklų žaidynių estafetinio bėgimo varžybose lengvaatletė ištiesė pagalbos ranką parkritusiai varžovų komandos lyderei. Antroje vietoje tuo metu buvusiai G. Čepononytės komandai pritrūko vos kelių šimtųjų sekundės dalių pirmajai vietai iškovoti.



G. Čepononytės prizo atsiimti atvyko merginos mokytoja J. Tartenienė
Šaltinis: R. Lukoševičiaus nuotr., <https://www.ltok.lt/apdovanoti-kilnaus-sportinio-elgesio-laureatai-poelgiai-verti-daugiau-nei-medalio/>

„Kai bėgdama estafetę pamačiau ant bėgimo takelio suklypusią merginą, net nesudvejojau, ar bėgti toliau ir siekti kuo geresnio rezultato, ar sustoti padėti. Aš nepadariau nieko tokio, ko nebūtų padaręs kas nors kitas, būdamas mano vietoje. Tiesdama ranką, elgiausi kaip kiekvienas doras žmogus – nei tada, nei dabar nemanau, kad mano poelgis kuo nors išskirtinis. Todėl esu labai nustebinta dėl man skirto apdovanojimo. Dar kartą atsidūrusi tokioje situacijoje, esu tikra, kad elgčiausi taip pat“, – teigė G. Čepononytė.



2023 m. kilnaus sportinio elgesio apdovanojimų laureatai

„Kilnaus poelgio“ nominacijoje nugalėtoju paskelbtas **Virgilijus Prušinskas**. Lietuvos irkluojas praėjusiais metais pradėjo siekti trenerio specialybės ir iškart atskleidė savo vertybes. Jaunas treneris negaili savo laiko bei energijos ir treniruoja paralimpinės rungties irkluoją, parengė jį pirmosioms varžyboms ir kartu toliau siekia rezultatų tarptautiniuose *čempionatuose*.

„Labai netikėtas įvertinimas, ir tikrai nesijaučiu darydamas kažką ypač kilnaus. Kaip pradedantis treneris, džiaugiuosi galėdamas jau kaupti darbo patirtį. Mane motyvuoja auklėtinio atsidavimas, sporto suderinimas su šeima ir darbu. Mano pareiga yra jam tiesiog padėti siekti savo svajonės. Pats iš sporto išėjau dėl traumos, bet viliuosi, kad tik laikinai“, – šypsojosi V. Prušinskas.



„Kilnaus poelgio“ nominaciją laimėjo Virgilijus Prušinskas

Šaltinis: <https://www.ltok.lt/ltok-apdovanojo-kilnaus-sportinio-elgesio-laureatus/>

Nominacijoje „Jaunasis sportininkas – pavyzdys bendraamžiams“ laureate paskelbta breiko šokėja, pasaulio čempionė **Dominika Banevič**.

D. Banevič jau įrodė, kad yra drąsi, pasitikinti savimi ir atkakliai bei sistemingai savo tikslų siekianti sportininkė. 2023-iaisiais D. Banevič buvo kviečiama į daugelį suaugusiems verslo, mokslo, sporto lyderiams ir jaunimui, moksleiviams skirtų renginių, kad pasidalytų savo sėkmės formule, motyvacijos



šaltiniais. Būsima olimpietė įvertinta už jos tikėjimą savo jėgomis, drąsą kalbėti apie savo tikslus ir atkaklų kasdienį darbą. *„Man didelė garbė sulaukti tokio įvertinimo, tačiau stengiuosi per daug tų pasiekimų nesureikšminti, nes tai jau praeitis. Dabar mano mintys nukreiptos į naują tikslą – olimpines žaidynes, – sakė D. Banevič. – Man malonu sulaukti žinučių, kad esu įkvėpimas kitiems žmonėms. Kai buvau maža, daug sportininkų iš Lietuvos įkvėpdavo mane, todėl džiaugiuosi, jog dabar aš galiu būti įkvėpimo šaltinis. Linkiu visiems iš visos širdies daryti tai, ką myli, nes tada natūraliai ateis ir pasiekimai.“*



Nominacijoje „Jaunasis sportininkas – pavyzdys bendraamžiams“ laureate paskelbta breiko šokėja, pasaulio čempionė Dominika Banevič

Šaltinis: <https://www.ltok.lt/ltok-apdovanojo-kilnaus-sportinio-elgesio-laureatus/>

2023 m. „Fair Play projektu“ tapo projektas **„Kardioteniso populiarinimas bendruomenėje“**. Šio projekto esmė – sudaryti palankias sąlygas dirbantiems asmenims užsiimti kardiotenisu, parengti siūlymus darbovietėms ir šviesti visuomenę apie kardioteniso sveikatinamąjį poveikį. Projekte dalyvauja 120 dalyvių, iš jų 20 – patiriantys socialinę atskirtį. Visos projekto veiklos yra nemokamos.





2023 m. „Fair Play projektu“ tapo projektas „Kardioteniso populiarinimas bendruomenėje“

Šaltinis: <https://www.ltok.lt/ltok-apdovanojo-kilnaus-sportinio-elgesio-laureatus/>

*„Kadangi pats buvau olimpietis, tai garbingo elgesio vertybės man nėra svetimos, bet dirbant kasdieniame darbe nelabai tikiesi kažkokio įvertinimo. Kardiotenisas nėra skirtas varžymuisi, tai – fizinis aktyvumas. Kadangi sporte pinigai yra labai maži, tai daugelis veiklų vyksta iš mūsų entuziazmo, todėl tai tikriausiai ir būtų Fair Play prasmė. Didžiausia motyvacija – žmonių grįžtamasis ryšys. Kai matau laimingus ir besidominčius žmones, tada norisi viską tęsti ir plėsti. Žinoma, visa tai leidžia tobulėti ir mums patiems asmeniškai“, – sakė kardioteniso treniruotes vedantis buvęs lengvaatletis **Tomas Bardauskas**.*



Savitikros klausimai

- 1. Kas yra Olimpinė chartija?**
- 2. Kokie yra pagrindiniai olimpiniai principai?**
- 3. Kokios yra pagrindinės tarptautinės olimpinio judėjimo organizacijos?**
- 4. Kokios yra pagrindinės Lietuvos olimpinio judėjimo organizacijos?**
- 5. Išvardinkite Lietuvos olimpinio judėjimo organizacijų vadovus.**
- 6. Kokios yra olimpinės vertybės?**
- 7. Kokios yra paralimpinių žaidynių vertybės?**
- 8. Kodėl svarbu laikytis olimpinių vertybių sporte?**
- 9. Kas kiek laiko organizuojamos paralimpinės žaidynės?**
- 10. Kas gali dalyvauti paralimpinėse žaidynėse?**
- 11. Kaip vadinasi klausos negalią turinčių sportininkų žaidynės?**
- 12. Kaip pagrindinės sąžiningo žaidimo vertybės prisideda prie pasaulio gerinimo?**
- 13. Kas yra sąžiningas žaidimas?**
- 14. Ko moko sąžiningas žaidimas?**
- 15. Kaip pagrindinės sąžiningo žaidimo vertybės prisideda prie pasaulio gerinimo?**
- 16. Kokios yra sąžiningo žaidimo vertybės?**
- 17. Kokia programa yra orientuota į vertybių ugdymą? Kaip ji vadinasi?**
- 18. Kuo ypatinga OVUP programa?**
- 19. Kas gali pretenduoti į Kilnaus elgesio nominacijas? Ar būtinai turi būti olimpinis čempionas?**
- 20. Kokias nominacijas teikia Lietuvos kilnaus sportinio elgesio komitetas?**
- 21. Kokius žinote Lietuvos kilnaus sportinio elgesio nominantus?**



4 skyrius

Pažinti Prancūziją: šalis, žmonės, įvykiai, kultūra

Prancūzijos šalis



Prancūzija žemėlapyje

Šaltinis: <https://www.vle.lt/straipsnis/prancuzija/>

Prancūzijà (*France*), **Prancūzijos Respublika** (*République Française*) – valstybė Vakarų Europoje. Vakaruose prieina prie Atlanto vandenyno Biskajos įlankos, šiaurėje – prie Lamanšo ir Pa de Kalė sąsiaurių, pietuose – prie Viduržemio jūros. Šiaurės rytuose ribojasi su Belgija (sienos ilgis 620 km) ir Liuksemburgu (73 km), rytuose – su Vokietija (451 km) ir Šveicarija (573 km), pietryčiuose – su Italija (488 km) ir Monaku (4,4 km), pietvakariuose – su Ispanija (623 km) ir Andora (56,6 km). Kranto linijos ilgis 3 427 kilometrai. Viduržemio jūroje Prancūzijai priklauso Korsikos sala.

Prancūzijos plotas 549 030 km², 65,75 mln. gyventojų; su užjūrio regionais ir valdomis (plotas 641 184 km²) – apie 68,6 mln. gyventojų. Katalikybė laikoma pagrindine religija, protestantų (evangelikų reformatų) santykinai nedaug (apie 1 mln.).



Prancūzijos sostinė – **Paryžius**, turi 2,14 mln. gyventojų. Paryžius – aglomeracinis miestas, tai reiškia, kad Paryžiui augant ir plečiantis susiliejo ištisinės aplinkinių miestų ir miestelių grupės, tarpusavyje glaudžiai susijusios gamybiniais, kultūriniais-buitiniais, transporto ryšiais. Paryžiaus aglomeracijoje 2021 m. buvo apie 11–12 mln. gyventojų.

Prancūzija suskirstyta į 13 administracinių regionų (jie apima 96 departamentus). Prancūzijai dar priklauso 5 užjūrio regionai, 6 užjūrio valdos ir 1 užjūrio teritorija – Prancūzijos Pietų ir Antarktikos sritys (žr. 2 ir 3 lenteles). Prancūzijos Pietų ir Antarktikos srityse nėra nuolatinių gyventojų; didžiausi joms priskiriami salynai – Kergueleno salos ir Krozė salos.

1 lentelė. Prancūzijos administraciniai regionai

Prancūzijos administraciniai regionai (13)	Administracinis centras
Aukštutinė Prancūzija	Lilis (pranc. <i>Lille</i>)
Overnė-Rona-Alpės (pranc. <i>Auvergne-Rhone-Alpes</i>)	Lionas (pranc. <i>Lyon</i>)
Bretanė	Renas (pranc. <i>Rennes</i>)
Burgundija-Franš Kontė (pranc. <i>Bourgogne-Franche-Comté</i>)	Dižonas (pranc. <i>Dijon</i>)
Centras-Luaros Slėnis	Orleanas
Didieji Rytai	Strasbūras
Il de Fransas (pranc. <i>Île-de-France</i>)	Paryžius
Korsika	Ajačas (pranc. <i>Ajaccio</i>)
Luaros kraštas	Nantas (pranc. <i>Nantes</i>)
Naujoji Akvitanija	Bordo (pranc. <i>Bordeaux</i>)
Normandija	Ruanas (pranc. <i>Rouen</i>)
Oksitanija	Tulūza (pranc. <i>Toulouse</i>)
Provansas-Alpės-Žydrasis Krantas	Marselis



2 lentelė. Prancūzijos užjūrio regionai

Prancūzijos užjūrio regionai (5)	Administracinis centras
Gvadelupa (pranc. <i>Guadeloupe</i>)	Bas Teras (pranc. <i>Basse-Terre</i>)
Majotas (pranc. <i>Mayotte</i>)	Mamudzù (pranc. <i>Mamoudzou</i>)
Martinika (pranc. <i>Martinique</i>)	Fòr de Fránsas (pranc. <i>Fort-de-France</i>)
Prancūzijos Gviana (pranc. <i>Guiana</i>)	Kajėnas (pranc. <i>Cayenne</i>)
Reunjonas (pranc. <i>La Reunion</i>)	Sen Deni (pranc. <i>Saint-Denis</i>)

3 lentelė. Prancūzijos užjūrio valdos

Prancūzijos užjūrio valdos (6)	Administracinis centras
Naujoji Kaledonija	Naumėja (pranc. <i>Nouméa</i>)
Prancūzijos Polinezija	Papeetė (pranc. <i>Papeete</i>)
Sen Bartelmi (pranc. <i>Saint-Barthélemy</i>)	Gustavija (pranc. <i>Gustavia</i>)
Sen Martenas (pranc. <i>Saint-Martin</i>)	Marigotas (pranc. <i>Marigot</i>)
Sen Pjeras ir Mikelonas (pranc. <i>Saint-Pierre et Miquelon</i>)	Sen Pjeras (pranc. <i>Saint-Pierre</i>)
Prancūzijos užjūrio teritorija (14)	Administracinis centras
Prancūzijos Pietų ir Antarktikos sritys, kurioms priskiriami salynai: Kergeleno salos (pranc. <i>Iles Kerguelen</i>) ir Krozė salos (pranc. <i>Iles Crozet</i>)	–



Prancūzijos simboliai

- **Nacionalinė diena:** Liepos 14 d., Bastilijos paėmimo diena
- **Nacionalinis himnas:** „Marselietė“
- **Nacionalinė vėliava:** mėlyna, balta ir raudona
- **Nacionalinis herbas:** *fascija*
- **Nacionalinė kokarda:** mėlyna, balta ir raudona
- **Nacionalinis simbolis:** Mariana (*Marianne*)
- **Nacionalinė gėlė:** *Fleur-de-lis* (lelijos žiedas)
- **Nacionalinis gyvūnas:** Galijos gaidys
- **Nacionalinis medis:** kukmedis
- **Nacionalinis patiekalas:** *Pot-au-Feu*
- **Nacionalinis saldumynas:** klafutis (*Clafoutis*)

Nacionalinė diena. Liepos 14-ąją, minint Bastilijos paėmimą, kasmet švenčiama **Bastilijos diena**. 1789 m. šią dieną prasidėjo revoliucija, kuri padėjo tautai pereiti iš monarchijos į valstybę. Ši diena yra švenčiama nuo 1790 m. Nors tai įvyko daugiau nei prieš 200 metų, ši diena ir šiandien išliko vienu svarbiausių įvykių Prancūzijoje. Su šia diena prancūzus galima pasveikinti taip: „*Vive la France! Vive la République!*“

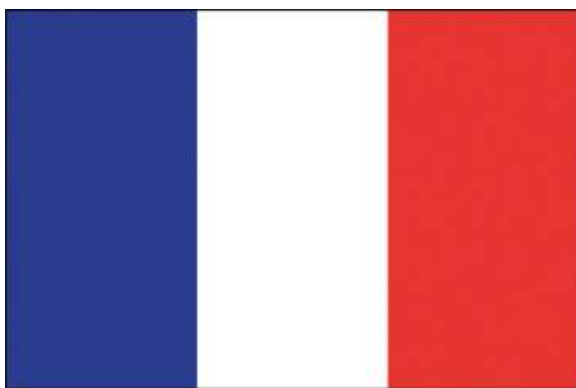


Tradicinis kariuomenės paradas Nacionalinės šventės dieną Eliziejaus laukuose
Šaltinis: <https://prancuzu24.lt/prancuzijos-nacionaline-svente>



Šventę pradeda Prancūzų oro pajėgos, vyksta karinis paradas, koncertai, fejerverkai. Nacionalinė šventė švenčiama visoje Prancūzijoje. Taip šią šventę mini ir kai kurios Europos šalys (Belgija, Vengrija, Airija) bei Prancūzijos užjūrio regionai ir prancūzų bendruomenės visame pasaulyje.

Himnas „Marselietė“. Prancūzijos himną 1792 m. parašė C. J. Rouget De Lisle'as. Himno pavadinimas reiškė „Karo daina Reino armijai“. 1795 m. Prancūzijos nacionalinis susirinkimas patvirtino jį kaip nacionalinį himną, o dabartinį pavadinimą „Marselietė“ jis gavo po to, kai jį sugiedojo savanoriai iš Marselio, kurie žygiavo į sostinę. Napoleono I laikais daina prarado nacionalinio himno statusą, ją uždraudė Karolis X ir Liudvikas XVIII, tačiau vėliau, pasibaigus prancūzų revoliucijai, 1830 m. jis buvo vėl sugrąžintas. Dėl įtaigių žodžių ir melodijos stiliaus ji buvo naudojama kaip revoliucijos daina, vėliau įtraukta į įvairius populiariosios ir klasikinės muzikos kūrinius. Tačiau daugelis jaunų prancūzų mano, kad dainos žodžiai yra per daug žiaurūs. Šiandien tai tebėra vienas žiauriausių nacionalinių himnų, kuriame daugiausia dėmesio skiriama kraujo praliejimui, žiauriam priešo nugalėjimui.



Prancūzijos vėliava

Šaltinis: <https://www.vle.lt/straipsnis/prancuzija/>

Vėliava. Prancūzijos vėliavą, oficialiai patvirtintą 1794 m., sudaro trys vertikalios juostos – mėlyna, balta ir raudona. Mėlyna spalva simbolizuoja diduomenę, balta – dvasininkiją, o raudona – buržuaziją, visus senojo režimo luomus Prancūzijoje. Kai vėliava tapo nacionaline šalies vėliava, šios spalvos simbolizavo Prancūzijos revoliuciją ir jos vertybes, įskaitant lygybę, demokratiją, sekuliarizmą, brolybę, laisvę ir modernizaciją.





Prancūzijos herbas

Šaltinis: <https://www.vle.lt/straipsnis/prancuzija/>

Herbas. Prancūzijos herbą atstoja emblema, kurią sudaro keli elementai: plataus skydo centre yra monograma RF (*République Française*), apsupta liūto ir erelio galvų. Vienoje skydo pusėje yra ąžuolo šaka, simbolizuojanti išmintį ir amžinybę, o kitoje – alyvuogių šakelė, simbolizuojanti taiką. Centre yra *fascija* (mediniai strypai, surišti virve, su iškeltu kirviu centre) – galios, valdžios, jėgos ir teisingumo simbolis. Auksinė fascija vaizduojama mėlyname fone. Pirmą kartą ši emblema kaip valstybės simbolis panaudota per 1905 m. Ispanijos karaliaus vizitą.



Fleur-de-lis

Šaltiniai: <https://avareurgente.com/lt/prancuziski-simboliai-ir-ju-reiksme:>
<https://lt.wikipedia.org/wiki/Kapetingai>

Fleur-de-lis, arba *Fleur-de-lys*, – tai stilizuota Prancūzijos **nacionalinė gėlė** – **lelijos** arba **vilkdalgio žiedas**, garsėjantis kaip oficialus Prancūzijos simbolis, kuris jau kelis šimtmečius puikuoja ant daugelio vėliavų ir herbų (Kapetingų dinastijos herbas). Praeityje šį simbolį naudojo Prancūzijos



karališkoji šeima, todėl jau beveik 1 000 metų jis siejamas su Prancūzijos monarchija. Aptinkamas ant senovinių civilizacijų meno kūrinių, dekoratyvinių ornamentų, vėliau – pašto ženklų.

Šiandien jis naudojamas Prancūzijos teisiniuose dokumentuose, taip pat ant Prancūzijos paso viršelio. Taip pat manoma, kad *Fleur-de-lis* simbolizavo Šventąją Trejybę (Dievas Tėvas, Dievas Sūnus, Dievas šventoji Dvasia), Prancūzijos katalikų šventuosius. Šventasis Juozapas ir Mergelė Marija dažnai vaizduojami su lelija. Tačiau *Fleur-de-lis* slepia ir tamsiąją paslaptį: kai kas ją laiko vergijos simboliu, nes praeityje ji buvo naudojama vergams paženklininti kaip bausmė už bandymą pabėgti. Tai vyko Prancūzijos kolonijose visame pasaulyje, todėl ji taip pat asocijuojasi su rasizmu.



Prancūzijos kokarda

Šaltinis: https://www.freepik.com/premium-vector/tricolor-french-cockade-blue-white-red_14053892.htm

Prancūzijos kokarda. Prancūzijos nacionaliniu papuošalu vadinama prancūziškoji kokarda yra iš trispalvės juostelės pagamintas ženklas, dėvimas kepurėje ar atlape. Jo spalvos yra tokios pat kaip Prancūzijos vėliavos: centre – mėlyna, viduryje – balta, o išorėje – raudona. Šios spalvos simbolizuoja tris Prancūzijos visuomenės sluoksnius: dvasininkiją, diduomenę ir liaudį. 1792 m. prancūzų kokarda buvo paskelbta oficialiu Prancūzijos revoliucijos simboliu. Po Antrojo pasaulinio karo kokarda su geltonu apvadu buvo naudojama ant karinių transporto priemonių ir lėktuvų. 1984 m. buvo nuspręsta apvadą pašalinti. Dabar kokarda naudojama ant elitinių uniformų, merų ženklelių, o nacionaliniame grožio konkurse ją dėvi „Mis Prancūzija“.





Pašto ženklas „Mariana“

Šaltinis: <https://avareurgente.com/lt/prancuziski-simboliai-ir-ju-reiksme>

Mariana. Garsus Prancūzijos Respublikos simbolis Mariana (*Marianne*) – ryžtingos ir išdidžios moters, užsidėjusios *Frygijos* kepuraitę, biustas. Ji simbolizuoja paprastų Prancūzijos revoliucijos piliečių prisirišimą prie Respublikos ir reiškia laisvę, brolybę ir lygybę. Nuo 1944 m. „Mariana“ naudojama ant pašto ženklų. Kai ji vaizduojama be Frygijos kepuraitės, ji vadinama „Respublika“. Nacionaline ikona tapusi Mariana simbolizuoja pasipriešinimą monarchijai, demokratijos ir laisvės kovą su bet kokia priespauda. 2024 m. vasaros Paryžiaus olimpinėse ir paralimpinėse žaidynėse *Frygijos* kepuraitė taip pat bus vaizduojama kaip vienas iš pagrindinių oficialios emblemos elementų.



Raudonas gaidys auksiniame lauke – Valonijos herbas

Šaltinis: https://lt.wikipedia.org/wiki/Gaidys_%28simbolis%29



Galijos gaidys. Galijos gaidys yra vienas iš neoficialių Prancūzijos nacionalinių simbolių, taip pat Belgijos prancūzų bendruomenės ir Valonijos regiono simbolis. Revoliucijos metu jis puošė Prancūzijos vėliavas ir tapo prancūzų tautos simboliu. Viduramžiais gaidys buvo plačiai naudojamas kaip religinis simbolis, tikėjimo ir vilties ženklas, o Renesanso laikotarpiu jis pradėtas sieti su naujai besikuriančia prancūzų tauta. Istoriskai Prancūzijos karaliai perėmė šį simbolį, todėl jis tapo drąsos ir narsos simboliu.

Šiandien Galijos gaidį galima pamatyti daugelyje vietų, pavyzdžiui, ant Prancūzijos pašto ženklų, monetų ir prie Eliziejaus rūmų Paryžiuje įėjimo. Jis taip pat pavaizduotas ant kelių Prancūzijos sporto komandų marškinėlių ir olimpinių žaidynių sportininkų marškinėlių.

Valstybės antspaudas. Oficialus Prancūzijos Respublikos antspaudas pirmą kartą nukaldintas 1848 m. Jame pavaizduota Junonos (romėnų deivės) įkvėpta sėdinti Laisvės figūra, laikanti *fasciją* (medinius strypus, surištus virve). Senovės Romoje fascija buvo vienybės ir valdžios simbolis, naudotas vykdant teisingumą. Šalia Laisvės yra urna su raidėmis „SU“, reiškiančiomis visuotinę rinkimų teisę, ir pavaizduotas Galijos gaidys.

Antspaudo reverse pavaizduotas vainikas, sudarytas iš kviečių stiebų, lauro šakelės ir vynmedžio šakelės. Centre yra užrašas „*Au nom du peuple francais*“, reiškiantis „Prancūzijos žmonių vardu“ ir Respublikos šūkis „*Liberte, Egalite, Fraternite*“ („Laisvė, lygybė, brolybė“). Šiandien Prancūzijos didysis antspaudas naudojamas tik oficialiomis progomis, pavyzdžiui, pasirašant Konstituciją ir jos pakeitimus.



Didysis Prancūzijos antspaudas

Šaltiniai: <https://www.lawlessfrench.com/reading/grand-sceau-de-france/>;
https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Great_Seal_of_France.svg





Europinis kukmedis

Šaltiniai: https://lt.wikipedia.org/wiki/Europinis_kukmedis#/media/Vaizdas:Taxus_baccata_tree.jpg;
<https://medeinesparkai.lt/juodalksnis-alnus-glutinosa-2/>

Kukmedis – Prancūzijos nacionalinis medis. Paprastasis kukmedis yra spygliuotis medis, augantis daugelyje Europos vietovių ir auginamas kaip dekoratyvinis. Jis gali užaugti iki 28 metrų, jo žievė plona, žvynuota, nusilupanti mažais žvyneliais. Paprastojo kukmedžio lapai plokšti, tamsiai žali ir nuodingi. Suvalgius ne tik lapų, bet ir bet kurią šio augalo dalį, galima numirti. Kukmedžio mediena yra oranžiškai raudona ir labai vertinama instrumentų gamintojų. Anksčiau ji buvo naudojama baldams ir Viduramžių Anglijos ilgiesiems lankams gaminti. Nulūžusios kukmedžio šakos gali įsišaknyti ir suformuoti naujus kamienus. Dėl šios priežasties kukmedis tapo mirties ir prisikėlimo simboliu. Nors tai nacionalinis Prancūzijos medis, šalyje jų nėra daug (tik 76 kukmedžiai, daugeliui jų – daugiau kaip 300 metų).

Nacionalinis patiekalas *Pot-au-Feu* – tai prancūziškas lėtai virtos mėsos ir daržovių patiekalas, paprastai patiekiamas kaip du patiekalai: pirmiausia sultinys, o paskui mėsa ir daržovės. Patiekalas yra žinomas visoje Prancūzijoje ir turi daug regioninių variantų. *Pot-au-Feu* patiekalas puikiai tinka žvarbiu oru, kai norisi sušilti. Pagal receptą, jautienos nugarinė lėtai ir ilgai (net 6 val.) verdama su žolelėmis ir šakninėmis daržovėmis, kol virsta skaniu sultiniu, ir galima mėgautis sočia vakariene kad ir kiekvieną savaitę.





Pot-au-Feu mėsos troškiny

Šaltinis: <https://www.31daily.com/simple-hearty-french-provencal-pot-au-feu/>

Klafutis (pranc. *Clafoutis*) – tai gardus prancūziškas desertas, gaminamas iš vaisių (dažniausiai vyšnių), kepamų tešloje, patiekiamas apibarstytas cukraus pudra ir su grietinėle. Šis klasikinis prancūziškas desertas kilęs iš Limuzeno regiono Prancūzijoje. Nors tradiciškai gaminamas iš juodųjų vyšnių, dabar yra daugybė jo variantų, kuriems naudojami visų rūšių vaisiai, įskaitant slyvas, kriaušes, spanguoles. XIX a. klafutis paplito visoje Prancūzijoje ir tapo labai populiarus, maždaug tuo metu ir buvo paskelbtas nacionaliniu saldumynu. Ir nors dabar yra gausybė jo variantų, keptas pagal tradicinį receptą, klafutis vis dar labai mėgstamas daugelio žmonių.



Prancūziškas desertas klafutis (*Clafoutis*)

Šaltinis: <https://www.happyfoodstube.com/mini-cherry-clafoutis/>



Įdomiausios Prancūzijos vietos

Prancūzija – nuostabi šalis. Vien Prancūzijos sostinė turi tikrai labai daug įvairiausių lankytinų objektų. Kiekvienas miestas spinduliuoja savitu žavesiu, bet išlaiko ir regionui būdingus bruožus. Paminėsime pačias pagrindines, dažniausiai lankomas ir daugiausia dėmesio sulaukiančias vietas, tačiau kiekvienas, apsilankęs šioje šalyje, susiras tokias, kokios jam labiausiai patinka! Paryžius tikrai turi kuo didžiuotis ir patraukti turistų dėmesį.



Eifelio bokštas

Šaltinis: <https://holidayclub.lt/eifelio-bokstas-istorija-bilietu-kainos-darbo-laikas-ir-patarimai/>

Eifelio bokštas

Vienas ryškiausių Prancūzijos statinių. **Eifelio bokštas** – ne tik Paryžiaus, bet ir visos Prancūzijos simbolis. Jo aukštis yra net 324 metrai. Statytas dar XIX a., jis išliko iki šių dienų ir dažnai vadinamas meilės simboliu. Pasikėlus į pačią viršūnę, stebėsite pribloškiančią Paryžiaus panoramą.





Dievo motinos katedra

Šaltinis: <https://www.notredamedeparis.fr/>

Dievo Motinos katedra

Dievo Motinos katedra yra vienas gražiausių religinių objektų visoje Prancūzijoje, ankstyvosios gotikos architektūros paminklas Senos upės saloje. Tai Viduramžių statinys, simbolizuojantis krikščionybės atėjimą į Europą. Jos istorija prasidėjo prieš devynis šimtus metų – pradėta statyti 1163 m., atidaryta 1345 m., tad objektas pelnytai gavo architektūrinio paveldo statusą.

Centre esančią Dievo Motinos figūrą supa Senojo Testamento personažai. Paryžiaus katedrą puošia ypatingos formos lietvamzdžiai, vaizduojantys chimeras. Katedra išsiskiria ant stogo esančiomis varinėmis statulomis, vaizduojančiomis 12 apaštalų ir 4 Naujojo Testamento evangelistus (šiuo metu statulos restauruojamos). Šis statinys įkvėpė ne vieną rašytoją, filmų kūrėją ir yra paminėtas ne viename kūrinyje (pvz., Viktoro Hugo romane „Paryžiaus katedra“, pasakoje vaikams ir animaciniame filme „Paryžiaus katedros kuprius“). Po gaisro, kilusio 2019 m., katedra restauruojama ir bus atidaryta lankytojams 2024 m.





Triumfo arka

Šaltinis: https://lt.advisor.travel/poi/Paryziaus-Triumfo-arka-810#google_vignette

Triumfo arka

Tai dar vienas Paryžiaus simbolis, skirtas Napoleono Bonaparto Didžiosios armijos pergalems įamžinti. Triumfo arka stovi Šarlio de Golio aikštėje (anksčiau vadintoje *Žvaigždės* aikšte). Aukštis – 49,5 m, plotis – 45 m. Yra galimybė užlipti į arkos apžvalgos aikštelę.

Ant arkos sienų iškalta 128 mūšių, kuriuos laimėjo Prancūzijos kariuomenė, vietos, įrašytos 660-ies garsiausių prancūzų karvedžių pavardės.



Eliziejaus laukai

Šaltinis: https://lt.wikipedia.org/wiki/Eliziejaus_lauk%C5%B3_al%C4%97ja



Eliziejaus laukai yra pati garsiausia ir gražiausia Paryžiaus gatvė, kurią supa nuostabi gamta, restoranai, kavinės ir prabangios parduotuvės. Ši prestižinė Paryžiaus alėja, viena iš įžymiausių pasaulyje. Jos pavadinimas kilęs iš graikų mitologijos vietos – Eliziejaus, skirtos palaimintoms sieloms (graikų mitologijoje Eliziejaus laukai – tai rojus, skirtas didvyriams, kuriems dievai suteikia nemirtingumą).

Kasmet liepos 14 d. – Prancūzijos Nepriklausomybės dieną – karinis paradas eina Eliziejaus laukais nuo Triumfo arkos iki Santarvės aikštės.



Luvras

Šaltinis: <https://www.delfi.lt/kultura/naujienos/luvras-pradejo-eksponuoti-visa-savo-kolekcija-internete-86803003>

Luvras yra vienas žymiausių pasaulio muziejų ir, be abejo, pats garsiausias Prancūzijos muziejus, įsikūręs Luvro rūmuose. Kaip tvirtovė, šie rūmai pastatyti XII a. pabaigoje. 1793 m. čia atidarytas muziejus su 537 paveikslų ekspozicija.

1989 m. Luvro muziejaus Napoleono kieme pastatyta stiklinė piramidė yra modernios architektūros pavyzdys, ji darniai papildo Luvro ansamblio visumą, Piramidė tapo pagrindiniu įėjimu į muziejų ir dar vienu Paryžiaus simboliu.





Versalio rūmai

Šaltinis: <https://www.delfi.lt/keliones/per-europa/nuo-siol-galesite-pernakvoti-versalio-rumuose-garsiuju-rumu-teritorijoje-duris-atveria-viesbutis-87535459>

Versalio rūmai

Galantiškieji **Versalio rūmai** pasitinka išpuoselėta aplinka, ore tvyrančia elegancija. Pati pilis priskiriama vienai didžiausių pasaulyje. Rūmų interjerą sudaro: didieji karaliaus ir karalienės apartamentai, karalių koplyčia, veidrodžių galerija, karo ir taikos salonai. Šių rūmų interjerą puošia vertingi paveikslai, bronzinės ir marmurinės skulptūros, baldai iš brangiausių medžių rūšių. Rūmai žavi peizažo grožiu ir sutraukia minias lankytojų.



Lurdas

Šaltinis: <https://img.lapresse.ca/924x615/201211/17/612206-grotte-massabielle-lourdes-vierge-serait.jpg>



Lurdas

Tai žymus piligrimystės centras nuo XIX amžiaus. 1858 m. **Lurdo vietovėje 14-metei sergančiai merginai Bernadetai** apsireiškė Mergelė Marija. Minint šį įvykį, daugelyje katalikiškų kraštų gimė tradicija įvykusį stebuklą įamžinti imituotose grotose, vadinamose Lurdais. Bernadeta tapo vienuole. Gavusi sesers Marijos Bernadetos vardą, ji iki ankstyvos mirties 1879 m. tarnavo Šv. Gildardo vienuolyne Nevere, ypač daug laiko ir jėgų skirdama ligonių slaugai.



Luaros slėnis

Šaltinis: <https://www.guliveriokeliones.lt/keliones-lektuvu/kelione/prancuzija-luaros-slenis>

Luaros slėnis

Luaros slėnis, primenantis pasakų karalystę, garsėja pastatytomis pilimis, kurių daugelis įrašytos į UNESCO globojamų objektų sąrašą kaip pasaulio paveldas. Iš viso prie Luaros upės ir jos intake yra apie 400 pilių kompleksų. Tai vienas labiausiai lankomų Prancūzijos turizmo objektų.



Grande Randonnee

Šis maršrutas yra skirtas specialiai aktyvaus laisvalaikio mylėtojams. Žygiams pėsčiomis maršruto ilgis siekia net 180 km. Ėjimas dažniausiai būna meditacinis, galima atsipalaiduoti ir kartu grožėtis apylinkėmis, puikiu kraštovaizdžiu. Kelionė tampa tikrai labai įsimintina.



Grosgloknerio kalnas

Šaltinis: https://www.aplankyti.lt/didysis-alpiu-kelias-arba-grosgloknerio-alpiu-kelias/#google_vignette

Didysis Alpių kelias, dar vadinamas **Grosgloknerio Alpių keliu**, yra, ko gero, gražiausias maršrutas, kurį galima pamatyti važiuojant automobiliu.

Alpių kelio maršrutas

Alpių kelio ilgis siekia net 700 km. Tai nuostabi atkarpa su unikaliu kalnų reljefo reginiu, kurio neišvysite niekur kitur. Didžiųjų Alpių kelias yra viena įsimintiniausių vietų Prancūzijoje. Važiuojant automobiliu, galima grožėtis magiškais vaizdais. Kalnų viršūnės siekia dangų ir atrodo išpūdingai.





Ansi miestas

Šaltinis: <https://www.ourescapeclause.com/things-to-do-in-annecy-france/>

Ansi

Ansi (pranc. *Annecy*) **miestas** yra nuostabi vietovė Prancūzijos pietryčiuose, kalnų papėdėje, prie Ansi (*Annecy*) ežero. Joje stovi dar XIV a. pastatyta pilis, o išsiraizgę kanalai primena Veneciją. Miestelyje yra kelios XV–XVII a. pastatytos bažnyčios, vėlyvosios gotikos katedra (XVI a.), dvi pilys (XII a. ir XVI a.), vyskupų rūmai (XVIII a.).



Klodo Monė namai Živerni (*Giverny*) miestelyje

Nuotrauka Ariane Cauderlier. <https://giverny.org/gardens/fcm/visitgb.htm>



Živerni

Idiliškoji **Živerni** (*Giverny*) **gyvenvietė** vadinama impresionizmo lopšiu, o tam įtakos turėjo žymusis menininkas Klodas Monė (*Claude Monet*), kaip palikimą palikęs ir dėmesį patraukiantį sodą su vandens lelijomis, bambukų giraitėmis, japoniško stiliaus tilteliais.



Sen Mišelio kalnas

Nuotrauka iš: <https://www.vle.lt/straipsnis/mont-saint-michel/>

Sen Mišelio kalnas

Sen Mišelio kalnas (pranc. *Mont-Saint-Michel*) – uolėta, beveik apvalios formos salelė prie Sen Mišelio kalno įlankos tarp Bretanės ir Normandijos (Šiaurės Prancūzija). Esant dideliam potvyniui, kalnas tampa sala, todėl jis niekada nebuvo užkariautas. Su žemynu potvynio metu ją jungia tik siauras pylimas.

Ant granitinio kalno viršūnės buvo pastatytos keturios kriptos, ant jų – bažnyčia. Šis originalus statinys baigtas 966 metais. Tai nuo seno piligrimų lankoma vieta. Ilgainiui jis tapo per mažas piligrimams, todėl XI a. buvo pastatyta abatija, kuri stovi iki šiol. Šis architektūros perlas – garsus senovinis gotikinio stiliaus benediktinų vienuolynas. Saloje yra Viduramžių sienos ir bokštai. Išorinėms vienuolyno sienoms būdingi karinės tvirtovės ir paprasto religinio pastato bruožai. Kaimelyje išlikę pastatų nuo XV a.





Ardešo tarpeklis

Šaltinis: <https://lt.avtotachki.com/top-5-mest-dlya-kataniya-na-enduro/>

Ardešo tarpeklis

Tai vieta, pasižyminti uolų gausa. Pačių įvairiausių formų, dydžių ir spalvų uolos atrodo labai įspūdingai. Tai natūraliai susiformavęs darinys, stebinantis uolų įvairove visoje teritorijoje. Šis fantastiško grožio tarpeklis – gamtos fenomenas – atima žadą ir nepalieka abejingų.



Bonifaco miestas

Šaltinis: <https://www.corse-nautic-escape.com/visiter-bonifacio/>



Bonifacas

Tai nuostabus miestas, įsikūręs ant jūros skardžio, kas suteikia jam daugiausia išskirtinumo ir elegancijos. Akį labiausiai traukia autentiškas Bonifaco senamiestis, atrodantis labai įspūdingai.



Disneilendas

Šaltinis: <https://www.lrt.lt/naujienos/gyvenimas/13/1928092/patirti-disneilenda-suaugus-taip-patustino-pinigine-kad-peliukas-mikis-jau-atrode-it-koks-george-as-clooney>

Disneilendas

Magišką dieną visai šeimai dovanoja žymusis **Disneilendas**. Jame sutiksite visus Disnėjaus personažus, puikiai atpažįstamus tiek vaikams, tiek ir jų tėvams. Norint išbandyti visas siūlomas pramogas, atrakcionų parkus, prireiks nemažai laiko, bet išpūdžius norėsis prisiminti ilgai.

„Asterikso“ pramogų parkas

Pramogų parkas „Asteriksas“ laukia visų, kurie nori labai smagiai praleisti laiką. Tai tikrai nėra vieta, skirta tik vaikams, kadangi ir suaugusieji čia gali rasti labai daug įvairiausių pramogų, kurios leis smagiai praleisti laiką ir kartu aktyviai pajudėti. Atskiros zonos suskirstytos pagal pramogas, kurios neleis nuobodžiauti.



Prancūzijos gamta

Krantai

Prancūzijos žemyninės dalies krantų linijos ilgis 3 427 km, krantus skalauja Atlanto vandenynas ir Viduržemio jūra. Prancūzijai priklausančios Korsikos salos krantų ilgis – apie 1 000 kilometrų.

Didžiausi Prancūzijos pusiasaliai:

- Bretanės,
- Kotanteno (pranc. *Cotentin*).

Didžiausios įlankos:

- Biskajos,
- Sen Malo (pranc. *Saint-Malo*),
- Senos įlanka (Atlanto vandenynas),
- Liono įlanka (Viduržemio jūra).



Prancūzijos Žydroji pakrantė

© Shutterstock

Kalnai

- Centrinis Masyvas,
- Morvano masyvas,
- Sevenų kalnai,



- Vogėzų kalnai,
- Juros kalnai.

Korsikos sala kalnuota (didžiausias aukštis 2 710 m, Monte Činto kalnas), yra urvų, rytinėje salos pakrantėje plyti pajūrio žemuma.



Centrinis Masyvas (*Puy se Sansy* masyvas)

© Shutterstock

Aukščiausias kalnas Prancūzijoje – **Monblanas** (pranc. *Mont Blanc* – *Baltasis kalnas*), esantis Alpėse. Tai aukščiausias kalnas visoje Vakarų Europoje. Jo aukštis 4 810,45 m (kitais duomenimis, 4 808 m). Įdomu, kad jo aukštis kinta dėl erozijos, sniego dangos storio kitimo, tektoninių procesų. Monblanas stūkso dviejose valstybėse – Prancūzijoje ir Italijoje.



Monblanas

© Shutterstock



Klimatas

Didesnėje Prancūzijos dalyje dėl Atlanto vandenyno įtakos vyrauja vidutinių platumų jūrinis klimatas, šiaurės rytuose ir rytuose bei Centrinio Masyvo vidurinėje dalyje – pereinamasis į žemyninį.

Visose lygumų dalyse žiema švelni (apie 0 °C), nuolatinė sniego danga nesusidaro, upės neužšąla. Sausio vidutinė temperatūra – nuo 6–7 °C (pietvakariuose) iki 0–2 °C (šiaurės rytuose). Vasara šilta, šiek tiek vėsesnė šiaurės vakaruose (17–21 °C). Centrinio Masyvo ir Vogėzų kalnuose sausio vidutinė temperatūra – 2, liepos – 14 °C, sniegas laikosi apie 3 mėnesius.

Vertikalusis zoniškumas

Alpių ir Pirėnų kalnuose ryškus klimato **vertikalusis zoniškumas**. Alpėse sniegas laikosi 7–8 mėn. (daugiau kaip 2 000 m aukštyje). Sausio vidutinė temperatūra – nuo 6 °C (papėdėje) iki –10 °C (2 500 m aukštyje), įdubose ir slėniuose nukrinta iki –20 °C, liepos vidutinė temperatūra – nuo 5 (2 500 m aukštyje) iki 20 °C (papėdėje). Prancūzijos pietryčiuose prie Viduržemio jūros (ir Korsikoje) vyrauja švelnus Viduržemio jūros klimatas. Korsikos salos kalnuose apie 6 mėn. laikosi sniegas.

Vėjai

Ronos slėnyje šiltas Viduržemio jūros oras juda į šiaurę, o žiemą šaltas alpinis – į pietus. Pučia šalti – **mistralis** (Ronos slėnyje), **tramontana** (Languedoco-Roussillono regione) ir šilti – **fenas, sirokas** – vėjai.

Žemumos

- Luaros žemuma,
- Garonos žemumos,
- Flandrijos žemuma,
- Reino žemuma,
- Languedoco žemum.

Žemumos dažniausiai plyti prie upių.

Didžiausios upės

- Luara,
- Sena,
- Garona,



- Rona,
- Masoas,
- Mozelios,
- Reinas.

Upėse daug laivybos kanalų.

Ežerų Prancūzijoje nedaug. Didžiausi ir giliausi yra Alpėse (pvz., tektoninės-ledyninės kilmės ežeras).

Augaliija

Didžiojoje Prancūzijos dalyje auga **plačialapių miškai**, kuriuose vyrauja paprastieji ir bekočiai ąžuolai, paprastieji bukai, plačialapės ir mažalapės liepos, platanapiai ir paprastieji klevai, valgomieji kaštainiai ir kiti plačialapiai medžiai. Miškai užima apie 29 % Prancūzijos teritorijos (2008 m.), tačiau vyrauja sodinti miškai.

Kalnuose paplitę **spygliuočiai ir mišrieji miškai**. Juose vyrauja paprastosios eglės, europiniai kėniai, europiniai maumedžiai, paprastosios ir juodosios pušys.

Spygliuočių ir mišrieji miškai paplitę kalnuose (700–1 900 m virš jūros lygio). Aukščiau prasideda krūmynai, alpinės pievos.

Pietinei Prancūzijos daliai, prie Viduržemio jūros, būdingi **visžalių kietalapių medžių retmiškiai** (akmeninių ir kamštinių ąžuolų, europinių alyvmedžių, kilniųjų lauramedžių ir kitų) ir krūmynai.

Gyvūnija

Fauna tipiška Vakarų Europai. Prancūzijoje veisiasi 93 rūšių žinduoliai, iš jų 18 rūšių priskiriamos nykstančioms. Saugomose teritorijose ir miškuose gyvena **taurieji elniai**, stirnos, šernai, **danieliai** (aptinkami retai).

Alpėse veisiasi **gemzės, kalniniai ožiai, alpiniai švilpikai, snieginiai pelėnai**. Laukuose ir miškuose gyvena įvairių rūšių smulkieji graužikai (pelės, **miegapelės**, voverės), kirstukai, ežiai, šikšnosparniai, pilkieji kiškiai, laukiniai triušiai; plėšrūnai – rudosios lapės, **paprastosios genetos ir vilpišiai**.





Alpiniai ožiai © Shutterstock

Retesni žinduoliai: barsukai, ūdros, upiniai bebrai, **rudieji lokiai, lūšys.**

Gausu paukščių (peri 283 rūšys), Prancūzijoje žiemoja daugelis Šiaurės ir Vidurio Europos paukščių; per Prancūziją skrenda Afrikoje žiemojantys paukščiai. Būdingi: karveliai, kurapkos, **slankos**, strazdai, šarkos, žvirbliai, **raudonkojai keklikai**, pietuose – **flamingai**, Alpėse – **tundrinės žvyrės, baltapilviai alpiniai čiurliai.**

32 rūšių ropliai (iš nuodingųjų aptinkama angių), 39 rūšių varliagyviai. Gausu bestuburių (vabzdžių daugiau kaip 35 000 rūšių), pietinėje ir pietrytinėje dalyje yra **skorpionų.**

Upių žiotyse, Atlanto vandenyne ir Viduržemio jūroje gausu įvairių rūšių žuvų, **krabų, krevečių, moliuskų.**

Gyvajai gamtai didžiausią grėsmę kelia miškų kirtimas ir gaisrai, erozija, upių vandens tarša, rūgštieji lietūs, naftos išsiliejimai prie jūros krantų.

Prancūzijoje yra 10 nacionalinių parkų:

1. Ekrėno (pranc. *Parc National des Écrins*), Alpėse;
2. Merkantūro (pranc. *Mercantour*);
3. Vanuāzo (pranc. *Vanoise*), Alpėse;
4. Sevenų, Centriniam masyve;
5. Pirėnų, Pirėnų kalnuose;
6. Kalankų (pranc. *de Calanques*), Ronos deltoje;
7. Por Kro (pranc. *Port-Cros*) salos, Viduržemio jūroje.



Kiti nacionaliniai parkai yra Prancūzijos valdose (Prancūzijos Gvianoje, Reunjone, Gvadelupoje).



Por Kro (pranc. *Port-Cros*) nacionalinis parkas

Šaltinis: <https://media.lrytas.lt/images/2017/07/03/140651472-52dc7e1e-4916-492c-8335-46d0baf437dd.jpg>

UNESCO pasaulio paveldas

Į UNESCO Pasaulio paveldo vertybių sąrašą įtraukti šie gamtos objektai:

- Porto įlanka ir Skandolos (*Scandola*) pusiasalis (jame yra gamtos rezervatas, Korsikos saloje; 1983);
- Mont Perdu (*Monte Perdido*) masyvas (Pirėnų nacionaliniame parke; 1997, dalis Ispanijoje);
- Naujosios Kaledonijos salos lagūnos (2008);
- Reunjono (*Reunión*) salos ugnikalniai ir cirkai (apvali ar puslankio formos dauba) (2010);
- *Chaîne des Puys* vulkaninių kraterių grandinė (Centrinis Masyvas; 2018);
- Prancūzijos reliktiniai bukų miškai – tarpvalstybinės saugomos teritorijos (Karpatų ir kitų Europos regionų pirmųjų bukų miškų) dalis (2021).

Saugomos teritorijos užima apie 26,34 % Prancūzijos ploto.





Kalankų nacionalinis parkas

Šaltinis: <https://lh3.googleusercontent.com/p/AF1QipPAo-fRvXJYe9nQeOgWpyPIcuODNwKO1nz1H31s=s680-w680-h510>



Merkantūro nacionalinis parkas

© Shutterstock. Šaltinis: <https://lh3.googleusercontent.com/p/AF1QipPjI8-dQETpz0DjuEGxvjexBA01Uh0qbAiyXKSc=s680-w680-h510>



Prancūzijos istorija: ar žinote, kad...

Istorinis kontekstas itin svarbus, norint geriau suprasti Prancūzijos kultūrą, politiką ir visuomenę. Istoriniai laikotarpiai ir svarbiausi jų įvykiai leidžia suvokti, kaip keitėsi Prancūzija per įvairius amžius, kitomis spalvomis nušviečia istorinius objektus. Prancūzijos istorija ilga ir sudėtinga, todėl šiame poskyryje pristatysime tik keletą pačių įdomiausių istorinių faktų, kad paskatintume jus domėtis, ieškoti ir atrasti.

Ar žinote, kad Prancūzijoje yra vieni seniausių urvų piešinių?

Prancūzijoje randama daugybė pirmųjų žmonių gyvenimo įrodymų. Archeologiniai duomenys rodo pirmuosius žmones čia gyvenus prieš 100 000 metų. Žymiausi ikiistorinių kultūrų paminklai rasti Bretanėje, Luaros upės slėnyje, Paryžiaus apylinkėse, Šampanėje. **Šovė oloje** Pietų Prancūzijoje rasti geriausiai pasaulyje išsilaikę piešiniai iš paleolito laikotarpio (nupiešti prieš 37–33 tūkstančius metų). **Lasko urve** – gyvūnų piešiniai, nupiešti prieš 17 tūkstančių metų, žymiausi pavaizduoti vadinamojoje Taurų salėje.



Paleolito piešiniai Lasko urve Vezero (*Vézère*) slėnyje (Pietų Prancūzija)

© Shutterstock



Ar žinote, iš kur kilęs Provanso pavadinimas?

Viduržemio jūros pakrantes užkariavo graikai. VII a. pr. Kr. jie įkūrė Masalijos koloniją (dabar Marselis), iš kurios per Ronos upės slėnį prekiaavo su krašto gilumos gyventojais ir labai paveikė jų kultūrą. II a. pr. Kr. Masalija kovai su priešiška vietos keltų ir ligūrų genčių sąjunga pasitelkė romėnus, kuriems rūpėjo kelio į Ispaniją saugumas. Romėnai keltus ir ligūrus sumušė ir 121 m. pr. Kr. teritorijoje tarp Ženevos ežero ir Viduržemio jūros įkūrė savo pirmąją kitapus Alpių *provinciją* (iš šio žodžio ir kilo istorinio regiono **Provanso** pavadinimas). Netrukus ją pradėjo puldinėti germaniškos gentys, o 58–51 m. pr. Kr. nukariavo Julijus Cezaris.



Levandų laukas Provanso regione

Nuotrauka A. Hafemann / Getty Images. Šaltinis: <https://www.travelandleisure.com/best-places-to-visit-in-south-of-france-7488163>

Ar žinote, iš kokio žodžio kilęs Paryžiaus pavadinimas?

Dėl nuolatinių vidaus nesutarimų galai negalėjo pasipriešinti romėnams, todėl nukariautoje teritorijoje romėnai įkūrė provincijas (dab. Lionas). Romos kariai kūrė kolonijas, pavyzdžiui, Arelatą (dab. Arlis, pranc. *Arles*). Kitur tokių kolonijų buvo mažiau, administraciniais ir ūkio centrais tapo senieji galų miestai, pavyzdžiui, Parizijų Lutecija (dab. Paryžius).



Ar žinote, kad Koliziejų galima pamatyti ir Prancūzijoje, ne tik Romoje?

Dėl romėnų užkariavimo ir šiandieninėje Prancūzijoje (ypač pietinėje dalyje) galima aptikti romėnų kultūros pėdsakų (pastatytų forumų, romėniškų pirčių, amfiteatrų, akvedukų). Užkariavus romėnams, buvo nutiesti keliai. Kaimo vietovėse stiprėjo romėniškojo pavyzdžio vilos. Administravimo ir švietimo sferoje vartota lotynų kalba, galų (keltų) kalba sparčiai nyko. Apie 10 mln. žmonių gyvenamas kraštas klestėjo (bent jau jo diduomenė), čia susikūrė savita visuomenė ir kultūra.



Romėnų amfiteatras Arlyje (*Arles*, Provansas)

© Shutterstock. Šaltinis [https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/0/03/Arles - 2017-05-24 - Roman Amphitheatre - 3804.jpg](https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/0/03/Arles_-_2017-05-24_-_Roman_Amphitheatre_-_3804.jpg)



Romėnų akvedukas prie Nimo (*Nîmes*, Pietų Prancūzija)

© Shutterstock. Šaltinis: <https://www.jw.org/lt/biblioteka/zurnalai/g201411/akvedukai-romenu-inzinerija/>



235 m. po Kr., mirus paskutiniam Romos imperatoriui, atėjo anarchijos laikai. Krizę gilino vergų trūkumas, epidemijos, infliacija. Valdžios silpnumu pasinaudojo germanai, 260–276 m. Galiją nuniokojo frankų gentys. Miestuose imtos statyti tvirtovės.

Ar žinote, kada Prancūzijoje paplito krikščionybė?

III a. antroje pusėje pradėjo plisti krikščionybė, kūrėsi vyskupijos ir vienuolynai. Romos kariuomenei atsitraukus, atsikėlė gyventi germanai, į vakarus nuo Reino apsigyveno frankai, burgundai, Akvitanijoje – vestgotai. 451 m. germanai, romėnai ir galai susivienijo, kad atremtų Atilos vadovaujamų hunų antplūdį. Iki 476 m. vestgotai apsigyveno Apeninų pusiasalyje ir Galijos pietinėje dalyje.

Ar žinote, kas yra Galija?

Apie 800 m. pr. Kr. iš Alpių kalnų regiono į dabartinę Prancūzijos teritoriją atsikėlė *keltai* (vėliau romėnų vadinti *galais*).

Senovės Romoje terminu *Galija* buvo vadinta teritorija, kurioje dabar yra Prancūzija ir šiaurinė Italija. Tai buvo galų (keltais vadinamų tautų) gyvenama teritorija. Julijus Cezaris galus mini savo karo žygių aprašyme „Užrašai apie galų karą“ ("Commentari de Bello Gallico").

Ar žinote, kad Viduramžiais valdė Merovingų ir Karolingų dinastijos?

Prancūzijos istorija prasideda Frankų karalystės įkūrimu. Merovingų ir Karolingų dinastijų karaliai buvo ankstyvieji Frankų valdovai, valdę Prancūziją Viduramžiais (V–XV a.). Karalių valdžia buvo paveldima.

V a. ėmė klostytis kitokie, labiau frankų visuomenės tradicijomis paremti socialiniai ryšiai: laisvi žmonės prisiekdavo asmeninę ištikimybę stipresniam didikui, mainais už naudojimąsi žeme atlikdavo didiko pavedimus darbus. Frankai, kaip ir galai bei romėnai, išpažino krikščionybę.

Naujosios aristokratijos prestižo simboliais tapo stambioji žemės nuosavybė bei tarnyba karaliui ir Bažnyčiai, kuri palaikė Frankų valstybės vienybę. Paskutiniai Merovingų dinastijos atstovai buvo silpni valdovai.

Kai į Provansą 732 m. įsiveržė musulmonai, jų puolimas buvo atremtas. Karalius Pipinas Trumpasis su popiežiaus pritarimu 751 m. nuvertė paskutinį Merovingų karalių ir pasiskelbė visų frankų valdovu.





Karloio Didžiojo vainikavimas

© Getty Images. Šaltinis: J. Fouquet miniatiūra iš *Didžiųjų Prancūzijos kronikų*, apie 1455–1460.

Naujųjų valdovų **Karolingų** dinastija taip pavadinta, remiantis žymiausio karaliaus Karolio Didžiojo vardu. Naujosios Karolingų dinastijos įkūrimas žymėjo galingą Frankų imperijos plėtrą ir sąjungą su popiežiumi.

Tačiau po Karolio Didžiojo mirties (814 m.) imperija susilpnėjo. Paskutiniai Karolingų dinastijos karaliai nesugebėjo garantuoti tvarkos. Stiprėjo vietinių kunigaikščių įtaka. Šalį niokojo vikingai, vengrai ir įsiveržėliai iš kitų kraštų (arabų piratai iš Ispanijos, Šiaurės Afrikos).

911 m. Karolis III Naivusis net atidavė Normandijos teritoriją vikingams. Įsivyravo feodalinė sistema, sustiprėjo didikų įtaka, mažėjo laisvųjų valstiečių.

987 m. nuo karaliaus Hiugo I Kapeto prasidėjo **Kapetingų** dinastija. Šiuo laikotarpiu Prancūzija stiprėjo ekonomiškai. Mažėjo pavojingų ligų, daugėjo gyventojų, įsikūrė daug naujų kaimų. Žemės ūkyje išplito pakinktai, buvo geriau naudojama arklio jėga, daugėjo javais apsėtų plotų. Dėl to plito vėjo malūnai, daugumos gyventojų kasdieniu maistu tapo duona.



Naujosios Prancūzijos kūrimuisi daug įtakos turėjo miestų atgimimas, jie plėtėsi, augo gyventojų skaičius. Miestuose augo amatininkų ir pirklių sluoksnis, o Flandrija (kaip ir Venecija) tapo svarbiu jūrinės prekybos centru, garsėjo Šampanės mugės.

Ar žinote, kokie du Viduramžių įvykiai turėjo didžiausią įtaką dabartinei Prancūzijai?

Didžiausią įtaką dabartinės Prancūzijos ateičiai turėjo du įvykiai: Normandijos kunigaikščio Vilhelmo I Užkariautojo 1066 m. žygis į **Angliją** ir jos **užkariavimas**. Normandijos kunigaikščiai pasiskelbė Anglijos karaliais ir pradėjo **kryžiaus žygius į Palestinos regioną**. 1071 m. Jeruzalė atiteko tiurkams seldžiukams. Noras juos išvyti tapo viena svarbiausių kryžiaus žygių priežasčių, nes tiurkai uždarė kelius lankyti piligrimams Šventajame mieste. Pirmasis kryžiaus žygis iš esmės buvo Prancūzijos karinė operacija. Jos pasekmė – įkurta Jeruzalės karalystė, su šiais kraštais stiprėjo Prancūzijos prekybiniai ryšiai.



Kryžininkai užima Jeruzalę (XIV a. miniatiūra)

© Getty Images



Valdant Liudvikui IX (1226–1270), Prancūzija tapo nacionaline monarchija. Valstybės administravimas tapo biurokratinis (nebepanašus į didelio dvaro valdymą), mokesčiai – nuolatiniai. Buvo uždrausti privatūs feodalų karai, ribojamas regioninių pinigų kaldinimas.

Ar žinote, kad Romos popiežiaus dvaras buvo... ne Romoje?

Daugelis istorikų paskutiniu didžiu Kapetingu laiko Pilypą IV Gražųjį (valdė 1285–1314 m.). Jis dar labiau sustiprino karaliaus valdžią. Karaliaus išdo ir politikos poreikiams buvo verčiami paklusti vyskupai, didikai, miestai. Iš šalies išvyti žydai, vykdytos represijos prieš Tamplierių ordiną; karalius pasisavino jų turtą. Dėl Pilypo IV Gražiojo įtakos 1305 m. popiežiumi buvo išrinktas Prancūzijos atstovas (popiežius Klemensas V), kuris popiežiaus dvarą perkėlė į Avinjoną. Ir šiandien Avinjono mieste stovi puikūs popiežiaus rūmai.



Avinjonas. Tiltas per Ronos upę, pastatytas 1185 m., jungė Prancūziją su Popiežiaus valstybe
Šaltinis: <http://turizmobaze.lt/keliones-europa/avinjonas.html>



Ar žinote, kada vyko Šimtametis karas?

Šimtametis karas yra terminas, dažnai vartojamas kalbant apie konfliktą tarp **Prancūzijos** ir **Anglijos**. Karas vyko nuo 1337 m. iki 1453 m. Tai buvo vienas ilgiausių ir sudėtingiausių karų Viduramžių Europoje.

XIV a. Anglijos ir Prancūzijos valdantieji sluoksniai tapo panašūs – kalbėjo ta pačia prancūzų kalba, dvaruose vyravo panašios prancūziškos tradicijos.

Pagrindinė priežastis buvo abiejų valstybių siekis gauti teisę į Prancūzijos karalystę. Abi šalys turėjo giminystės ryšius su Kapetų dinastija, ir kilo klausimas, kuri giminė turėtų vyrauti. Anglijos karaliai teigė turį teisę į Prancūzijos sostą, nes esą tiesioginės linijos palikuonys iš Kapetų giminės. Anglijos karalius Eduardas III atsisakė ištikimybės Prancūzijos karaliui ir 1337 m. pats pareiškė pretenzijas į Prancūzijos sostą. Įsiplieskė ilgalaikis konfliktas, vėliau pavadintas Šimtamečiu karu.

Karą lėmė ir įvairios ekonominės bei socialinės priežastys, įskaitant prekybos interesus ir konkurenciją dėl kontrolės įvairiose Europos dalyse. Karas sutapo su XIV a. 4-ajame dešimtmetyje kilusia ūkio krize. Dėl kelių iš eilės nederlingų metų ir maro epidemijų (išmirė apie trečdalis Prancūzijos gyventojų) sutriko žemės ūkio darbai, prekyba ir pinigų apyvarta. Italijos pirkliai pasirinko naujus kelius Anglijos vilnai įsivežti (Reino upe, jūra iš Flandrijos į Genują), Šampanės mugės prarado ankstesnę svarbą. Karas taip pat buvo susijęs su teritoriniais reikalavimais ir siekiu užsitikrinti valdžią tam tikrose Prancūzijos provincijose, tokiose kaip Normandija, Akvitanija.

Po ilgo ir kruvino karo prancūzai Šimtametį karą laimėjo. Krizė ir 1453 m. pasibaigęs karas nualino šalį, bet ji išliko viena galingiausių Europoje.

Karo lauke stovi dvi kariuomenės.

– Ponai, šaukite pirmieji, – maloniai pasiūlo Prancūzijos leitenantas.

– Ne, ponai, jūs šaukite pirmieji, – nesutinka anglai.

– Ką jūs, šaukite, – nenusileidžia prancūzas.

– Ne, jūs pirmieji, – prieštarauja anglai.

– Ponai, o gal vis dėlto šaukite? – tvirtai laikosi prancūzų leitenantas.

– Ne, gerbiamieji, negali būti nė kalbos. Jūs pirmi šaukite, – savo tęsia anglai...

Ėjo 86-ieji Šimtamečio karo metai...

(Citata iš knygos: Kandrotas, V. *Pažink Prancūziją: keliauk, ragauk, patirk.* Terra Publica, 2019.)





Puatjé mūšis, 1356 m.

Loyset Liédet miniatiūra. Šaltinis: J. Froissart. *Prancūzijos kronikos, 1470–1480*. Prancūzijos nacionalinė biblioteka

Ar žinote, kas buvo Žana d'Ark?

Žana d'Ark (dar vadinama Orleano mergele) – prancūzų nacionalinė didvyrė, Katalikų bažnyčios šventoji.

Jauna 16 metų mergina, kilusi iš valstiečių šeimos, išgirdo Dievo balsą ir, paveikta mistinių vizijų, nusprendė, kad jos misija – išvaduoti Prancūziją iš šimtametės anglų okupacijos. Ji nuvyko pas sosto įpėdinį – dofiną Karolį – ir įtikino duoti jai nedidelį karių pulką. 1429 m. balandžio 29 d. prancūzų kariai, vadovaujami Žanos d'Ark, išvadavo anglų apsuptyje laikomą Orleaną, o vėliau perėmė keletą kitų miestų ir laimėjo mūšį prie Patė miesto. Tai atnešė Žanai d'Ark didelę šlovę. Žana buvo pakviesta dalyvauti karūnuojant Prancūzijos karalių Karolį VII. Orleano išvadavimas buvo vienas iš svarbiausių Šimtamečio karo įvykių.



Tačiau Žanos d'Ark likimas tragiškas – ji buvo paimta į nelaisvę ir įkalinta. Bažnytinės inkvizicijos teismas ją apkaltino erezija, burtais, net paleistuvyste ir puikybe. Karalius nuo jos nusisuko.

Žana d'Ark buvo perduota pasaulietiniam teismui, kuris už raganavimą ją nuteisė mirties bausme ir 1431 m. gegužės 30 d. sudegino gyvą ant laužo Ruano turgaus aikštėje.

Nepaisant tragiško likimo, Žanos d'Ark pavyzdys paskatino viltį praradusius prancūzus pasipriešinti okupantams anglams ir taip nulėmė Šimtamečio karo baigtį.



Albertas Lynchas, „Šv. Joana Arkietė“ (1903 m., fragmentas)

„Wikimedia Commons“ nuotrauka. Šaltinis: <https://www.bernardinai.lt/sventoji-kuri-sudege/>

Ar žinote, ką buvo galima nusipirkti XVI a. valdant karaliui Pranciškui I ir ko dabar nenusipirksi?

Valdant Karoliui VIII (1483–1498) ir Liudvikui XIII (1498–1515) Prancūzijoje baigėsi Viduramžiai. Prasidėjo Renesanso laikotarpis.

Karolio VIII žygiai į Italiją (1494–1498) leido prancūzams susipažinti su italų kultūra, meno kūriniais ir pažinti Renesanso idėjas. Tuo metu valdęs



karalius Pranciškus I (1515–1547) buvo garsus Renesanso šalininkas ir meno mecenas, didelę įtaką turėjęs Prancūzijos intelektualiniam gyvenimui. Jis rėmė talentingus menininkus, tokius kaip Leonardas da Vinčis (it. *Leonardo da Vinci*), o jo valdymo laikotarpis garsėjo meno ir kultūros puoselėjimu – atsirado daug puikių meno kūrinių, vystėsi tapyba, skulptūra, literatūra.

XVI a. pasikeitė valstybės finansų valdymas: įsteigtas vienintelis centrinis išdas, valstybė suskirstyta į 16 regionų su atskirais vyriausiais mokesčių rinkėjais. Be to, buvo įdiegta nauja tvarka, leidžianti nusipirkti pareigas. Daugiausia pardavinėtos teisėjų, finansininkų pareigybės.

Šie pokyčiai padidino įplaukas į išdą. Kariuomenė taip pat buvo perorganizuota: iš savanorių bajorų ir nekilmingųjų sluoksnių pėstininkų naujai sudaryta kariuomenė pakeitė ankstesnę samdinių kariuomenę.



Pranciškaus I portretas (aliejus, 1525–1530 m., dailininkas J. Clouet, Luvras, Paryžius)



Ar žinote, kas buvo hugenotai?

Prancūzijoje protestantai buvo vadinami hugenotais. Šio žodžio kilmė – nuo termino Eidgenossen (Šveicarijos Konfederacijos pilietis).

Hugenotų karai XVI a. buvo religinis konfliktas Prancūzijoje tarp katalikų ir protestantų (hugenotų). Katalikai ir hugenotai kovojo dėl valdžios ir religinių laisvių.

Šie karai buvo Reformacijos išplitimo Europoje dalis. Pradėjus plisti M. Liuterio Reformacijos idėjoms Vokietijoje, Prancūzijos karaliai Pranciškus I ir Henrikas II siekė užkirsti tam kelią ir 1551 m. Prancūzijoje uždraudė evangelikų tikėjimą, bet ši politika nedavė vaisių. Nors Reformacijos pradininkas protestantas Jonas Kalvinas buvo ištremtas iš Prancūzijos į Ženevą Šveicarijoje, jo idėjos sugrižo. 1562 m. Prancūzijoje buvo apie 2 000 protestantų bažnyčių, t. y. apie pusė milijono tikinčiųjų. Naujuoju bažnytiniu Reformacijos mokymu iš pradžių pasekė miestų prastuomenė, smulkūs prekybininkai ir amatininkai, paskui – ir daugelis bajorų, aristokratų, išsilavinusių kariniu požiūriu žmonių.

Vienas iš garsiausių šio konflikto įvykių buvo **Šv. Baltramiejaus naktis**, kai 1572 m. rugpjūčio 24-ios naktį katalikų buvo suorganizuotos masinės hugenotų žudynės. Per šią naktį ir kitas dienas Paryžiuje buvo nužudyta nuo 3 000 iki 10 000 žmonių.

Šis konfliktas baigėsi 1598 m. pasirašytu Nanto ediktu, kuris suteikė tam tikras teises hugenotams, įskaitant galimybę laisvai praktikuoti savo tikėjimą. Po hugenotų karų dauguma gyventojų liko katalikais, o Prancūzijos karalius Henrikas IV buvo priverstas viešai pereiti į katalikybę (1593 m.) ir tik tada įleistas į Paryžių. Taip Prancūziją pradėjo valdyti Burbonų dinastija.

Šie įvykiai yra svarbūs Prancūzijos istorijai, jų padariniai palietė tiek politinę, tiek religinę šalies padėtį.

Ar žinote, koks karalius buvo vadinamas Karaliumi Saule?

Liudvikas XIV, žinomas kaip Karalius Saulė (pranc. *Le Roi Soleil*) arba Liudvikas Didysis, buvo vienas įtakingiausių Europos monarchų, Prancūzijos ir Navaros valdovas (1643–1715). Jis tapo karaliumi būdamas ketverių metų ir valdė ilgus 72 metus. Tai vienas iš ilgiausiai Europoje valdžiusių monarchų.

Kol tapo pilnamečiu, kaip regentė Prancūziją valdė jo motina Ona Austrijietė ir įtakingas kardinolas Mazarinis. Po Mazarinio mirties, 1661 m., karalius Liudvikas XIV paskelbė, kad neskirs jokio padėjėjo ir šalį valdys vienas (iki tol



aukščiausioji karalystės vykdomoji valdžia buvo karalius ir trys keturi ministrai). Taigi jis įgavo absoliučią valdžią – dėl to šis laikotarpis vadinamas absoliutizmu.

Liudvikas XIV laikomas absoliutizmo simboliu, jis stiprino centrinę valdžią ir įgyvendino politiką, kuri buvo orientuota į didžiųjų valdovų galių didinimą. Jo emblema buvo saulė ir jos dievas Apolonas.

Absoliutizmas reiškė, jog valdovas turi beveik neribotas galias – karalius laikomas visų valstybės institucijų šaltiniu, ir jo valia buvo nepriklausoma nuo parlamento ar kitų valdžios šaltinių. Liudvikas XIV buvo įsitikinęs absoliutizmo ideologija, kad karalius turėtų absoliučią galią ir kontrolę valstybėje. Jis pareiškė: "*L'État, c'est moi*" („Valstybė – tai aš“), parodydamas savo valdžios nuostatą. Didesnių reformų nebuvo, anksčiau nusistovėjusią sistemą jis tik priderino prie savo asmenybės.



Liudviko XIV portretas (aliejus, 1702, dailininkas H. Rigaud, Luvras, Paryžius)



Tačiau Liudvikas XIV paliko ir didžiulį palikimą meno srityje. Jis rėmė meną, mokslą ir taip paskatino prancūzų kultūros suklestėjimą. Geriausias to pavyzdys yra karaliaus pastatyti Versalio rūmai, kurie tapo Europos puošnumo, prabangos ir galios simboliu. Liudvikas XIV sukūrė ne tik karališkąją rezidenciją, į kurią 1682 m. persikėlė visas karaliaus dvaras, bet ir pavertė ją kultūriniu, politiniu ir socialiniu centru. Versalio rūmai garsėjo kaip vieta, kurioje buvo organizuojami išpūdingi renginiai, šventės ir meno pasirodymai. Jo dvare kūrė poetai ir dramaturgai, pavyzdžiui, Moljeras.

Liudviko XIV laikais atsirado barokinio stiliaus meno ir architektūros kūrinių, o Versalis tapo puikiu pavyzdžiu to, kaip gali būti derinama prabanga, menas ir politika. Liudviko XIV pastatytų Versalio rūmų dydžiu ir puošnumu niekas nepralenkė iki XXI amžiaus.



Versalio rūmai ir parkas

© Shutterstock

Karalius pagarsėjo menų globa: įkūrė dailės ir skulptūros, mokslo ir architektūros akademijas, nacionalinį teatrą. Liudvikas XIV 1666 m. parėmė Mokslų akademijos įkūrimą. Jis įsakė Paryžiuje įkurti Prancūzijos operą, globojo rašytojus, kompozitorius ir daugelį kitų menininkų.

Karalius Saulė rėmė amatus, rūpinosi gaminių kokybės kontrole, plėtojo rinkas kolonijose, kurios buvo uždaros svetimšaliams pirkliais, tiesė naujus kelius, statė tiltus, kasė kanalus, plėtojo karinį ir prekybinį laivyną, uostų infrastruktūrą.



Karaliaus santykių su diduomene, miestais ir Bažnyčia pozicijos buvo tvirtos. Religinės tolerancijos Liudvikas XIV nelaikė vertybe ir atšaukė anksčiau suteiktas pilietines bei religines hugenotų teises. Nors Liudviko XIV valdymo metais vyko daugybė karų (iš 54 valdymo metų, 32 metus vyko karai), jo valdymo laikotarpiu Prancūzija tapo galingiausia Europos šalimi.

Liudvikas XIV mirė 1715 m. po ilgo valdymo laikotarpio. Jo valdymas (1643–1715) paliko ilgalaikius pėdsakus Prancūzijos istorijoje. Šio laikotarpio Prancūzijos vidaus ir užsienio politika vertinama įvairiai, absoliuti karaliaus valdžia sukėlė prieštaravimus Prancūzijos visuomenėje, vėliau nulėmusius Prancūzijos revoliuciją, bet tai buvo menų klestėjimo metas.

Ar žinote, kokia asmenybė buvo Karalius Saulė?

Liudvikas XIV yra viena iš įdomiausių Europos istorijos asmenybių. Liudvikas buvo labai permainingo būdo, puldavo į kraštutinumus, bet retai pasiduodavo pykčiui. Tačiau svarbiausia Liudviko XIV yda buvo išdidumas. Dvariškiai greitai pastebėjo karaliaus garbės troškimo silpnybę, todėl ministrai, generolai, meilužės ir dvaro tarnai jam pataikavo. Pataikavimas tapo neišvengiamu karaliaus gyvenimo elementu.

Prancūzijos karalius buvo didelis teatrališko elgesio gerbėjas, mėgo meną ir muziką, šokimą, neapsiėjo be prabangos ir aukso, buvo puošėiva. Jis tapo visos epochos stiliaus sinonimu. Liudviko XIV epochos puošybės elementai atskleidžia tų laikų dvasią, spalvų ir kontrastų pomėgį.

Liudvikas XIV pasirinko šūkį "*L'État, c'est moi*" („Valstybė – tai aš“), rodydamas savo tikėjimą absoliučia karaliaus valdžia. Mėgo posakius: „*Nec pluribus impar*“ („Už mažai ką prastesnis“) ir „*Vires acquiriteundo*“ („Stiprybės pasisemiame pakeliui“). Liudvikas XIV laikė save didžiu administratoriumi.

Ar žinote, kas „paėmė“ Bastiliją?

Bastilija buvo Viduramžių tvirtovė ir kalėjimas Paryžiuje, laikytas monarcho valdžios ir represijų simboliu. Bastilijos šturmas įvyko 1789 m. liepos 14 d. Jis laikomas svarbiausiu Prancūzijos Didžiosios revoliucijos simboliu, o pati revoliucija – svarbiausiu XVIII a. įvykiu.

Pagrindinės Didžiosios revoliucijos priežastys buvo finansų krizė ir nederlius, todėl išbadėjusi tauta sukilo. Liaudies įtūžį sukėlė besaikis karaliaus dvaro – Liudviko XVI ir jo žmonos Marijos Antuanetės – išlaidavimas. Taip pat daugėjo nepasitenkinimo monarchijos politika ir socialine nelygybe.



Bastilijos šturmas buvo pirmasis ginkluotas revoliucinis veiksmas, kuris simbolizavo liaudies pasipriešinimą. Revoliucionieriai siekė gauti ginklus, esančius Bastilijoje, ir išlaisvinti politinius kalinius. Iš pradžių vyko derybos tarp revoliucionierių ir Bastilijos gubernatoriaus, tačiau įtampa augo, ir galiausiai sukilėliai užpuolė tvirtovę. Po kruvinos kovos Bastilija buvo užimta. Bastilijos užėmimas reiškė absoliutinės monarchijos žlugimą ir simbolizavo žmonių galią prieš monarcho valdžią.

Šis įvykis ženklino Prancūzijos revoliucijos pradžią, kuri paskatino svarbius politinius ir socialinius pokyčius Prancūzijoje ir visoje Europoje. Bastilijos šturmas ir revoliucinės nuotaikos, apėmusios Paryžių, nebeilgai leido karališkai šeimai džiaugtis savo gyvenimu Versalio rūmuose – praėjus porai mėnesių, minia apsupo Versalio rūmus. Karališkoji pora (karalius Liudvikas XVI ir Marija Antuanetė) buvo priversta visam laikui persikelti į Paryžiaus Tiulri rūmus, kurie tapo savotišku jų kalėjimu. Tai atskleidė monarcijos nuosmukį.

Iki šiol Bastilijos diena – liepos 14-oji – laikoma žmogaus teisių, laisvių, demokratinės visuomenės švente. Dabar liepos 14 d. yra Prancūzijos nacionalinės šventė.



Bastilijos šturmas

Šaltinis: <https://lt.traasgpu.com/paryziaus-bastilijos-dienos-nuotraukos/>



Ar žinote, kas buvo laikoma mados ikona XVIII a. Prancūzijoje?

Viena iš garsiausių Prancūzijos karalienių buvo Marija Antuanetė (*Marie Antoinette*). Ji gimė 1755 m. Austrijoje ir ištekėjo už Prancūzijos karaliaus Liudviko XVI 1770 m. Šia santuoka buvo siekiama sujungti Austrijos ir Prancūzijos monarhijas.



Marija Antuanetė (aliejus, 1778 m., dailininkė É.-L. Vigée-Lebrun, Meno istorijos muziejus Vienoje)

Šaltinis: <https://www.vle.lt/Straipsnis/marija-antuanete/>

Marija Antuanetė tapo garsi ne tik dėl savo karališkosios padėties, bet ir dėl gyvenimo būdo. Marija Antuanetė buvo laikoma to laiko mados ikona – jos drabužiai ir stilius diktavo madas. Prabangi ir išradinga apranga, kūginė šukuosena „pouf“ darė ją populiarią. Dėl išlaidų suknelėms, bateliams, papuošalams, skrybėlėms bei šukuosenoms gavo „Madam Deficitas“ pravardę. Socialinę nelygybę patiriančių Prancūzijos sluoksnių atstovai ją kritikavo dėl prabangaus gyvenimo būdo.

Marijai Antuanetei priskiriamas posakis "*Qu'ils mangent de la brioche*" („Tegul valgo pyragus“), kurį ji, spėjama, pasakė, išgirdusi, kad Prancūzijos žmonės kenčia nuo bado. Ši istorija yra dažnai minimas mitas ir tikriausiai nėra



tiesa. Ji buvo šmeižiama nepatenkintų dvariškių, o jos ryšiai su Austrija kėlė jų nepasitikėjimą.

Marija Antuanetė susidūrė su daugeliu iššūkių, įskaitant finansines krizes, politinius neramumus ir galiausiai Prancūzijos revoliuciją. Po revoliucijos ji ir jos vyras buvo sulaikyti, ir vėliau Marija Antuanetė buvo nukirsdinta 1793 m. Jos gyvenimas ir likimas tapo viena garsiausių ir dramatiškiausių Prancūzijos monarchijos istorijų.

Ilgai vyravo stereotipinis požiūris apie Mariją Antuanetę kaip apie silpną, lengvabūdę, paviršutinišką moterį, kurios įgeidžiai kainavo sostą ir gyvybę. Tačiau bėgant metams rasta biografinių faktų, kuriuose atskleidžiamos ir kitos Marijos Antuanetės charakterio, veiklos ir gyvenimo pusės – jos drąsa, ryžtas revoliucijos metais ir kova dėl savo šeimos likimo.

Ar žinote, kur žygiavo Napoleonas I?

Napoleonas I (Napoleonas Bonapartas) – viena iš garsiausių istorijos asmenybių dėl savo karinių pergalių, valdymo įgūdžių ir įtakos Europos istorijai. Jis labiausiai žinomas kaip karo vadas, pasiekęs milžiniškų karinių laimėjimų ir valdęs didžiulį Europos teritorijos plotą. Išsiskyrė talentu karinėje srityje ir valdymo įgūdžiais, buvo itin ambicingas ir energingas, stiprus lyderis, gebantis įkvėpti savo karius ir tautą. Sėkmingi jo karo žygiai ir pergalės sukūrė drąsaus karo vado reputaciją.

Jis buvo pirmosios Prancūzijos Respublikos revoliucinės armijos generolas, po prancūzų revoliucijos (1789 m.) – kariuomenės vadas, įvykus karališkajam perversmui (1799 m.) tapo Prancūzijos konsulu ir Prancūzijos **imperatoriumi** (1804 m.).

Žymiausi Napoleono I mūšiai:

- Napoleonas išgarsėjo triumfu **Egipte** ir **Italijoje**.
- **Austerlico** mūšis (1805), kai Napoleonas nuginklavo Rusiją ir Austriją, tuo suteikdamas Prancūzijos imperijai didelę įtaką Europoje.
- **Karas su Rusija** (1812) buvo viena iš Napoleono klaidų, kuri baigėsi didžiuliu pralaimėjimu ir Prancūzijos kariuomenės sunaikinimu.
- 1815 m. netoli Briuselio įvyko lemiamas **Vaterlo** (*Waterloo*) **mūšis**, kuriame Napoleono armija galutinai pralaimėjo jungtinei anglų ir Prūsijos kariuomenei.





Napoleonas I Austerlicio mūšyje, 1805 12 02 (aliejus, 1810 m., dail. F. Gérard, Versalio rūmai)
Šaltinis: <https://www.vle.lt/straipsnis/prancuzijos-istorija/>

Ar žinote, koks Napoleono Bonaparto likimas?

Napoleonas 1814 m. buvo išsiųstas į Elbos salą Italijoje, tačiau iš salos pabėgo, grįžo į Prancūziją ir valdė 100 dienų. Po pralaimėto Vaterlo mūšio Napoleonas buvo išsiųstas į Šv. Elenos salą Atlanto vandenyne, kur mirė 1821 m.

Ar žinote, kiek kvėpalų buteliukų sunaudodavo Napoleonas I?

Prancūzijos imperatorius Napoleonas I garsėjo ne tik karo žygiais, bet ir gausiu kvėpalų naudojimu. Parodoje „Istorijos kvapai“, kurią 2024 m. Kaune surengė Lietuvos švietimo muziejus kartu su parfumerė Jolanta Cinaitienė, pristatomi atkurti istorinių asmenybių kvėpalai. Teigiama, kad labiausiai mėgo rozmarino aromata, kuris jam priminė gimtąją Korsiką, citrinų, apelsinų žiedų, medienos kvapus. Kvėpalais jis ne tik kvėpindavosi, bet ir ... juos gėrė. Manoma, kad jis išgerdavo ir sunaudodavo 50 kvėpalų buteliukų per mėnesį! Reikia paminėti, kad iki 17 a. kvėpalai atliko ir medicininę funkciją - jie buvo naudojami sveikatinimosi tikslais, o vėliau – ir estetiniais tikslais.

Ar žinote, kiek buvo Napoleonų?

Net keletas imperatorių vadinosi Napoleonais.

- **Napoleonas I** (Napoleonas Bonapartas, 1769–1821) – pirmasis Prancūzijos imperatorius (valdė 1804–1814 m., taip pat 1815 m. kovo 1 d. – birželio 22 d.). Jis turėjo 1 sūnų, kuris tapo Napoleonu II.



- **Napoleonas II** (Napoleonas Bonapartas II) (valdė 1815 m. 100 dienų), Napoleono I sūnus iš antrosios santuokos. Napoleonas II augo savo senelio rūmuose Vienoje, iki [1830](#) m. jis nežinojo, kas tikrasis jo tėvas. Jam buvo suteiktas Reichstadto kunigaikščio titulas. Jis buvo paskirtas Prancūzijos imperatoriumi 1815 m. po tėvo abdikacijos (valdžios atsisakymo), bet jo valdymas buvo trumpas ir bejėgis, o pats Napoleonas II buvo pasiligojęs (sirgo tuberkulioze), Jis niekada netapo faktiniu valdovu, nes po 100 dienų trukusio valdymo jis buvo suimtas ir ištremtas į Austriją.
- **Napoleonas III** (*Charles Louis Napoleon Bonaparte*) – Napoleono I sūnėnas (jaunesniojo brolio Olandijos karaliaus Liudviko Bonaparto sūnus) (valdė 1852-1870). Jo valdymas baigėsi Prancūzijai pralaimėjus prancūzų ir prūsų kare. 1870 m. rugsėjo 4 d. Paryžiuje įvyko revoliucija ir paskelbta respublika.

Ar žinote, kiek yra šalių, kurių valstybinė (arba viena iš valstybinių) kalbų yra prancūzų kalba?

Pasaulyje yra **40** prancūziškai kalbančių **šalių** ir teritorijų: **29 šalys**, kuriose prancūzų kalba yra nacionalinė arba oficialioji kalba; **11 Prancūzijos užjūrio teritorijų**, kurios yra administraciniai Prancūzijos padaliniai už žemyninės Europos ribų (žr. 4 skyriaus, 1 lentelę). Tačiau yra daug daugiau šalių, kuriose kalbama ja neoficialiai. Be to, jei įtrauksime šalis, kuriose prancūzų kalba vartojama kaip administracinė kalba, sąrašas dar išsiplės, įskaitant Laosą ir Kambodžą.

Prancūzų kalba kalbama visuose žemynuose, įskaitant *Europą, Afriką, Šiaurės ir Pietų Ameriką, Karibų salų šalis* bei *Okeaniją*. Pavyzdžiui, **21 Afrikos šalis** vartoja prancūzų kalbą kaip nacionalinę arba oficialiąją kalbą. **Kanadoje** daugiau nei 93 % jos gyventojų moka prancūzų kalbą. Prancūziškai kalbama **Haityje**. **Australija** ir **Naujoji Zelandija** yra kitoje pasaulio pusėje nuo Prancūzijos, taigi, nepaisant atstumo, prancūzų kalba pateko į priešingą Žemės rutulio pusę. **Vanuatu** yra prancūziškai kalbanti šalis Okeanijoje (apie 31 % gyventojų kalba prancūziškai).



Kokios Europos šalys kalba prancūziškai?

Daugelis žmonių žino, kad Prancūzijoje kalbama prancūziškai, tačiau ne visi žino, kad Europoje iš tikrųjų yra dar keturios šalys, kuriose taip pat kalbama prancūziškai: Prancūzija, Belgija, Liuksemburgas, Monakas, Šveicarija.

Kiek žmonių pasaulyje kalba prancūziškai?

Prancūzų kalba yra penkta pagal dažnumą kalba pasaulyje. 2023 m. duomenimis, pasaulyje buvo daugiau nei 321 mln. prancūzakalbių, iš jų mažiau nei 100 mln. žmonių prancūzų kalba buvo gimtoji. Taigi prancūzų kalba yra viena iš labiausiai paplitusių tarp negimtakalbių vartotojų.

Kodėl? To priežastis – kolonijinė Prancūzijos istorija, o mūsų laikais žmonės nori mokytis prancūzų kalbos dėl didelės prancūzų kultūros įtakos visame pasaulyje, įskaitant kulinarinį paveldą, žiniasklaidą, literatūrą ir meną.

Ar žinote, kad Prancūzija buvo kolonijinė imperija?

Prancūzija ir kitos galingos to meto Europos valstybės XVII–XVIII a. kolonizavo dideles teritorijas Amerikoje, Afrikoje, Azijoje ir pietinėje Ramiojo vandenyno dalyje. Prancūzijos kolonijų skaičius įvairiais laikotarpiais svyravo ir buvo didžiausias XIX a. pabaigoje – XX a. pradžioje.

Prancūzijos Imperija vystėsi dviem etapais.

- **Pirmoji kolonijų imperija (iki 1814 a.).** Iš pradžių (XVII a.) Prancūzija daugiausia kolonijų turėjo Šiaurės Amerikoje, kur buvo įkurta Naujoji Prancūzija (dabartinėje Kanados teritorijoje), taip pat Karibuose ir Pietų Azijoje. Pagal 1763 m. Paryžiaus taikos sutartį, didžiąją dalį savo Amerikos ir Indijos valdų Prancūzija buvo priversta atiduoti Anglijai, o Luizianą perdavė Ispanijai.
- **Antroji kolonijų imperija (nuo 1830 m. iki XX a. vidurio).** Po 1850 m. Prancūzija atkūrė savo kolonijų imperiją, daugiausia sutelkdama dėmesį į Afriką ir Pietryčių Aziją, o XIX a. pabaigoje užėmė visą Sacharą ir beveik visas Indijos vandenyno salas bei didžiąją dalį Okeanijos, tapdama viena didžiausių imperijų. Prancūzijos kolonijos apėmė šalis ir regionus, tokius kaip Indokinija, Haitis, Alžyras, Senegalas, Marokas, Tunisas, Kamerūnas, Gabonas, Kongas, Madagaskaras, Mauricijus, Prancūzijos Gviana ir daugelis kitų.





Prancūzijos kolonijinės imperijos žemėlapis (šviesiai mėlyna – pirmosios ir tamsiai mėlyna – antrosios imperijos)

Šaltinis: https://www.newworldencyclopedia.org/entry/French_Empire

Šiuo imperializmo laikotarpiu Prancūzija į kolonizuotas teritorijas žiūrėjo kaip į žaliavų, darbo jėgos išteklius ir galimas žemes naujoms gyvenvietėms. Prancūzijos kolonizatorių gyvenimas naujose teritorijose rėmėsi pavergtų vietinių gyventojų ir atsivežtų iš kitų kolonijų vergų, kurie gamino kolonijines prekes ir prižiūrėjo atvykėlių namų ūkį, darbu. Daugiau nei vienas milijonas afrikiečių ir tūkstančiai vietinių Amerikos gyventojų (indėnų) Prancūzijos kolonijose gyveno kaip vergai.

Dekolonizacija

Po Antrojo pasaulinio karo Prancūzijos ir kitos Europos kolonijinės imperijos pradėjo irti. Prancūzijos kolonijinė imperija „subyrėjo“ apie 1960 metus: 1954 m. – Azijoje, pralaimėjus karus su Vietnamu, o 1960 m. – ir Afrikoje. Iki 1966 m. daugelis Prancūzijos kolonijų tapo nepriklausomos, buvo įkurtos naujos nacionalinės valstybės, pavyzdžiui, Alžyras po ilgos ir sunkios kovos tapo nepriklausomas 1962 m.

Dėl prancūzų imperializmo buvusiose kolonijose išplito prancūzų kalba, švietimas. Greitas Afrikos išsivadavimas iš kolonistų lėmė tai, kad daugelyje sukurtų valstybių geografinės ribos neatitinka etninės ir kultūrinės gyventojų sudėties, ir tai tampa nesutarimų ir pilietinių karų priežastimi. Šiuo metu yra likę tam tikri užjūrio regionai, kurie yra oficialiai pripažintos Prancūzijos teritorijos, didžiausia iš jų – Prancūzijos Gviana (žr. 4 skyriaus, 1 lentelę).





Karikatūra „Rodo kolosas“, pašiepianti imperialistinius siekius kolonizuoti Afriką
Šaltinis: © Wikimedia, <https://m.technologijos.lt/cat/400/article/S-34900>

Kokios Europos šalys kalba prancūziškai?

Daugelis žmonių žino, kad Prancūzijoje kalbama prancūziškai, tačiau ne visi žino, kad Europoje iš tikrųjų yra dar keturios šalys, kuriose taip pat kalbama prancūziškai: Prancūzija, Belgija, Liuksemburgas, Monakas, Šveicarija.

Ar žinote, kokius klausimus sprendė Versalio sutartis?

Po Pirmojo pasaulinio karo Prancūzija buvo viena iš pagrindinių šalių, kurios dalyvavo Taikos konferencijoje ir pasirašė Versalio taikos sutartį, nustatydamas sąlygas Vokietijai po Pirmojo pasaulinio karo.

Versalio taikos sutartimi, pasirašyta 1919 m. birželio 28 d., buvo užbaigtas Pirmasis pasaulinis karas. Versalio rūmuose, šalia Paryžiaus, ją pasirašė Prancūzijos, Didžiosios Britanijos, Italijos, Japonijos, JAV bei kitų Antantės valstybių ir nugalėtos Vokietijos atstovai.

Ar žinote, kokie metai prancūziškai vadinami *les Années folles* (beprotiškaisiais metais)?

„Beprotiškieji metai“ (pranc. *Années folles*) Prancūzijoje buvo išskirtinis laikotarpis, trukęs nuo 3-iojo dešimtmečio pradžios iki 4-ojo dešimtmečio pradžios. Terminas *Années folles* buvo sukurtas socialiniam, meniniam ir kultūriniam proveržiui Paryžiuje apibūdinti. Šis laikotarpis dar dažnai



vadinamas „džiazo amžiumi“, arba „rožiniu dešimtmečiu“, dėl jo linksmybių ir kūrybiškumo, ekonomikos pakilimo.

Apie 1920 m. Europa bandė atsigauti po dvigubos katastrofos – 1914–1918 m. pasaulinio karo, atnešusio 20 mln. mirčių, ir siaubingos ispaniškojo gripo epidemijos, kuri po karo nusinešė dar 50 mln. gyvybių. Prancūzijos gyventojai buvo ištroškę taikaus gyvenimo, gerovės, prabangos ir vakarėlių. Nepaisant karo sukeltų sunkumų, „*Années folles*“ laikotarpiu Paryžius vėl įsitvirtino Europoje kaip menų sostinė ir tapo vienu iš pagrindinių kultūrinių ir intelektualinių centrų pasaulyje.

Tuo metu Paryžiuje suklestėjo **bohemiškas gyvenimo būdas**. Menininkai, rašytojai, aktoriai ir intelektualai susiburdavo kavinėse, klubuose ir meno studijose, kur dalijosi kūrybinėmis idėjomis. Čia galėjai sutikti į Paryžių atvykusį rašytoją Ernestą Hemingvėjų, Ezrą Poundą, Zeldą ir F. Scottą Fitzgeraldus ir kt. garsius to meto žmones. Kas vakarą mieste vykdavo daugiau nei 300 muzikinių koncertų ar kabaretų!

Paryžiečiai buvo pasirengę priimti viską, kas nauja ir simbolizavo laisvę. Galbūt todėl „*Années folles*“ buvo laikotarpis, kai gimė daugybė naujų **avangardinio meno krypčių ir judėjimų**, įskaitant dadaizmą, siurrealizmą, modernizmą (kubizmą, futurizmą), ekspresionizmą, Art Nouveau, Art Deco ir galiausiai žavėjimąsi Afrikos menu.

Turtingi paryžiečiai mėgo vykti atostogų į Afrikos safari. Kaip suvenyrus jie parsiveždavo afrikietiškus kaukių ir skulptūrėlių, kurios paplito visame Paryžiuje ir tapo tokios pat popularios kaip ir Pablo Picasso, kuris taip pat žavėjosi Afrika, paveikslai. **Afrikos manija** paplito tarp avangardistų menininkų ir plačiosios visuomenės. Domėjimasis Afrikos kultūra buvo susijęs su tuo metu Prancūzijos vykdoma Afrikos šalių kolonizacija. Svarbu paminėti, kad tuometis europiečių žavėjimasis Vakarų atžvilgiu egzotiškomis kultūromis atsiskleidė per kolonijinį požiūrį.

Afroamerikiečių muzikantų, dainininkų ir šokėjų grupėje „**La Revue Negre**“ tuo metu dalyvavo ir devyniolikmetė mergina **Josephine Baker** (Džozefina Beiker). Grupės misija buvo supažindinti Paryžių su visiškai nauja muzika, vadinama **džiazu**, ir nauju šokiu, vadinamu **čarlstonu**. Džiazo muzikantai mėgo improvizuoti, tai buvo laisvė kurti.





Josephine Baker, vilkinti savo garsų bananų kostiumą, apie 1926 m.

Šaltinis: Bobas Thomas / Popperfoto – Getty Images; <https://time.com/4342285/josephine-baker-birthday-anniversary-photos/>

Paryžiečiai labiau už viską pamėgo **šokti čarlstoną**. Pradėjo kurtis naktiniai klubai, kuriuose imigrantai **afrikiečiai, afroamerikiečiai ir paryžiečiai galėjo šokti kartu**. Tai buvo dar viena laisvės išraiška. *„Sumaišykite džiazą, nerūpestingą šokį, avangardinį meną bei laisvę ir gausite ypač „karštą“, svinguojantį miestą, vadinamą Paryžiumi! Visi kolekcionavo Afrikos meną, klausėsi džiazą ir šoko čarlstoną gatvėse dažnai netgi be muzikos. Jie tiesiog niūniuodavo vienas kitam „hey-hey“ ir šoko pagal muziką širdyje“, – teigia prancūzų istorikė Myriam Juan.*



Josephine Baker maždaug 1927 m.

Šaltinis: George'as Hoyningenas-Huene'as / Conde Nast – Getty Images; <https://time.com/4342285/josephine-baker-birthday-anniversary-photos/>





Čarlstono šokėjos

Šaltinis: <https://www.larepubliquedespyrenees.fr/pyrenees-atlantiques/navarrenx/navarrenx-les-annees-folles-sur-scene-avec-les-pierres-lyriques-11872794.php>

Verslininkai, turtingi ir žinomi asmenys atgaivino **prabangų gyvenimo būdą**, klestėjo prabanga ir glamūras.



„*Années folles*“ laikotarpio prabangaus gyvenimo stiliaus dama, pasipuošusi perlais
XX a. 3-iojo dešimtmečio mada: damos, pasipuošusios perlais

Šaltinis: <https://www.mode-annees-20.fr/look-annees-20-femme/bijoux-annees-20/>



„*Années folles*“ laikotarpis taip pat buvo susijęs su **socialiniais judėjimais**, tokiais kaip moterų teisės, seksualinės laisvės ir modernaus gyvenimo būdo reikalavimai. Moterys ir seksualinių mažumų atstovai pradėjo reikalauti daugiau lygybės ir pripažinimo. Moterys svajojo apie emancipaciją ir troško atrodyti kaip amerikietė aktorė Louise Brooks ar prancūzų modelis Kiki de Montparnasse, kurios įkūnijo „šiuolaikinės“ to meto moters įvaizdį – trumpai nusikirpti plaukus ir dėvėti šiuolaikiškus Coco Chanel sukurtus drabužius, vilkėti sukneles, atidengiančias kojas, dėvėti kelnes ir bliuzonus kaip vyrai, netgi viešai rūkyti!



„*Années folles*“ laikotarpio paryžietės

Šaltinis: https://pages.stolaf.edu/wp-content/uploads/sites/648/2017/06/H_catwalk_yourself_1920s_flapper21.jpg



Kiki de Montparnasse – „*Années folles*“ laikotarpio modelis, naktinio klubo dainininkė, prancūzų aktorė, memuaristė ir tapytoja
Šaltinis: <https://www.widewalls.ch/magazine/kiki-de-montparnasse>

Deja, šis nuostabus laikotarpis ir nerūpestingumas greitai išnyko. Europoje jau 2-ajame dešimtmetyje išryškėjo kraštutinės dešiniojos idėjos: 1922 m. Italijoje į valdžią atėjo Benito Mussolini, 1923 m. Vokietijoje Hitleris bandė užimti valdžią, nors bandymas žlugo, o Prancūzijoje atsirado kraštutinių dešiniųjų judėjimų.

1929 m. spalio 24 d. JAV Volstryto akcijų rinka smuko žemyn. *„Pasekmės bus juntamos daugiau ar mažiau greitai, priklausomai nuo šalies – pavyzdžiui, Prancūzijoje krizė atėjo 1931 m., – analizuoja prancūzų istorikė Myriam Juan. – Stebuklingojo laikotarpio vartai užsivėrė. Artėjo tamsiausių istorijos valandų pradžia.“*

„*Années folles*“ laikotarpis buvo išskirtinis Prancūzijos istorijai bei kultūrai ir paliko didžiulį pėdsaką ne tik šalyje, bet ir visame pasaulyje. Šis laikotarpis buvo ne tik intensyvaus socialinio, meninio ir kultūrinio bendradarbiavimo, kūrybinių proveržių metas, bet ir svarbus žingsnis moderniosios visuomenės formavimo link.

„Beprotiškieji metai buvo amerikietiškojo džiaz amžiaus (XX a. 2-asis dešimtmetis) prancūziškasis atitikmuo. „Années folles“ įvyko dėl taikos po karo, Paryžiaus suklestėjimo, meno ir laisvės manijos, Afrikos ir dažniausiai Josephine'os Baker manijos – ji buvo viso to katalizatorius.“

(Glynn Borders)

Ar žinote, kokia garsiausia Prancūzijos šnipė?

„...Tą 1925 m. spalio 2 d. vakarą minia nekantraudama rinkosi prie teatro Eliziejaus laukuose Paryžiuje. „Nepraleiskite „La Revue nègre“ iš Niujorko pasirodymo, kuris pirmą kartą bus rodomas Prancūzijoje!“ – šaukte šaukė gatvių afišos. Salė buvo pilnutėlė. Į sceną pakilo jauna šou žvaigždė – Joséphine Baker, pasipuošusi plunksnų diržu. Jos „laukinis“ šokis finalo metu pakerėjo publiką, ilgai netilo audringi aplodismentai – Paryžius ką tik surado naują „naktų karalienę“.“

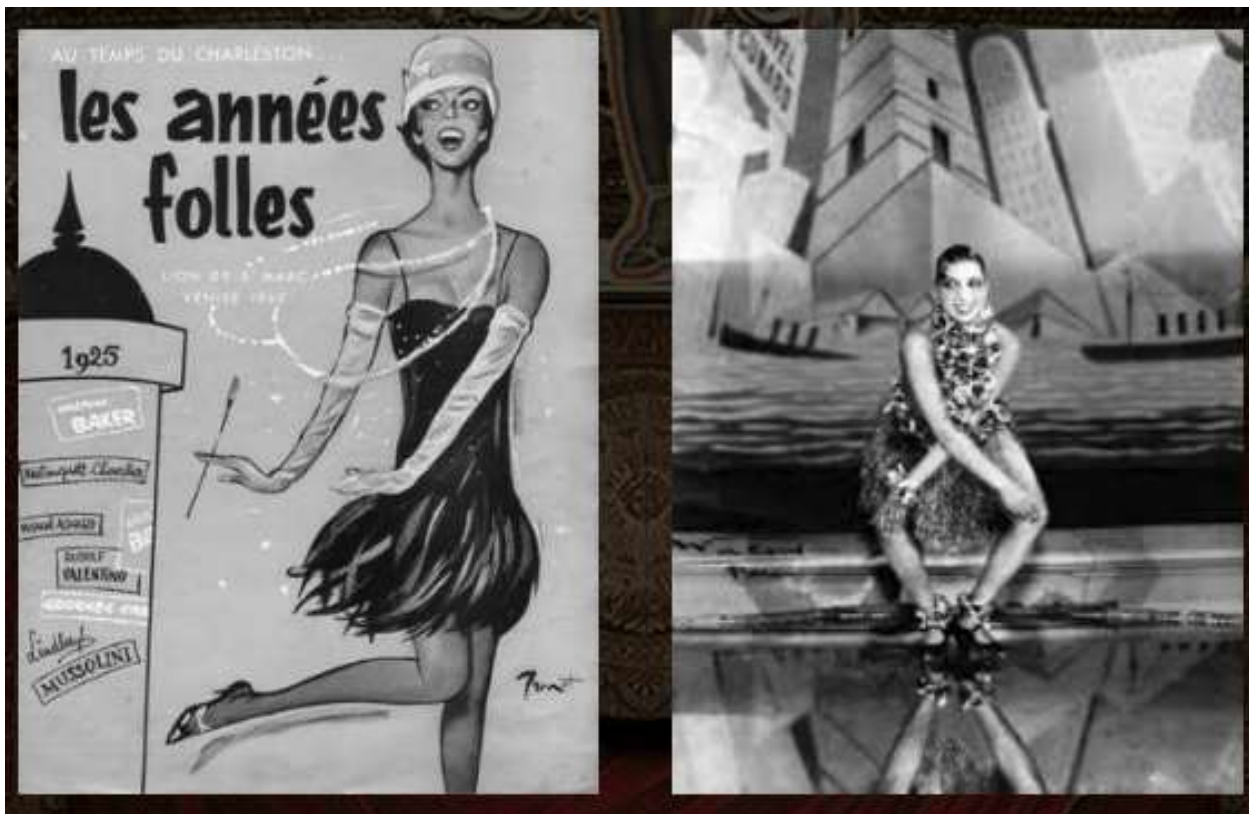


Josephine Baker

Šaltinis:

https://en.wikipedia.org/wiki/Josephine_Baker





Josephine Baker pasirodymo plakatas ir jos šokio akimirka

Šaltinis: <https://www.thedarkstarfromharlem.com/les-annes-folles-the-crazy-years>

Josephine Baker (1906–1975) – „*Années folles*“ laikotarpio žvaigždė, viena žymiausių Paryžiaus džiazo eros atlikėjų.

Josephine Baker gimė 1906 m. JAV, kur tuo metu egzistavo stipri rasinė nelygybė. Būdamama afroamerikietė, ji susidurdavo su giliai įsišaknijusiu rasizmu ir diskriminacija. Taigi Josephine išvyko iš Amerikos į Prancūziją, siekdama pasinaudoti Europos pramogų industrijoje buvusiomis palankiomis sąlygomis, kurių jai stigo Amerikoje.

Į Paryžių ji atvyko 1925 m. jau kaip profesionali, tačiau dar nelabai žinoma atlikėja, ir užkariavo visą Europą savo charizma ir talentu. Paryžius tapo jos antraisiais namais, čia ji pasiekė tarptautinę šlovę ir tapo viena ryškiausių XX a. meno ir kultūros ikonų. Paryžiuje Josephine turėjo daugybę galimybių įgyvendinti savo talentą ir tobulėti kaip šokėja, dainininkė ir aktorė. Europos publika palankiai vertino jos ekstravagantiškumą, unikalumą, egzotiškus kostiumus ir pasirodymus.





Josephine sėdi su savo augintiniu gepardu *Chiquita*, 1931 m.

Šaltinis: Transcendental Graphics – Getty Images; <https://time.com/4342285/josephine-baker-birthday-anniversary-photos/>

Josephine Baker yra žinoma ne tik kaip talentinga artistė, bet ir kaip garsiausia Prancūzijos šnipė. Antrojo pasaulinio karo metais Josephine prisidėjo prie Prancūzijos rezistencijos judėjimo. Nacistinei Vokietijai užėmus Prancūziją, ji išreiškė pasipriešinimą ir atsisakė koncertuoti Prancūziją okupavusiems naciams. Josephine pareiškė: „*Paryžiečiai atidavė man savo širdis, aš pasiruošusi atiduoti jiems savo gyvybę.*“

Jai buvo pasiūlyta dirbti Prancūzijos slaptojoje tarnyboje. Josephine Baker turėjo daugybę ryšių tiek Prancūzijoje, tiek užsienyje, todėl buvo siunčiama į įvairias šalis kaip Prancūzijos atstovė. Būdamą žinoma atlikėja, ji turėjo galimybę patekti tarp įvairių socialinių sluoksnių. Pasinaudojusi žinomumu ir tarptautine šlove, ji, kaip slaptoji agentė, rinko svarbią informaciją žvalgybos tarnybai apie vokiečių judėjimą ir operacijas.

Josephine buvo labai išradinga: jos papuošaluose buvo paslėptas mikrofonas, o vienas iš jos pasiūlytų naujų būdų slėpti žinutes apie vokiečių veiksmus buvo naudoti savo šokio numerius kaip skirtukus slaptuose užrašuose. Atrodė, kad Baker tiesiog seka savo šokių eigą, o ne siunčia slaptas žinutes. Tai leido jai išvengti įtarimų ir veiksmingai perduoti informaciją.



Vokiečių okupacijos Prancūzijoje metu Josephine Baker taip pat dirbo su Raudonoju Kryžiumi, buvo Laisvosios Prancūzijos pajėgų narė, koncertavo kariams Afrikoje bei Artimuosiuose Rytuose ir palaikė jų kovinę dvasią.

Josephine Baker buvo nepaprastai drąsi ir įtakinga. Ji pripažinta kaip viena iš garbingiausių Prancūzijos pasipriešinimo nacių okupacijai kovotojų, o jos indėlis kovoje su nacizmu niekada neturėtų būti pamirštas. Už veiklą Prancūzijos rezistencinėje kovoje per Antrąjį pasaulinį karą ji buvo apdovanota ***Croix de guerre*** Prancūzijos kariniu apdovanojimu.



Josephine Baker su karine uniforma, 1944 m.

Šaltinis: John D. Kisch / Separate Cinema – Getty Images; <https://time.com/4342285/josephine-baker-birthday-anniversary-photos/>



Josephine Baker

Photo by VCG Wilson / Bettmann Archive via Getty; Šaltinis: <https://www.womanandhome.com/life/news-entertainment/josephine-baker-everything-you-need-to-know/>



Kuo dar garsi Josephine Baker?

Pasaulyje žinoma atlikėja, Antrojo pasaulinio karo metų agentė yra tik keletas pavadinimų, vartojamų Josephine'ai Baker apibūdinti.

Po karo Josephine tapo aktyviste ir garsia kovotoja su rasizmu. Ji dalyvavo pilietinių teisių judėjime ir bendradarbiavo su Martinu Lutheriu Kingu. Parvykusi į JAV, buvo viena iš 1963 m. vykusio „Maršo į Vašingtoną už darbą ir laisvę“ dalyvių. Josephine Baker yra viena iš pirmųjų afroamerikiečių, kuriems pavyko pasiekti sėkmę kitapus Atlanto vandenyno, Europoje. Jos gyvenimas ir karjera tapo simboliu kovoje už rasinę lygybę ir kultūrinę įvairovę.

Dar vienas iš nepaprastų jos darbų buvo Prancūzijoje, jos namuose, įkurti vaikų namai, kurių tikslas – suteikti globą vaikams nepriklausomai nuo jų rasės. Baker įvaikino 12 vaikų ir sukūrė šeimą, kurią dažnai vadino „Vaivorykštės gentimi“. Ji norėjo įrodyti, kad įvairių etninių grupių ir religijų vaikai gali būti broliai.



Josephine Baker ir jos vyras Jo Bouillon 1959 m. vaikšto po Tiuilri Paryžiuje su septyniais įvaikintais vaikais

Šaltinis: Bettmann / Getty Images. <https://www.theguardian.com/world/2021/nov/28/dancer-singer-spy-frances-pantheon-to-honour-josephine-baker>

Josephine Baker mirė 1975 m. Paryžiuje. Jos palydėti į valstybines laidotuves susirinko daugiau nei 20 000 minia. 2021 m. Prancūzijos prezidentas Emmanuelis Macronas pritarė Josephine Baker palaikus perkelti į Panteoną –



vieną garbingiausių Prancūzijos vietų, pripažįstant jos išskirtinį indėlį į Prancūzijos kultūrą, istoriją ir kovą už laisvę bei žmogaus teises. Tai yra labai didelis ir retas garbės ženklas, kurį gavo tik nedaugelis asmenybių.

*„Ji norėjo, kad pasaulis būtų geresnis. Tai buvo jos gyvenimo tikslas.“
Jo Bouillon*

Ar žinote, kada Prancūzija įstojo į Europos Sąjungą?

Europos Sąjunga įkurta (1957 m.).

Prancūzija buvo viena iš šešių pirmųjų Europos ekonominės bendrijos (dabar Europos Sąjunga) narių nuo **1958 m. sausio 1 d.**

Ar žinote, kad dabartinė Prancūzija yra penktoji Prancūzijos respublika?

„Penktąja respublika“ buvo pavadinta atsižvelgiant į tai, kiek kartų Prancūzija keitė savo politinę sistemą nuo Prancūzijos revoliucijos:

- **Pirmoji respublika** – 1792–1804 m.
- **Antroji respublika** – 1848–1852 m.
- **Trečioji respublika** – 1870–1940 m.
- **Ketvirtoji respublika** – 1946–1958 m.
- **Penktoji respublika** – nuo 1958 m.

Ar žinote, kas yra dabartinis Prancūzijos prezidentas?

Dabartinis Prancūzijos prezidentas yra Emanuelis Makronas. 2017 m. prezidento rinkimuose E. Macronas įveikė M. Le Pen ir tapo jauniausiu valstybės vadovu nuo Napoleono laikų. 2022 m. prezidento rinkimuose jis nugalėjo M. Le Pen dar kartą.



Prancūzijos sąsajos su Lietuva

Ar žinote, kokią žinią kunigaikštis Gediminas laišku siuntė į Prancūziją?

Prancūzijos santykiai su Lietuva užsimezgė dar XIV amžiuje. Lietuvos didysis kunigaikštis Gediminas 1322–1324 m. susirašinėjo su Avinjone rezidavusiu popiežiumi Jonu XXII; šis 1323 m. pranešė Prancūzijos karaliui Karoliui IV Gražiajam apie Gedimino sumanymą krikštytis.

Ar žinote, kad kryžiuočiams puolant Pilėnus dalyvavo ir prancūzų riteriai?

Vokiečių ordino kariuomenėje, 1336 m. puolusioje Pilėnų pilį, buvo ir Prancūzijos riterių. Jie taip pat dalyvavo 1391, 1392 ir 1394 m. kryžiaus žygiuose į Lietuvą (1394 m. jiems vadovavo Burgundijos kunigaikštis Pilypas II Drąsusis).

Ar žinote, kaip prancūzų riteris Žilberas de Lanua aprašė Lietuvą?

XV a. pradžioje prancūzų riteris Žilberas de Lanua (*Ghillebert de Lannoy*) rašė, kad lietuviai turi savo atskirą kalbą. Vyrai nešioja ilgus ant pečių paleistus plaukus, o merginos apsirengusios paprastai, panašiai kaip prancūzaitės pikardietės. Lietuva yra kraštas, kurio didžioji dalis negyvenama, pilna ežerų ir didelių miškų. Didysis kunigaikštis Vytautas yra labai galingas, nes nugalėjo ginklu dvylika ar trylika karalysčių ir šalių. O turi jis, apskritai paėmus, dešimt tūkstančių jam pačiam priklausančių pabalnotų žirgų.

Ar žinote, kad Lietuvos didžiuoju kunigaikščiu yra buvęs Prancūzijos karalius?

Prancūzijos karaliaus Karolio IX brolis **Henrikas Valua** buvo išrinktas Lenkijos karaliumi ir Lietuvos didžiuoju kunigaikščiu. 1573 m. birželio mėn. Henrikas Valua tapo Abiejų Tautų Respublikos karaliumi, o atvykęs į Krokuvą, 1574 m. vasario 21 d. buvo oficialiai karūnuotas. Karaliavimo dienas jis dažniausiai leisdavo puotaudamas ir pramogaudamas, o 1574 m. gegužės 14-ąją sužinojo, kad mirė jo brolis Karolis IX. Po keturių dienų slapta, niekam nieko nesakęs, jis išvyko į Prancūziją, kur karaliavo Henriko III vardu, kol buvo nužudytas.





Henriko Valua portretas. Dail. François Quesnel,

Šaltinis: <https://www.meisterdrucke.fr/fine-art-prints/Fran%C3%A7ois-Quesnel/63773/Portrait-d%2639%3BHenri-III.html>

Ar žinote, ką garsusis prancūzų rašytojas Prosperas Merimė rašė apie Lietuvą?

Paskutinės Prospero Merimė novelės „Lokys“ (1869) veiksmas vyksta Lietuvoje – viename Žemaitijos dvare. Žymią bajorę, jai medžiojant giriose, pagrobia lokys. Bajorė išprotėja, bet spėja pagimdyti berniuką, kuris išauga į žavų vyriškį, kurį kamuoja sunkios mintys ir keisti nesuprantami įgeidžiai. Jis veda ir pirmąją vestuvių naktį suėda savo žmoną.

Ar žinote, kad Prancūzijos imperatorius Napoleonas I lankėsi Lietuvoje?

1812 metų birželio mėn. su milžiniška, tam metui neregėto dydžio 450 tūkst. kariuomene, prie kurios vėliau prisijungė dar beveik 200 tūkst. karių, Napoleonas, nesulaukdamas didesnio rusų kariuomenės pasipriešinimo, pasiekė Kauną.

Čia atvyko ir pats imperatorius. Jis pats atliko žvalgybą, parinko vietas, kur statyti 3 pontoninius tiltus armijai persikelti per Nemuną. Taip Kaunas tapo svarbiausiu Rusijos sienos perėjimo punktu, nes čia buvo patogiu atgabenti milžiniškas maisto ir ginklų atsargas, sukauptas Dancige ir Karaliaučiuje.

Tuo metu Vilniuje viešėjo Rusijos caras Aleksandras I. Čia, puotos rūmuose metu, jam buvo pranešta, kad Napoleonas peržengė Rusijos sieną ir caras vos spėjo pabėgti. 1812 m. birželio 28 d. Napoleonas jau buvo Vilniuje.





Napoleono Bonaparto vedami prancūzai keliasi per Nemuną / Vida Press nuotr.

Tačiau prancūzų žygis į Rusiją baidėsi nesėkmingai. 1812 m. rudenį Napoleonas, bijodamas ilgiau pasilikti užimtoje Maskvoje, įsakė kariuomenei trauktis. Padėtį labai apsunkino ankstyva žiema. Dalis Prancūzijos karių atsitraukė per Vilnių, kuriame daug karių mirė nuo šalčio ir ligų.

Ar žinote, ką pasakė Napoleonas I, kai lankėsi Vilniuje?

Napoleonas I lankėsi Vilniuje 1812 m. Į Vilnių pro Aušros vartus jis įžengė birželio 28-ąją. Nuo Gedimino kalno apžvelgė miestą, kuriame tuo metu siautė nemažai gaisrų. Vilniečiai prancūzus sutiko be didelio entuziazmo. Prancūzai Vilniuje elgėsi ne kaip išvaduotojai, bet kaip užkariautojai, kaip ir prieš tai Kaune – grobė, plėšė, nes maisto jiems trūko. Vilniuje Napoleonas I praleido 19 dienų. Per šį laikotarpį jis rūpinosi maisto tiekimu savo armijai, bandė sustiprinti jos drausmę.

Legenda pasakoja, kad neva jis, būdamas Vilniuje, taip susižavėjo gotikos architektūros paminklu Šv. Onos bažnyčia, kad sušuko: „Šią bažnyčią aš ant delno nusineščiau į Paryžių!“ (Tokius žodžius cituoja Adomas Honoris Kirkoras 1859 m. išleistame „Vadove po Vilnių“). Legendai pagrindą suteikė faktas, kad 1812 m. karo su Rusija metu Napoleonas lankėsi Vilniuje, o jis iš visų užkariautų kraštų vertingus meno kūrinius gabeno į Prancūziją. Prie pasakojimo paplitimo, matyt, bus prisidėjęs Napoleono kultas, gyvavęs XIX a. Lietuvoje.





Šv. Onos bažnyčia Vilniuje, kuria žavėjosi Napoleonas I.

Šaltinis: <https://www.vilnensis.lt/baznycios/sv-onos-baznycia-3/>

Ar žinote, su kokia karaliene Napoleonas I susitiko Tilžėje?

Napoleono kariuomenei 1806 m. užėmus Berlyną, Prūsijos karališkoji šeima į 1807 m. sausį atvyko į Mėmelį (taip tuo metu vadinosi dabartinė **Klaipėda**).

1807 m. vasarą Prūsija, Prancūzija ir Rusija sutarė **Tilžėje** (dabartinis Švedija, Kaliningrado sritis, Rusija) pasirašyti taikos sutartį. Norėdama palaikyti vyrą ir suminkštinti Napoleono širdį, Prūsijos **karalienė Luizė** nuvyko į Tilžę su juo susitikti. Napoleonas I buvo sužavėtas karalienės asmenybės ir grožio, tačiau savo planų užkariauti Prūsiją neatsisakė. Susitikimą aprašė L. Tolstojus romane „Karas ir taika“ ir S. Tyzenhauzaitė „Reminiscencijose“.





Monarchų susitikimas prie Tilžės, 1807 m. liepa. Dail. Adolphe Röhn, 1799-1864 m.

Šaltinis: https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/9/95/Tilsitz_1807.JPG

Prūsijos karalius Friedrichas Vilhelmas III, pasirašęs sutartį, prarado beveik pusę Prūsijos. 1809 m. prancūzai pasitraukė iš Berlyno, ir karališkoji šeima sugrižo į namus.



Susitikimas Tilžėje. Iš kairės: Napoleonas I, Rusijos caras Aleksandras I, Prūsijos karalienė Luižė ir Prūsijos karalius Frydrichas Vilhelmas III.

Šaltinis: Dail. Nicolas Gosse, paveikslo fragmentas, : <https://www.magnoliabox.com/.../napoleon-bonaparte...>



Ar žinote, kad iki šiol Lietuvoje galima aptikti Napoleono I „pėdsakų“?

Napoleono žygis į Rusiją paliko daug materialių pėdsakų Lietuvos teritorijoje ir jos tuometinių gyventojų sąmonėje. Nors Lietuvoje jis buvo labai neilgai, vis dėlto ir čia spėjo palikti gilų pėdsaką: jo vardu ir šiandien tebekrikštijami vaikai, pavadinti kalnai ir kalneliai...

Iki šiol išlikę gamtos ir kultūros objektų, vadinamų Napoleono vardu. Kai kurie jų iš tikrųjų turėję sąsajų su pačiu Napoleonu, kai kurių istorijos – pramanytos:

- Jiesios piliakalnis, nuo kurio Napoleonas 1812 m. birželio 24 d. stebėjo savo kariuomenės persikėlimą per Nemuną ties Kaunu, yra vadinamas Napoleono kalnu.
- Kudirkos Naumiesčio piliakalnis, Lašinių piliakalnis Kaišiadorių rajone taip pat turi Napoleono kalno pavadinimą.
- Lepelionių piliakalnis dėl savo formos pramintas „Napoleono kepure“.
- Napoleono ažuolas tebežaluoja automagistralėje Vilnius-Kaunas, o kitas Napoleono ažuolas auga Upninkų seniūnijoje.
- Gailiškėje auga Napoleono pušis, po kuria jis neva užkasęs lobį.
- Kelias Lietuvos teritorijoje, kuriuo link Maskvos žygiavo Prancūzijos Didžioji armija, tebėra vadinamas Napoleono traktu.
- Kauno senamiestyje yra pastatas vadinamas Napoleono namu.
- 1808–1840 m. Užnemunėje galiojo Napoleono kodeksas.

Ar žinote, kada Prancūzija pripažino Lietuvos nepriklausomybę?

Lietuvos Taryba 1918 m. vasario 16 d. paskelbė Lietuvos nepriklausomybę. 1919 m. į Paryžių nuvyko Lietuvos vyriausybės sudaryta A. Voldemaro vadovaujama delegacija. Ji kartu su JAV ir Mažosios Lietuvos lietuvių atstovais siekė, kad būtų pripažinta Lietuvos nepriklausomybė, sienos nustatytos remiantis etniniu principu, su išėjimu į jūrą ir sostine Vilniumi. 1920 m. gegužės 11 d. Prancūzija pripažino Lietuvą *de facto*, o 1922 m. gruodį – *de jure*.





Prancūzijos nepaprastasis pasiuntinys ir įgaliotasis ministras Georges'as Ferdinandas Charles'is Dulongas (centre), įteikęs skiriamuosius raštus Lietuvos Respublikos prezidentui A. Smetonai, antras iš dešinės – Užsienio reikalų ministerijos protokolo vadovas S. Girdvainis
Šaltinis: (Kaunas, 1935 09 04) © Mejeris Smečchauskas. Nacionalinis M. K. Čiurlionio dailės muziejus

Ar žinote, kas atstovavo Lietuvos interesams Paryžiaus taikos konferencijoje 1920 m.

Po Pirmojo pasaulinio karo Paryžiuje 1920 m. pradėjo veikti Lietuvos atstovybė. Paryžiaus taikos konferencijoje 1920 m. Lietuvai atstovavo Oskaras Milašius, nors Lietuva į konferenciją nebuvo pakviesta. Nepaisant to, Lietuva į Paryžių buvo išsiuntusi savo atstovus, kurie turėjo atstovauti Lietuvos interesams, tiesiogiai taikos konferencijoje nedalyvaudami. Nepriklausomos Lietuvos Respublikos delegacija buvo sudaryta iš dviejų grupių – etnografinės Lietuvos ir JAV lietuvių. Visai delegacijai vadovavo Augustinas Voldemaras, o jo sekretorius buvo Oskaras Milašius.

Paryžiaus taikos konferencija neišsprendė Lietuvai svarbiausių problemų, nepanaikino politinės įtampos tarp Lenkijos ir Lietuvos (ji vėliau peraugo į ginkluotą konfliktą, 1920 m. spalį pasibaigusį Vilniaus ir Vilniaus krašto užgrobimu), bet į Lietuvą buvo atkreiptas didžiųjų pasaulio valstybių dėmesys.





Lietuvos pasiuntinybės Paryžiuje darbuotojai (1932; sėdi trečias iš kairės patarėjas O. Milašius, ketvirtas – nepaprastasis pasiuntinys ir įgaliotasis ministras Prancūzijoje P. Klimas, septintas – patarėjas J. Urbšys, stovi antras iš kairės kultūros patarėjas J. Baltrušaitis (jaunesnysis)

Šaltinis: Lietuvos centrinis valstybės archyvas

Ar žinote, kaip atsirado Klaipėdos kraštas?

Pirmasis pasaulinis karas (1914–1918) sugriovė nusistovėjusią sistemą – žlugo didžiulės imperijos, o kai kurių visai neliko, Vokietija ir Sovietų Rusija neteko dalies teritorijų. Remdamasi gyventojų sudėtimi Prūsijai priklausiusioje Mažojoje Lietuvoje, kurioje dalies gyventojų gimtoji kalba buvo lietuvių, karą laimėjusių šalių (Britanija, Prancūzija, Italija ir Japonija) sąjunga Antantė *atskyrė šį kraštą nuo Rytų Prūsijos* (Vokietijos) ir 1919 m., pasirašius Versalio taikos sutartį, pirmą kartą buvo suformuotas administracinis darinys **Klaipėdos kraštas**.



Ar žinote, kad Klaipėdos kraštą valdė prancūzai (1920–1923 m.)?

1920 m. sausį Ambasadorių konferencija Prancūzijai pavedė administruoti Klaipėdos kraštą.

Kaip teigia Klaipėdos universiteto istorikas Vygantas Vareikis, iš pradžių buvo planuojama, kad Klaipėdos kraštą administruos britai, tačiau jiems pritrūkus pinigų išlaikyti kitas įgulas ir neturint interesų Baltijos jūroje, Paryžiuje buvo nutarta į Klaipėdą pasiųsti 21 prancūzų šaulių pėstininkų bataliono karius. Tai buvo misija laikinai administruoti šią teritoriją, kol bus išspręstas krašto statusas. Prancūzai į Klaipėdą atvyko 1920 m. vasario mėnesį ir perėmė krašto administravimą. Vėliau Prancūzijos aukščiausiu pareigūnu Klaipėdos krašte – vyriausiuoju civiliniu komisaru – paskirtas Gabrielis Žanas Petisnė (*Gabriel Jean Petisné*). Taip prancūzai atsirado Klaipėdos krašte.



1921 m. gegužės 1 d. Prancūzijos karinės įgulos paradas Klaipėdoje, Teatro aikštėje. G. Ž. Petisnė (prieš koloną) paskyrimo Vyriausiuoju komisaru proga
Šaltinis: Mažosios Lietuvos istorijos muziejaus nuotr.

Ar žinote, kokie skirtingi požiūriai į Klaipėdos kraštą vyravo?

Lietuva, kaip jauna valstybė, paskelbusi nepriklausomybę 1918 m. vasario 16 d., dar neturėjo aiškiai pažymėtų sienų. Tada iškilo ir Klaipėdos klausimas.



- Istoriniai šaltiniai atskleidžia, kad **Prūsijos lietuviai neturėjo savarankiškų politinių siekių**, nediskutavo apie savarankiškumą, tuo tarpu Didžiojoje Lietuvoje ši mintis buvo plačiai aptarinėjama.
- Vakarų politikai (ypač Prancūzijos) turėjo minčių, kad Klaipėdos kraštas turi **atitekti Lietuvai** – diskutuota, kokiomis sąlygomis, kaip ir kokiai Lietuvai. Būta abejonių, ar jauna Lietuvos valstybė (1918 m.) gali egzistuoti, ar ji apsigins nuo priešų ir atsilaikys.
- Kitos galimos alternatyvos buvo **laisvojo miesto** ir uosto statuso suteikimas Klaipėdai ir net **Klaipėdos** administravimo **perdavimas Lenkijai** – tokiu atveju Lenkija būtų dar labiau spaudusi Lietuvą iš dviejų pusių – nuo Vilniaus krašto ir pajūrio.
- Susiklostė lietuviams palanki situacija prisijungti Klaipėdos kraštą prie Didžiosios Lietuvos, ir jie galėjo tuo pasinaudoti.



Klaipėdos krašto civilinis komisaras generolas G. Ž. Petisnė (ketvirtas iš kairės) išeina iš Biržos pastato Klaipėdoje

Šaltinis: Mažosios Lietuvos istorijos muziejus



Ar žinote, kad Lietuva galėjo likti be Klaipėdos ir pajūrio?

Galėjo, jei 1923 m. sausio 15 d. ginkluotas perrengtų civiliais rūbais lietuvių karių ir šaulių žygis prijungti Klaipėdos kraštą prie Didžiosios Lietuvos būtų nepavykęs. Tačiau istorija susiklostė kitaip.

1922 m. prancūzų karių Klaipėdoje sumažėjo – liko tik apie 200 karių. Lietuvos vyriausybė suvokė, kad susiklostė palankus laikas tuo pasinaudoti.

1923 m. sausį Klaipėdoje įvyko Lietuvos inicijuotas žygis į Klaipėdą. Persirengę civiliais gyventojais, apie 1 500 žmonių grupė, kuriai vadovavo Jonas Polovinskas-Budrys, atvyko prie Klaipėdos krašto sienos ir pradėjo karinę operaciją. Suplanuotas žygis pavyko, ir 1923 m. sausio 15 d. Klaipėda buvo užimta.

Po derybų, 1923 m. vasario 16 d., Ambasadorių konferencijoje buvo priimtas sprendimas Klaipėdos kraštą prijungti prie Lietuvos. Tai data, kai Klaipėdos kraštas *de jure* prijungtas prie Lietuvos.

Ar žinote, kaip buvo išsaugota prancūzų ginklo garbė Klaipėdos krašto prijungimo prie Didžiosios Lietuvos metu?

Prancūzijai siekiant įgyvendinti Klaipėdos laisvosios valstybės idėją, 1923 m. sausio 10–15 d. Lietuva persirengusių kariškių pajėgų, šaulių ir savanorių dėka ginkluotu būdu užėmė Klaipėdos kraštą.

Karinės operacijos metu miestą gynusių prancūzų pusėje žuvo trys asmenys: vienas vokiečių žandaras ir du prancūzų kariai. Lietuvos pusėje nuostolių buvo daugiau – 12 karių, dalis jų žuvo, matyt, dėl vadų nekompetencijos. Šturmuojant Sendvarių ir Smeltę tiek daug aukų buvo galima išvengti – ataka prieš kulkosvaidžių ugnį rodė karininkų nepatyrimą.

Užėmę miestą, lietuviai prancūzams netrukus atidavė, ką iš jų buvo paėmę, – kulkosvaidį ir šautuvus, o prancūzai lietuviams grąžino karinį automobilį. Tą patį vakarą į Klaipėdą atplaukė Lenkijos karinis laivas „Komendant Pilsudski“, o po poros dienų ir Britanijos bei Prancūzijos kariniai laivai, kuriais išvyko prancūzų kareiviai ir administracija.

Jeigu jie būtų gavę užduotį išstumti Lietuvos sukilėlių pajėgas iš Klaipėdos, būtų tai lengvai padarę, nes lietuviai buvo menkiau ginkluoti ir apmokyti. Buvo konstatuota, kad prefektūros šturmo metu „prancūzų ginklo garbė buvo apginta“.

Tačiau nei prancūzai, nei britai lietuvių iš krašto nebevarė, visiems tiko tai, kas įvyko. Taip baigėsi prancūzų valdymo laikotarpis Klaipėdos krašte.



Ar žinote, kaip buvo paminėtas Klaipėdos krašto prijungimo prie Didžiosios Lietuvos 100-metis?

1923 m. sausio 15 d. Klaipėda ginkluotu būdu buvo užimta, siekiant prijungti Klaipėdos kraštą prie Didžiosios Lietuvos.

Po 100 metų, 2023 m. sausio 15 d., minint šį įvykį, Klaipėdoje surengta teatralizuota Klaipėdos krašto prijungimo įvykių rekonstrukcija ir pastato, kuriame tuo metu buvo prancūzų valdžios centras – vyriausiasis komisariatas, neoficialiai vadintas prefektūra, užėmimas. Rekonstrukcinio mūšio metu atkurti prefektūros šturmo įvykiai.



2023 m. sausio 15 d. mūšio rekonstrukcija: G. Ž. Petisnė su prancūzų kariais Klaipėdoje
Šaltinis: V. Kontautienės asmeninis albumas.





2023 m. sausio 15 d. įvykių rekonstrukcija: Prancūzų kareiviai Klaipėdoje
Šaltinis: © Vitos Jurevičienės nuotr.



2023 m. sausio 15 d. įvykių rekonstrukcija: Lietuvos „sukilėliai“ šturmuoja prancūzų prefektūrą Klaipėdoje
Šaltinis: © Vitos Jurevičienės nuotr.; <https://ve.lt/gyvenimas/pagrindinis-klaipedos-krasto-prijungimo-renginiu-akcentas-prefekturos-sturmas#lg=1&slide=30>



„Labai džiugu, kad su Prancūzija nėra jokios priešpriešos. 100 metų senumo įvykiai vertinami kaip labai sudėtingos ir įdomios istorijos dalis“, – sako Klaipėdos savivaldybės Paveldosaugos skyriaus vedėjas Vitalijus Juška.

(Šaltinis: Klaipėdos istorija atgims gyvais vaizdais. <https://m.klaipeda.diena.lt/naujienos/klaipeda/miesto-pulsas/klaipedos-istorija-atgims-gyvais-vaizdais-1107656>)



Paminklas „Arka“ Klaipėdoje

Šaltinis: https://en.wikipedia.org/wiki/Arka_%28monument%29

2003 m. Klaipėdos mieste pastatytas paminklas „Arka“. Ant paminklo iškalti Ievos Simonaitytės žodžiai: *„Esame viena tauta, viena žemė, viena Lietuva“* išreiškia 1923 m. įvykių esmę, motyvą ir siekį.



Prancūzų literatūra

Ar žinote, kokiomis kalbomis kuriama prancūzų literatūra?

Prancūzijos literatūra kuriama prancūzų, provansalų, bretonų kalbomis.

Ar žinote, kokio herojaus žygdarbiai buvo apdainuoti Viduramžiais prancūzų tautosakoje?

Prancūzų **tautosaką** sudaro dainos, pasakos, sakmės, kurios atsirado veikiamos keltų (galų, bretonų) tautosakos. Galima išskirti šiuos tautosakos raidos etapus:

- Seniausi raštijos paminklai siekia IX a.;
- X–XI a. buvo populiarūs keliaujančių poetų žonglierių kūryba, kilusi iš liaudies dainų;
- XI–XIII a. kurtas herojinis epas – poemos apie žygdarbius, vadinamos *šanson de žest* (*chansons de geste*), iš jų reikšmingiausia „Rolando giesmė“ („*Chanson de Roland*“).
- XII–XIII a. plito vadinamoji mokslingoji literatūra lotynų kalba.

Ar žinote, kokia buvo kurtuazinė literatūra?

XII–XIII a. dvaro aplinkoje klestėjo kurtuazinė kultūra, ryškiausiai atsiskleidusi kurtuazinėje literatūroje. Kurtuazinėje lyrikoje buvo apdainuojama ideali meilė, iškeliamas širdies damos kultas. Prancūzų poeziją veikė Provanso trubadūrų lyrika.

XII a. pabaigoje Marija Prancūzė, naudodama bretonų legendų siužetus, kūrė fantastinio turinio eiliuotus pasakojimus apie kurtuazinę meilę.

Ar žinote, koks riterinis romanas apdainavo nelaimingą meilę?

XII a. viduryje sukurti pirmieji eiliuoti riteriniai romanai, perdirbti iš antikinių kūrinių, taip pat naudojant keltų legendų apie karaliaus Artūro apvaliojo stalo riterius siužetus („Ivenas, arba Liūto riteris“, „Lanselotas, arba Vežimo riteris“, „Persevalis, arba Pasakojimas apie Gralį“). Pagal keltų legendos apie Tristaną ir Izoldą siužetą, eiliuotiems romanams būdinga uždraustos meilės tema, jausmo ir pareigos konfliktas. Riteriniams romanams būdingi ir kryžiaus žygių patirties padiktuoti rytietiški motyvai. Paskutiniu kurtuazinę meilę apdainuojančiu veikalu laikomas „Rožės romanas“ (XIII a.).



Ar žinote, kas yra rondo?

XV a. pab. **Renesanso literatūroje** vyravo renesansinio humanizmo idėjos, pasirodė antikinės ir italų literatūros kūrinių vertimų. Prancūzų humanistai prisidėjo prie Reformacijos atsiradimo.

Žymiausias Renesanso prozininkas Fransua Rablė (*François Rabelais*) naudojo prancūzų tautosakos personažus, humorą ir karnavalinių švenčių tradiciją to meto papročių kritikai.

XVI a. pradėti kurti prancūzų sonetai, epigramos, baladės, elegijos, rondo. Ròndo (pranc. *rondeau* – apskritas) – tai griežtos strofinės sandaros eilėraštis su dviem rimais ir keliomis pasikartojančiomis eilutėmis. Klasikiniu rondo laikomas 15 eilučių eilėraštis, kurio pirmieji žodžiai pasikartoja devintoje ir paskutinėje eilutėje.

Margaritos Navarietės novelės atspindėjo Renesanso epochos dvaro papročius.

XVI a. viduryje poetų grupė „Plejada“ reformavo prancūzų literatūrinę kalbą, poeziją ir dramą. Vystėsi prancūzų klasicistinė tragedija ir komedija.

Klasicizmo ir baroko literatūra

Ar žinote, kuo skiriasi klasicistinis ir barokinis literatūros stiliai?

XVII a. būdinga kryptių įvairovė. Įsigali dvi pagrindinės literatūros srovės: klasicizmas ir barokas, viena kitai prieštaraujančios ir viena kitą papildančios, nes abi veikė to laikotarpio žymiausius rašytojus.

Barokinis stilius įmantrus, atspindėjo saloninės aristokratijos kultūrą. *Klasicistinio* stiliaus kūrinių kompozicija ir pagrindinė mintis aiški, nuosekli. Klasicizmo autoriai, remdamiesi Antikos kūriniais, stengėsi objektyviai vaizduoti tai, kas žmogui būdinga, tipiška, o ne ieškoti kokių nors išskirtinių savybių; grožio norma jie laikė Antikos meną.

Prozininkai kritikavo žmogiškąsias ydas ir to meto visuomenės papročius. B. Pascalis pabrėžė moralės principus, o Marija Madlena de La Fajet (*M. M. de La Fayette*) sukūrė pirmą psichologinį prancūzų romaną. Žanas de La Fontenas (*Jean de La Fontaine*) kūrė pasakėčias. Žymiausios Moljero komedijos „Tartiufas“, „Don Žuanas“, „Šykštuolis“, „Tariamasis ligonis“.



Ar žinote, kas yra bufonada?

Rašytojai, plėtoję realistines tradicijas, tikroviškai vaizdavo to meto papročius ir paprastų žmonių kasdienį gyvenimą. Moljero komedijose klasicistinis racionalizmas derinamas su farsu, mugės teatro elementais, baletu ir bufonada (juokdaryste). *Bufonada* yra vaidyba, kurioje akcentuojami personažo bruožai, išryškinamos kraštutinės ydos ir pasižymima dideliu išoriniu dinamiškumu, ypač būdingu komikams. Bufonada kilo mugių ir aikščių vaidinimuose, jos elementų yra italų komedijoje, Moljero, Goldonio ir kitų dramaturgų komedijose. Bufonada paplito cirke.

Ar žinote, kokie garsiausi XVIII a. prancūzų rašytojai humanistai?

XVIII a. pirmojoje pusėje socialinės ir politinės diskusijos prisidėjo prie šviečiamosios literatūros augimo, iškeltos išsimokslinimo, prigimtinių žmogaus teisių ir laisvės idėjos. Didelę reikšmę įgijo proza, leidusi dėstyti kritines filosofines, dorovines ir mokslines mintis.

- Volteras (*Voltaire*), naudodamasis filosofinėmis apysakomis, laiškais, istoriniais kūriniais ir tragedijomis, aktyviai diskutavo apie moralinius klausimus, laisvę ir toleranciją, kartu smerkdamas fanatizmą.
- XVIII a. antrojoje pusėje Deni Didro (*Denis Diderot*) sukūrė estetikos teoriją, susijusią su realizmo ir demokratinio meno sąveika. Jo romanai, apysakos ir dramų kūriniai atspindėjo šią realistinę demokratinę estetiką.
- Filosofas ir rašytojas Žanas Žakas Ruso (*Jean-Jacques Rousseau*) išskėlė šūkį „Atgal į gamtą!“, jo proza liudija posūkį į sentimentalizmą ir preromantizmą.

Klestėjo ir komedijos žanras. Revoliucijos metu plito revoliucinės dainos, publicistikos, apybraižos žanrai.

Ar žinote, pagal kokį V. Hugo kūrinį pastatytas to paties pavadinimo filmas miuziklas?

XIX a. pradžioje ėmė dominuoti romantizmas. Apysakose buvo vaizduojamas psichologiškai įkvepiantis vienišas herojus, kritikuojamas revoliucinis teroras ir pabrėžiama krikščionybės įtaka menui bei moralei, parodoma, kad nėra nuolatinių grožio standartų.

Populiarūs buvo istorinio romano ir dramos žanrai. Prancūzijoje romantizmas vyravo ilgiau nei kitose Vakarų Europos šalyse.



Viktoras Hugo (*Victor Hugo*) buvo pagrindinis prancūzų romantizmo atstovas, kūręs įvairias literatūros formas ir sprendęs įvairius gėrio ir blogio, teisingumo ir socialinės nelygybės klausimus, skelbęs krikščioniškus atleidimo, dvasinio tobulėjimo ir susitaikymo idealus. 2012 m. pagal V. Hugo kūrinį „Vargdieniai“ pastatytas to paties pavadinimo **filmas miuziklas** (rež. Tomas Hooperis, vaidina Anne Hathaway, Russellas Crowe, Hughas Jacksmanas, Eddie Redmayne ir kt.).

Ar žinote, kokia moteris rašytoja laikoma feministinės literatūros pradininke?

Žorž Sand (*George Sand*) – garsi XIX a. prancūzų rašytoja ir visuomenės veikėja, kovojusi už moterų teises ir savo elgesiu sukėlus tikrą pasipiktinimo audrą tuometėje visuomenėje – mat mėgo viešose vietose rūkyti tabaką ir dėvėti vyriškus drabužius. Ne tik rašytojos gyvenimo būdas sulaukė prieštaringų vertinimų, taip pat neliko nepastebėta ir jos kūryba.

Ž. Sand laikoma prancūzų feministinės literatūros pradininke, reikalavo vyro ir moters lygybės jausmų srityje, vaizdavo liaudies gyvenimą. Jos kūriniai šedevrais buvo laikomi ir anuomet, ir dabar, nes tai himnai gamtai ir žmogui, kurio dvasios grožį ji perteikia talentingai kaip reta.

Žymiausi kūriniai: „Indiana“, „Lelia“, „Kavos valgytojas“, „Mažoji Fadetė“, „Velnių raistas“ ir kt.

Ar žinote, kokie garsiausi prancūzų istorinių nuotykių romanų rašytojai?

A. Diuma (tėvas) ir **A. Diuma** (sūnus) plėtojo istorinio nuotykių romano žanrą.



1894 m. iliustracija, vaizduojanti romano herojus muškietininkus – D'Artanjaną, Atą, Aramiį ir Portą. Dailininkas Morisas Lelua

Šaltinis: https://lt.wikipedia.org/wiki/Trys_mu%C5%A1kietininkai



Aleksandras Diuma (*Alexandre Dumas*, tėvas) ir Aleksandras Diuma (*Alexandre Dumas*, sūnus) buvo žymūs prancūzų rašytojai, sukūrę daugybę įvairių kūrinių.

Aleksandras Diuma (tėvas):

- „Trys muškietininkai“ – tai vienas iš jo garsiausių romanų, tapęs literatūros šedevru. Knygoje aprašoma intriguojanti nuotykių istorija, susijusi su Prancūzijos karališkąja gvardija ir keturiais jos nariais.
- „Grafas Montekristas“ – šis romanėlis taip pat yra labai populiarus ir vertinamas kūrinių dalis. Jis pasakoja apie Edmondą Dantesą, kuris, patyręs neteisingumą, keršijo savo priešams.

Aleksandras Diuma (sūnus):

- „Dama su kamelijomis“ – šis romanas remiasi A. Diuma (sūnaus) santykių istorija su aktore Marie Duplessis ir pasakoja apie jauną moterį, susirgusią tuberkulioze.
- „Vadovėlis džentelmenams“ – tai parodija, parašyta kartu su tėvu, kurioje satyriškai nagrinėjami tam tikri visuomenės ir džentelmeno elgesio stereotipai.

Ar žinote, kokias idėjas kėlė prancūzų mąstytojai Volteras, Ž. Ž. Ruso ir D. Didro?

Šviečiamąjį amžių prancūzų mąstytojai Volteras, Ž. Ž. Ruso ir D. Didro kvietė išsivaduoti iš senųjų tradicijų ir pasitelkti proto galią, kuri padėtų atskleisti natūralius tarpusavio santykius ir vestų į geresnį gyvenimą kuriantį valstybės ir visuomenės santykį.

„Apgailėtina klaida manyti, kad fiziniai pratimai kenkia protiniam darbui. Tarytum šie du dalykai neturėtų eiti kartu, tarytum vienas neturėtų vadovauti kitam.“

*Ž. Ž. Ruso,
prancūzų filosofas, rašytojas,
politikos teoretikas, švietėjas*



Žanas Žakas Ruso

Šaltinis: <https://www.gyvenimoguru.lt/genialios-mintys/Zanas-Zakas-Ruso/>



Ar žinote, kokie garsiausi XIX a. prancūzų realizmo ir modernizmo rašytojai?

XIX a. pradžioje įsigalėjo realistiinė literatūra. Realizmo bruožai ryškiausiai atsispindi romanuose.

Stendalis (*Stendhal*, tikr. *Marie Henri Beyle*), **Onorė de Balzakas** (*Honoré de Balzac*) – garsūs prancūzų rašytojai, įtvirtinę realistinį romaną. Nagrinėjo socialines problemas ir pabrėžė herojaus bei visuomenės santykį.

Emilis Zola (*Émile Zola*), remdamasis medicinos atradimais, XIX a. viduryje suformulavo natūralistinio-eksperimentinio romano principus.

Kūryboje realizmas susipynė su romantizmu ir natūralizmu, reiškiamas skeptiškas požiūris į visuomenę ir jos dorovines normas, nuvainikuojama romantinė meilė, ryškus iliuzijų ir tikrovės kontrastas.

Gi de Mopasanas (*Henri René Albert Guy de Maupassant*) išstobulino novelės ir psichologinio romano žanrus, kuriems įtaką darė psichologo S. Freudo atrasta teorija – psichoanalizė.

Prozoje išsiskyrė tradicinė ir modernistinė kryptys. **Romenas Rolanas** (*Romain Rolland*) sukūrė romano-upės žanrą (žmogaus gyvenimą suvokė kaip nenutrūkstamą emocijų, dvasinės energijos srautą), apdovanotas Nobelio literatūros premija.

Prancūzijoje buvo populiarus šeimos romano žanras, kuris vaizdavo šeimos temas, nuodėmę, atgailą ir kančias.

Poetas **Oskaras Milašius** tęsė simbolizmo tradicijas. Iškilė modernistinės kryptys: kubizmas, siurrealizmas.

Ar žinote, kokie yra garsiausi prancūzų realizmo ir modernizmo rašytojai (XIX–XX a.)?

XIX a. pradžioje įsigalėjo realistiinė literatūra. **Stendalis** įtvirtino realistiinio romano psichologinę kryptį, sprendė socialines problemas per herojaus ir visuomenės priešpriešą, artimą romantikams. **O. de Balzakas** atskleidė įvairių visuomenės sluoksnių gyvenimą, pabrėžė socialinių aplinkybių poveikį charakterio formavimuisi, buržuazijos gobšumą, aristokratijos kilnumą.

XX a. antrojoje pusėje susiformavo **egzistencializmo filosofija**, buvo keliami būties ir nebūties, absurdo ir priešinimosi gyvenimo beprasmybei klausimai. Egzistencializmas turėjo įtakos daugelio rašytojų kūrybai. Žymiausi rašytojai – **Žanas Polis Sartras** (*Jean-Paul Sartre*), **Alberas Kamiu** (*Albert Camus*), **Antuanas de Sent Egziuperi** (*Antoine de Saint-Exupéry*).



Ar žinote, kokios literatūros kryptys atsirado XX a. pabaigoje – XXI a. pradžioje?

Vystėsi **naujasis romanas** ir kitos įvairios literatūros kryptys (istorinis biografinis, detektyvinis, eksperimentinis struktūrinis romanas, tęsiama šeimos romano tradicija, kuriamos reportažo, kino kadro, reklamos technikos).

Ar žinote, koks garsus prancūzų rašytojas susijęs su Vilniumi?

Prancūzų rašytojas Romain'as Gary gimė 1914 m. Vilniuje. Jo motina buvo litvakų kilmės aktorė, o tėvas - Lietuvos žydas, verslininkas. Būsimam rašytojui nesulaukus dešimties, tėvas paliko šeimą ir sūnų išaugino viena likusi motina. Vilniuje jie gyveno 1917–1923 m.

Nuo 1928 m. R. Gary gyveno Prancūzijoje. Per II pasaulinį karą jis buvo lakūnas, dalyvavo Pasipriešinimo judėjime, nuo 1945 m. – Prancūzijos diplomatas Bulgarijoje, Graikijoje, Didžiojoje Britanijoje, Šveicarijoje, Prancūzijos misijoje prie Jungtinių Tautų, 1956–1961 m. – generalinis konsulas Los Andžele ir atstovas Bolivijoje.

Romain'as Gary iš viso parašė 30 knygų. Vilniuje, J. Basanavičiaus gatvėje, jam pastatytas paminklas.



Romain'o Gary skulptūra Vilniuje, J. Basanavičiaus gatvėje (skulpt. R. Kvintas, 2007)

Šaltinis: <https://madeinvilnius.lt/vilniaus-istorija/neatrastas-vilnius/neatrastas-vilnius-paminklas-romainui-gary-berniukas-su-batu/>



Skulptūra vaizduoja mažą berniuką su dideliu batu rankoje. Šioje skulptūroje įkūnytas rašytojo autobiografinio romano „Aušros pažadas“ epizodas, kai norėdamas įrodyti meilę Valentinai iš to paties kiemo, mažasis Romanas pasiryžo suvalgyti net guminių batą (taip ir padarė). Rašytojas pasakojo, jog jam žaidžiant kieme, motina kartais liepdavo priėti prie lango ir pakelti į ją akis, kad ši galėtų jomis pasigrožėti. Todėl Vilniuje esančioje skulptūroje berniukas yra aukštai iškėlęs galvą.

Tai vienintelis paminklas Romain'ui Gary. Jis ypatingas ir tuo, kad paminkluose itin retai vaizduojama kultūros veikėjo vaikystės epizodas. Ši vieta mėgstama vilniečių kaip susitikimų ir pasimatymų vieta.

Už knygą „Dangaus šaknis“ Romain Gary laimėjo prestižinę Gonkūrų (Goncourt) premiją. Šis apdovanojimas rašytojui teikiamas vieną kartą, tačiau R.Gary yra vienintelis žmogus, gavęs šią premiją du kartus. Mat tapęs garsiu rašytoju, jis nenorėjo pakliūti į savo paties stiliaus spąstus ir imti kartotis, todėl ėmė rašyti Emile'io Ajaro (Emilio Ajaro), tariamo savo sūnėno, vardu. Literatūros kritikai patikėjo ir tvirtino, kad tai visiškai skirtingi stiliai, kurių negalėjo parašyti ta pati ranka. Vėliau kūrėjas prisipažino, jog E.Ajaras – jo pseudonimas.

Rašytojo romaną „Europietiškas auklėjimas“ (1945) Jean-Paul Sartre laikė geriausia knyga apie pasipriešinimą.



Prancūzijos muzika



Muzikuoja keltų ansamblis

© Shutterstock

Ar žinote, kuo skiriasi menestrelis nuo trubadūro ir truvero?

Liaudies muzika turi sąsają su išnykusia keltų (galų), frankų liaudies muzika; jos būdingi bruožai susiklostė Ankstyvaisiais viduramžiais.

Vienos seniausių prancūzų dainų vadinamos epinėmis poemomis (sukurtos pagal religines legendas). Liaudies muziką populiarino ir muzikantai profesionalai – menestreliai, žonglieriai.

Menestrelis (pranc. *ménestrel* – įgaliotas) – Viduramžiais Europos šalyse klajojantis muzikantas, paprastai trubadūro akompaniatorius, pritariantis jam viola, kai kada – trubadūro dainų atlikėjas arba šių dainų muzikos autorius.

Ar žinote, kas yra metrizos?

V a. muzika pradėta plėtoti bažnyčiose, vienuolynuose ir jų giedojimo mokyklose *metrizose*. Kaip šios muzikos centrai garsėjo Reimsas, Limožas ir kt. miestai.

Ar žinote, kuo organumas skiriasi nuo vargonų?

IX a. atsirado ankstyvasis organumas. **Orgānumas** (lot. *organum* – įrankis, instrumentas) – instrumentas ir ankstyvojo (IX–XIII a.) europietiškojo daugiabalsiškumo pavadinimas. Spėjama, taip galėjo būti vadinama ir instrumentu, ir balsu atliekama muzika, ir giesmė apskritai.



Organumas ir *vargonai* yra sąvokos, dažnai vartojamos kaip sinonimai, tačiau yra tam tikrų skirtumų. Vargonai – tai muzikinis instrumentas, kuris išskirtinai dideliu skaičiumi garsų (vadinamųjų registru) ir plačiu dinaminio diapazonu. Vargonai dažniausiai būna montuojami bažnyčiose, koncertų salėse ar kitose erdvėse.

Terminas *organumas* gali būti vartojamas platesniam muzikos kontekstui, daugiabalsiam dainavimui, o ne tik instrumentui apibūdinti.

Organumas – grigališkosios melodijos dubliavimas kvartomis, kvintomis ir oktavomis. XII a. greta dvibalsio organumo paplito tribalsis ir keturbalsis organumas. Organumas – polifoninės muzikos forma. Ilgainiui polifoninė muzika įsivyravo ne tik bažnytinėje, bet ir pasaulietinėje muzikoje. *Polifoninė muzika* – tai daugiabalsė muzika, jos esmę sudaro atskirų balsų plėtojimas. Vienu metu skamba kelios skirtingos melodijos, kurias atlieka skirtingi balsai arba visi balsai atlieka tą pačią melodiją, tik ne vienu metu.

Ar žinote, kokia prancūzų operos atsiradimo istorija?

Baroko laikotarpiu sukurta savita prancūzų opera. Paryžiaus muzikinis teatras – *Grand Opéra* – įkurtas 1669 m. įsakius karaliui Liudvikui XIV.

Šiam teatrui vadovavo operos pradininkas **Žanas Batistas Liuli** (*Jean-Baptiste Lully*), išgarsėjęs kaip operų, baletų, lyrinių tragedijų ir prancūziškojo tipo operos uvertiūros kūrėjas.



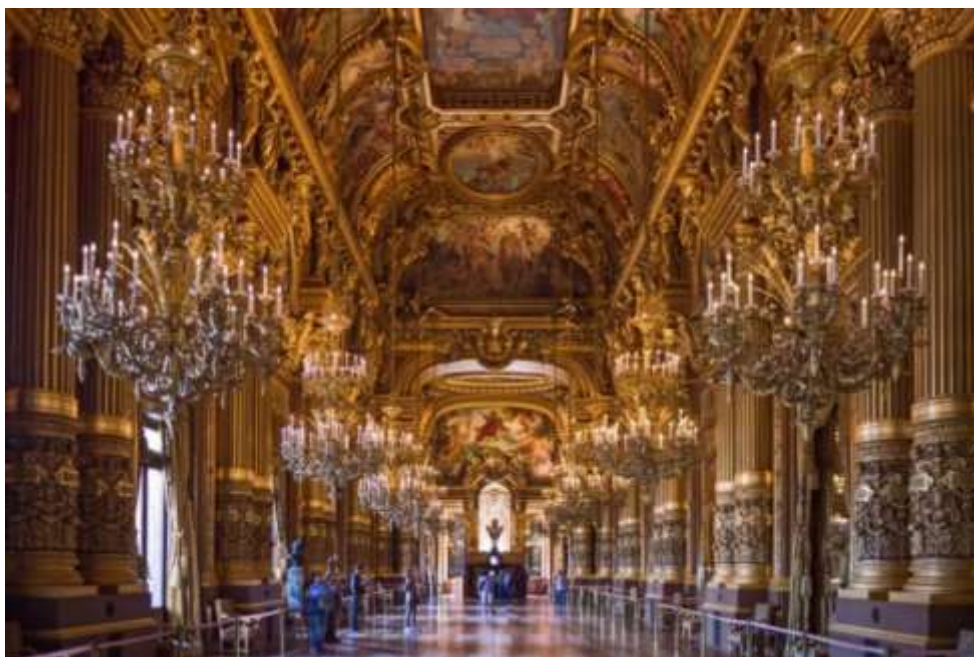
Ž. B. Liuli – prancūzų operos pradininko – portretas (raižinys, XVII a., dailininkas J.-L. Roullet; pagal P. Mignard'o paveikslą)
Bibliothèque Nationale de France

XVIII a. vyraujantis muzikos žanras buvo opera. Buvo statomos **lyrinės** tragedijos, paplito **komiškosios** operos. Komiškąją operą rėmė garsūs rašytojai



ir Ž. Ž. Ruso (sukūrė pirmąją prancūzų komiškąją operą „Kaimo burtininkas“) ir D. Didro.

Didžiosios Prancūzijos revoliucijos metais atsirado **išgelbėjimo** operos (pvz., opera „Respublikos išrinktoji“). Susiklostė **didžioji** opera, kuriai būdingi istoriniai siužetai, dramatiški konfliktai, didingos masinės scenos. Operas kūrė įžymūs kompozitoriai, pavyzdžiui, H. L. Berliozas (operos „Trojėnai“, „Romeo ir Džiuljeta“, „Fantastinė simfonija“, „Gegužės penktoji, giesmė imperatoriaus Napoleono mirties proga“, „Karalius Lyras“ ir kt.).



Grand Opéra rūmų Paryžiuje didžioji fojė (XIX a., dailininkas P.-J.-A. Baudry)
© Shutterstock

XIX a. viduryje didžioji ir komiškoji operos įgavo bendrų bruožų ir ėmė nykti. Komiškąją operą nustelbė **operetė**. Vietoj didžiosios operos įsigalėjo vadinamoji **lyrinė** opera. Reikšmingiausia **realistinė** opera laikoma G. Bizet „Karmen“ (1874).

Ar žinote, kada Prancūzijoje pradėti rengti vieši koncertai ir kokia juose skambėjo muzika?

Nuo 1725 m. Paryžiuje rengti religinės muzikos koncertai – vieni pirmųjų viešųjų koncertų Europoje. Iki tol orkestro muzika daugiausia buvo atliekama karaliaus rūmuose. Ypač garsus buvo karaliaus rūmų styginis orkestras, kuriame griežė 24 karališkieji smuikai, pučiamųjų instrumentų ansamblis „Didžiųjų arklidžių muzika“.



Ar žinote, kokia daina tapo Prancūzijos himnu?

Daina „Marselietė“ buvo sukurta 1792 m. Strasbūre nacionalinės gvardijos karininko K. Ž. Ružė de Lilio ir pavadinta „Reino armijos kovos daina“.

Ji greitai paplito prancūzų kariuomenėje. Paryžiuje „Marselietę“ išpopuliarino iš Marselio atvykęs savanorių batalionas. „Marselietė“ buvo dainuojama per Tiulri rūmų paėmimą, 1848 m. revoliucijos ir 1871 m. Paryžiaus komunos dienomis. Revoliucinės dainos populiarėjo.

XVIII a. pradėtos rengti iškilmingos eitynės su muzika, lauko spektakliai, kuriuose dalyvaudavo dideli jungtiniai chorai. Kompozitorius H. L. Berliozas „Marselietę“ pritaikė orkestrui.

Daina „Marselietė“ 1795 m. tapo Prancūzijos valstybiniu himnu. Nuo 1975 m. vartojama nauja „Marselietės“ muzikos redakcija.

Ar žinote, kaip atrodo klavesinas?

XVII a. išpopuliarėjo **klavesino** muzika, klestėjusi iki XVIII a. pabaigos. Kaip atrodo klavesinas? Tai klavišinis muzikos instrumentas. Klavesino stygos metalinės, nevienodo ilgio, ištemptos išilgai klavišų. Paspaudus klavišą, stygą užgauna prie svirtelės pritaisyta paukščio plunksna, odinis arba metalinis kabliukas, panašus į plektrą. Atleidus klavišą, ant stygos nusileidžia veltinio gabalėlis, kuris nutildo stygą.

Klavesino muziką sunku palyginti su kito prietaiso – jo garsas yra ypatingas, skaidrus, aštrokas, trūkčiojantis. Klavesinas visada buvo laikomas aristokratišku instrumentu, puošiančiu turtingiausių žmonių salonus. Jis buvo gaminamas iš brangios medienos, dažnai su juoda klaviatūra, kad ant jos gerai išsiskirtų baltos atlikėjo rankos.



Klavesinas (XVII a.)

Šaltinis: https://www.aeolus-music.com/ae_fr/Instruments/Clavecin/Le-clavecin-francais-anonyme-de-la-collection-Beurmann-17e-siecle



Ar žinote, kokie du kompozitoriai parašė kūrinį tuo pačiu pavadinimu „Jūra“?

XIX a. pabaigoje – XX a. pradžioje Prancūzijoje susiklostė **muzikinis impresionizmas**. Jo pradininkas ir svarbiausias kūrėjas – **Klodus Debiusi** (*Achille-Claude Debussy*). 1905 m. K. Debiusi sukūrė svarbiausią ir didžiausią orkestrinį kūrinį „Jūra“, susidedantį iš trijų simfoninių eskizų. Kūrinio dalys turi pavadinimus: „Nuo aušros iki pusiaudienio“, „Bangų žaismas“, „Vėjo ir jūros pokalbis“.

Kitas kompozitorius, parašęs kūrinį „Jūra“, yra **Mikalojus Konstantinas Čiurlionis**.

Muzika XX a. antrojoje pusėje – XXI a. pradžioje

Po Antrojo pasaulinio karo prancūzų muzikinei kūrybai būdinga krypčių ir stilių įvairovė. Šalia tradicinės raiškos atsiranda polinkis į avangardizmą, modernistinę raišką.

Ar žinote, kokia muzika vadinama „šansonu“?

Šansonas (pran. *chanson*) yra prancūzų muzikos stilius, turintis gilią šaknis ir ilgą istoriją. Šis žanras gali būti apibūdinamas kaip tradicinė prancūzų daina, dažnai pasižyminti turtingais poetiniais tekstais, lyrine melodija, emociniu atlikimu ir gyvenimiškomis temomis. Šansonui būdingas gyvas ir emocingas atlikimas. Tradiciškai šansonai dažnai buvo atliekami su instrumentais, tokiais kaip akustinės gitaros, klavišiniai, styginiai ar pučiamieji. Daug šansono dainų yra skirtos atskleisti savo ar visuomenės nuotaikas. Šansonas atsirado XI–XIII a., kai buvo kuriamos poemos apie žygdarbius, vadinamos *šanson de žest*.

Ar žinote, kokia prancūzų dainininkė vadinama „mažuoju žvirbliuku“?

Edita Piaf (*Edith Piaf*, 1915–1963) – prancūzų dainininkė ir aktorė, kurios *šansono* (prancūzų baladės) interpretacija išgarsino ją visame pasaulyje. Viena jos garsiausių dainų – „Gyvenimas pro rožinius akinius“. Editos vaikystė dėl žalingų tėvų įpročių buvo sudėtinga. Dainuoti ji pradėjo gatvėse, kur tėvas, gatvės akrobatas, žiūrovams rodydavo triukus. Ten ją pastebėjo kabareto savininkas, ir netrukus jos pasirodymai kabarete sulaukė didžiulio pasisekimo. E. Piaf praminė „la môme piaf“ – „mažuoju žvirbliu“, ir tai tapo jos sceniniu slapyvardžiu. Ji sėkmingai gastroliavo Niujorke, bet gastrolės ją sekino. Jos palydovais tapo vienvėdis ir žalingi įpročiai, dainininkė kartojo mirsianti, kai nebegalės dainuoti.





Edita Piaf (*Edith Piaf*)

Šaltinis: <https://www.salientwomen.com/2020/03/23/biographie-of-edith-piaf-french-singer/>

Ar žinote, kokie garsiausi XX a. pabaigos šansono atlikėjai?

Džo Dasenas (*Joe Dassin*, [1938–1980](#)) laikomas vienu iš dainininkų, kurie padarė didžiulę įtaką prancūzų muzikai ir kurio kūryba išliko populiari ilgą laiką po jo mirties.

Jis tapo itin populiariu Prancūzijoje ir kitose prancūzų kalba kalbančiose šalyse 7-ajame dešimtmetyje. Dainininkas išsiskyrė charisma, balsu ir gebėjimais jungti skirtingus muzikos žanrus. Jo muzika apima įvairius stilius, tokius kaip šansonas, popmuzika ir folkloras. Žinomiausi hitai – dainos „Champs-Élysées“, „Et Si Tu N'Exista Pas“ ir „Salut“.



Džo Dasenas (*Joe Dassin*)

Šaltinis: <https://jp.lt/rugpjucio-20-oji-lietuvoje-ir-pasaulyje-3/>



Mirej Matjė (*Mireille Mathieu*) – prancūzų dainininkė, tarptautinio lygio šou verslininkė, žinoma dėl savo galingo ir išskirtinio, unikalaus ir didžiulio diapazono balso bei aistringo atlikimo stiliaus. Jos vokalinis talentas leido interpretuoti įvairiausias muzikos stilius nuo šansono iki popmuzikos.

M. Matjė balsu žavėjosi ne tik milijonai gerbėjų visame pasaulyje, bet ir tokie įžymūs asmenys kaip Anglijos karalienė Elžbieta II ir Romos popiežius Jonas Paulius II, JAV prezidentas Ronaldas Reiganas, Prancūzijos prezidentai Šarlis de Golis, Fransua Miteranas ir Žakas Širakas.

Šios dainininkės gyvenimas ir karjera verti ekranizacijos. Didelė ir labai neturtinga šeima, bažnytinis choras, sunkus darbas fabrike ir... atsitiktinumas, kuris niekuo iš kitų neišsiskiriančią merginą pavertė žvaigžde. M. Matjė gimė 1946 m. Avinjone. Jos vaikystė nebuvo lengva. Nuo 6 metų Mirej padėdavo motinai ruošti namuose. Kai kas nors dainininkės paklausia, koks vaikystėje buvo jos mėgstamiausias žaislas, ji atsako: „Mano broliai ir seserys.“ Didelė šeima vertėsi sunkiai. Akmenskaldžio algos, kurią parnešdavo tėvas, dažniausiai neužtekdavo. Mirej buvo vyriausia ir nuo 13 metų pradėjo dirbti vokų fabrike.



Mirej Matjė (*Mireille Mathieu*)

Šaltinis: https://lt.wikipedia.org/wiki/Mireille_Mathieu#/media/Vaizdas:Mireille_Mathieu-1.jpg

Pirmą kartą ji pasirodė publikai vos ketverių metų, dainuodama bažnytiniame chore. Matjė visą laiką svajojo apie didžiąją sceną. Meilę dainai jai



įskiepijo tėvas. Supratęs, kad duktė turi talentą, jis už paskutinius pinigus išleido Mirej dalyvauti miesto jaunųjų talentų konkurse, tačiau Mirej nieko nelaimėjo.

Mirej nenuleido rankų. Ji mokėsi vokalo ir mokėjo už pamokas fabrike uždirbtais pinigais. 1965 m. lapkričio 21-oji laikoma stulbinančios Mirej karjeros pradžia: tą dieną Mimi (taip ją vadino artimieji) pirmą kartą pasirodė per Prancūzijos televiziją (atliko dainą iš Editos Piaf repertuaro) ir sukėlė tikrą audrą – jau kitą dieną žinomas impresarijus Džonis Starkas su ja pasirašė kontraktą.

„Tarsi sportininkė, galiu nuoširdžiai pasakyti, kad gyvenime man viskas klostėsi nelengvai, – pasakoja Mirej Matjė. – Džonis Starkas man pasakė: „Panele, jūsų laukia labai sunkus darbas.“ Ir jis nemelavo! Man teko visko mokytis iš naujo: lavinti dikciją, balsą, mokytis sceninės laikysenos... To, kuo aš užsiimu, sėkmė 99 proc. priklauso nuo darbo. Aš į tai žiūriu kaip sportininkas, kuriam nuolat reikia treniruotis. Juk dainavimas – ne sprintas, o visą gyvenimą besitęsiantis maratonas.“

Mirej Matjė tapo tarptautinės sėkmės simboliu, jos dainos buvo vertinamos Europos šalyse ir už Atlanto vandenyno. Ji dainavo duetu su žymiausiais pasaulio muzikantais: Plačidu Domingu, Elviu Presliu, Tomu Džonsu, Šarliu Aznavūru. Ji laikoma viena išskirtiniausių šansono atlikėjų, viena geriausių visų laikų prancūzų dainininkių.

Įdomiausi M. Matjė stulbinančios karjeros faktai:

- 9 – tiek yra skirtingų kalbų, kuriomis Mirej Mathieu įdainavo savo dainas.
- 14 – tiek vaikų turinčioje šeimoje gimė Mirej Matjė, buvusi vyriausia globėja daugybei savo brolių ir seserų.
- 70 – tiek albumų yra išleidusi Mirej Matjė.
- 150 mln. – tiek visame pasaulyje yra išpirkta Mirej Matjė įrašų.
- Ledinukas – toks buvo pirmasis būsimos žvaigždės honoraras, kurį vos ketverių metų sulaukusi Mimi gavo po sėkmingo giedojimo bažnyčios chore.
- Disleksija – garsioji dainininkė vaikystėje kentėjo nuo specifinio skaitymo sutrikimo, dėl kurio pradinėje mokykloje mokėsi metais ilgiau nei kiti bendraamžiai.
- Vienos garsiausių dainų – „Mon Credo“, „Acropolis Adieu“, „Santa Maria De La Mer“ ir kt. – tapo auksine estradinės muzikos klasika.

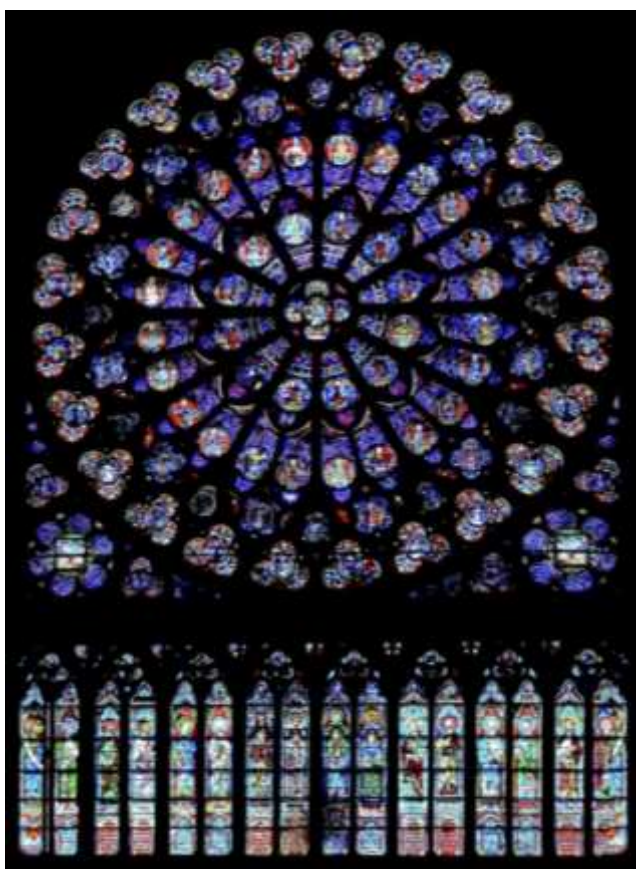


Prancūzijos menas

Ar žinote, kokia technika sukuriamas vitražas?

Vitražas – spalvoto stiklo kūrinys. Klasikinis vitražas – į vientisą bloką švino juostelėmis sujungtos plono spalvoto stiklo detalės.

XIII a. iškilo Paryžiaus vitražo mokykla. Raiškių vitražų, pasižyminčių sudėtingais vaizdais, ryškiomis spalvomis, sukurta Dievo Motinos katedroje Paryžiuje, Šventojoje koplyčioje Paryžiuje, Reimso katedroje.



Paryžiaus katedros rožė (1260 m.)

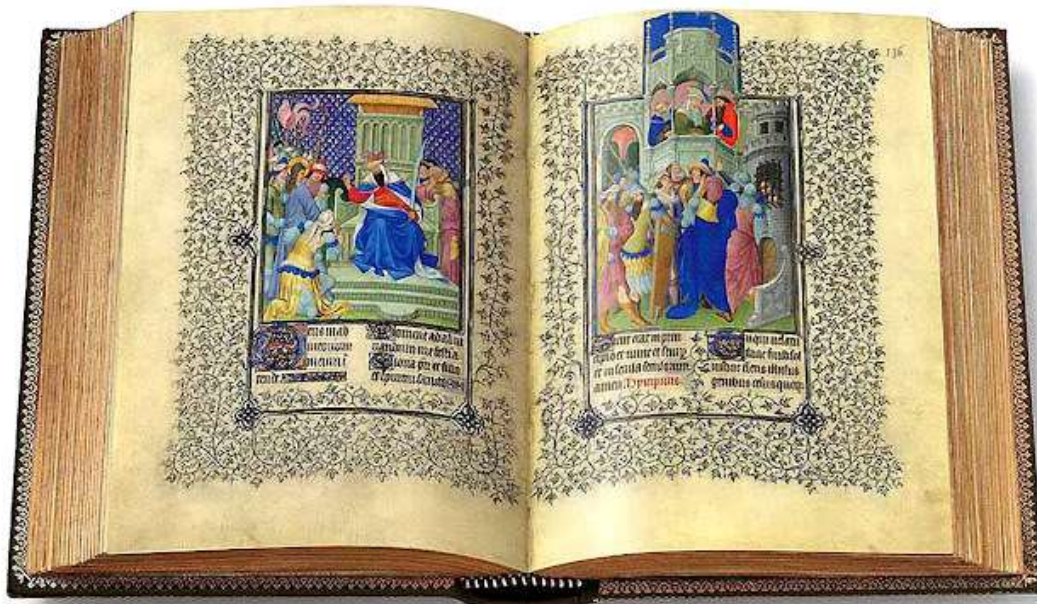
© Shutterstock; Šaltinis: <https://www.vle.lt/straipsnis/vitrazas/>

Ar žinote, kaip vadinamos labai mažos iliustracijos?

Miniatiūra – rankraštnių knygų iliustracija, apimanti teksto iliustracijas, inicialus, dekatyvinius apipavidalinimo elementus.

Gotikos miniatiūroms būdingas natūralizmas, ryškios spalvos, linijos, grakštus piešinys, gausūs augaliniai ir gyvūniniai ornamentai (pvz., Pilypo IV Gražiojo maldaknygė). XV a. pradžioje Dižone garsias miniatiūras kūrė broliai Limburgai (*Limbourg*).





Brolių Limburgų miniatiūromis iliustruota Biblija

Šaltinis: <https://myfavoriteartistoftheday.blogspot.com/2017/09/the-limbourg-brothers-and-art-of.html>

Ar žinote, koks Prancūzijos miestas garsėjo emalio dirbtuvėmis?

Emalio technika dekoruojami metaliniai daiktai, juvelyrinės dirbiniai, keramika. Labiausiai garsėjo emalio dirbtuvės Limože, pietvakarių Prancūzijoje. Jų darbams būdinga grakščios ir sudėtingos formos, kruopštus atlikimas (pvz., „Švč. Mergelė Marija su kūdikiu“, XVII a.).



„Švč. Mergelė Marija su kūdikiu“ (XVII a., Limožo emalis)

<https://www.anticstore.com/email-limoges-vierge-lenfant-signe-j-laudin-xviiie-93468P>



Ar žinote, kas yra milfleras?

Vėlyvosios gotikos laikotarpiu buvo audžiami **gobelenai**, kurti *milflerai*. **Milflèras** (pranc. *mille-fleurs* – tūkstantis gėlių) – gobelenas su gėlių, smulkių augalų, žolynų ornamentu. Austa XV–XVI a. Prancūzijoje, Flandrijoje.



Milfleras „*Tris moiros*“ (šilkas, vilna, Viktorijos ir Alberto muziejus Londone)

Šaltinis: <https://www.vle.lt/straipsnis/milfleras/>

Ar žinote, ką reiškia *marketri* dekoras?

Taikomoji dailė pasižymėjo įmantrumu. Valdovų rezidencijas įrengdavo įvairių sričių menininkai. Dailiųjų dirbinių ir dekorų projektus kūrė tapytojai ir skulptoriai. Baldai buvo lenktų linijų, su skulptūrine drožyba, **marketri** (inkrustavimo) dekoru iš įvairių medžiagų (vėžlio šarvo, perlamutro, brangmedžio). Garsiausias prancūzų baldų meistras André Šarlis Bulis (*André-Charles Boulle*) buvo karaliaus Liudviko XIV dvaro stalius, sukūręs daugybę įvairios paskirties stalų, spintų, komodų, sekreterų, laikrodžių, spintelių karaliaus rezidencijoms, daugiausia Versalio rūmams. Jo sukurtus baldus imta vadinti *Bulio* baldais. Jo darbus tęsė sūnus ir vaikaičiai.





Prancūzų baldų meistro A. Š. Bulio (*André-Charles Boulle*) pagaminta komoda
Šaltinis: https://en.wikipedia.org/wiki/Andr%C3%A9-Charles_Boulle

Ar rokoko stilius būdingas rokeriams?

Ne, tai kitas stilius. Rokoko stilius susiklostė iš vėlyvojo baroko ir buvo populiarus XVIII a. (maždaug nuo 1730 m. ir tęsėsi iki Prancūzijos revoliucijos 1789 m.). Šiuo laikotarpiu menininkai ieškojo lengvesnio stiliaus, priešingai nei sunkūs baroko elementai. Rokoko pasižymėjo elegancija, dekoratyvumu ir menininkų polinkiu pabrėžti švelnumą bei grakštumą, naudotos pastelinės spalvos. Rokoko dažnai nukrypavo nuo griežto simetriško dizaino, meistrai įtraukdavo asimetrinius ornamentus. Rokoko stilius paveikė ne tik dailę, bet ir architektūrą, literatūrą bei kitas menines disciplinas. Jis buvo būdingas aukštosios visuomenės pramogoms, o jo elegantiški elementai paplito po visą Europą.



Rokoko stiliaus durys Paryžiaus viešbutyje „De Samuel Bernard“ (1740 m.)

Šaltinis: https://en.wikipedia.org/wiki/Rococo#/media/File:Paris_H%C3%B4tel_de_Samuel_Bernard_34.JPG



Ar žinote, kur buvo gaminami prabangiausi prancūziški nėriniai?

Alansonas (*Alençon*) yra miestas, garsėjantis nėriniais, kurie įtraukti į UNESCO Nematerialaus kultūros paveldo sąrašą. Šie nėriniai siuvinėjami rankomis, be ataudų ar metmenų, dygsnis po dygsnio suformuojant nėrinių raštą. Alansono nėriniai egzistuoja nuo XV a. Jie atsirado konkuruojant su Venecijos nėriniais. Alansono nėrinių istorija ilga ir turtinga. 1660 m. Marta la Perere (*Marthe La Perrière*) išrado šį siuvinėjimo būdą. Iš tiesų tai tikras menas ir titaniškas darbas. Alansone siuvinėti nėriniai imti vadinti *prancūziškaisiais* nėriniais.

Norint pagaminti šiuos nėrinius, reikia didžiulio kruopštumo, daug kantrybės. Siuvinėjimas trunka daug laiko – vienam kvadratiniam centimetrui Alansono nėrinių reikia maždaug 7 valandų darbo, o tokį gamybos greitį įgyja tik patyrę nėrinių kūrėjai. Šio meno mokomasi per praktiką – norint tapti patyrusiu siuvinėjimo meistru, reikia praktikuotis nuo 7 iki 10 metų, todėl tvirtas ryšys vienija nėrinių kūrėją ir mokinį, kad pavyktų sėkmingai perteikti visus nėrinių kūrimo etapus: rašto piešimą ir siuvimą, raštų pagrindo sukūrimą ir siūles.



Rankomis siuvinėti Alansono nėriniai

Šaltinis: https://i.etsystatic.com/28896926/r/il/8143d0/5052101154/il_794xN.5052101154_bsuq.jpg



Alansono nériniai tapo karaliaus Liudviko XV mėgstamiausiais. Pats karalius dėl siuvinėjimo rašto tankumo juos pavadino „žieminais nériniais“. Nériniai tapo labai populiarūs – XVIII a. veikė daugiau nei 80 gamybos cechų ir dirbo daugiau nei 10 000 nérinių siuvėjų. Po revoliucijos nérinių gamyba patyrė nuosmukį, nes Alansono rankų darbo nériniai nebeatitiko progresuojančios visuomenės modernizacijos.

Nérinių menas, išgyvenęs amžių amžius, išliko iki šiol. Tai tikras prancūzų aukštosios mados tobulumo simbolis. Alansono adatinių nérinių gamybos technika daro ją „nérinių karaliene“ ir suteikia šiai produkcijai reputaciją, kuri tokį vardą pateisina. Alansone yra Dailės ir nérinių muziejus, kuriame pristomi įvairūs prancūziški nériniai.

Ar žinote, kokių rūšių dirbiniai buvo gaminami interjerų dekorui?

Daug dėmesio buvo skiriama interjerų dekorui; jie puošti **tapyba**, auksuotais **gipso lipdiniais**, šviesių spalvų **šilkiniais apmušalais**, **gobelenais**. Apie 1750 m. pradėtas gaminti kietasis **porcelianas**, meistriškumu garsėjo **auksakaliai**, **tapytojai laku**. Buvo populiarūs puošnūs **metalo dirbiniai**: gėlių pintinėlės, stalo puošmenos, indai, šviestuvai.

Buvo audžiamas Liono **šilkas**. Atidarytos rištinių **kilimų**, gobelenų **manufaktūros**, kitose manufaktūrose gamintas **fajansas**.

Fajansas – smulkiai akyta, dažniausiai balta keramika, padengta skaidria ir bespalve glazūra. Fajanso rūšys skiriasi savo baltojo molio ir kvarcinio smėlio proporcijomis. Fajansas yra trijų rūšių: molinis, kalkinis ir lauko špato, sudėtyje dar turinčio kreidos arba dolomito.

Ar žinote, kas būdinga impresionistų kūrybai?

Pagrindinis impresionizmo principas – atspindėti akimirką, sustabdyti judesį, atskleisti realybės nepastovumą, pagrįsti įspūdžiu. Tapyboje naudojamos grynos, nemaišytos spalvos, atsisakyta žemės, ochros tonų.

Naudojami laisvi, smulkūs potėpiai, atsisakyta aiškių linijų. Teikiama pirmenybė plenerinei tapybai, peizažo žanrui, didelis dėmesys skiriamas saulės šviesos atspindžiams, vandens paviršiaus raibuliavimui vaizduoti.

Garsiausi impresionizmo stiliaus tapytojai – **Eduaras Manė** (*Édouard Manet*), **Klondas Monė** (*Oscar-Claude Monet*), **Alfredas Sislėjus** (*Alfred Sisley*), **Kamilis Pisaro** (*Camille Pissarro*), **Edgaras Dega** (*Edgar Degas*).





P. Cézanne. *Estaque*. „Vaizdas į Marselio įlanką“ (aliejus, 1878–1879)



„Japoniškas tiltas ir kūdra su vandens lelijomis“ (*Le bassin aux Nymphéas*, 1899)

Šaltinis: Filadelfijos dailės muziejus; https://lt.wikipedia.org/wiki/Claude_Monet

Ar žinote, kas būdinga postimpresionistų tapybai?

Postimpresionistai atsisakė mėgdžioti natūrą, imituoti medžiagiškumą, siekė susintetintais tikrovės pavidalais perteikti simbolines prasmes. Jų kūryboje atsisakyta impresionistinių metodų, pabrėžiamas ryšys tarp vaizduotės ir



objektyvios tikrovės, siekiama jausmų ir proto sintezės, savitos regimųjų išpūdžių išraiškos. Žymiausi atstovai: **Vincentas van Gogas** (*Vincent van Gogh*), **Polis Sezanas** (*Paul Cézanne*), **Polis Gogėnas** (*Paul Gauguin*), **Anri de Tulūzas-Lotrekas** (*Henri de Toulouse-Lautrec*).



Van Gogas. „Žvaigždėta naktis“ (1889)

Šaltinis: <https://vilniausgalerija.lt/2022/02/06/kuryba-ir-beprotybe-10-zymiausiu-van-gogo-tapybos-darbu/>



Polis Gogėnas. „Maistas“

„Vida Press“ nuotr.; Šaltinis: <https://www.lrt.lt/naujienos/kultura/12/1584676/tapytojas-gogenas>



Ar žinote, koks stilius yra *art nouveau*?

Art nouveau (naujasis menas) – XIX a. pabaigos – XX a. pradžios architektūros, taikomosios ir vaizduojamosios dailės kryptis, modernio atmaina.

Modernas (pranc. *moderne* – šiuolaikinis), kitaip – *art nouveau*, **jugendas** – XIX a. pabaigos ir XX a. pradžios architektūros ir dailės stilius, paplitęs Europos ir JAV mene. Akcentuojama dinamika, stilizuotas dekoratyvumas, asimetrinė kompozicija.



Monmartro Šv. Jono bažnyčia Paryžiuje (1894–1904 m., architektas A. de Baudot)

© Shutterstock; Šaltinis: <https://www.vle.lt/straipsnis/art-nouveau/>

Art nouveau menininkai skelbė, kad *art nouveau* turi tapti naujuoju gyvenimo stiliumi, laiko dvasią turėtų perteikti menų sintezė, netradicinės naujos formos (vertikalumas, asimetrija), ornamentiškumas, simboliškumas, dekoratyvi erdvė, naujos medžiagos ir konstrukcijos.



Ar žinote, kokia prancūzų dizainerė padarė „perversmą“ mados pasaulyje?

Coco Chanel (tikr. *Gabrielle Bonheur Chanel*, liet. Koko Šanel) gimė 1883 m. atokiame Prancūzijos miestelyje Somiūre. Ji labai anksti neteko mamos ir, nepažinodama tėvo, užaugo vaikų namuose. Coco slapyvardis kilęs iš pirmųjų jos pasirodymų dainuojant kavinėse, kur ją praminė „Coco“, nes nuolat dainuodavo dainą „*Qui qu'a vu coco sur le Trocadéro?*“. „Coco“ yra prancūziško žodžio „*cocotte*“, reiškiančio meilikavimą, trumpinys.

Lucienne Rabaté išmokė Gabrielę siūti ir, išvykusi į Paryžių, ji pradėjo dirbti siuvėja. Paryžiuje greitai išsikovojo vietą mados pasaulyje ir tapo žinoma pravarde *Coco Chanel*.

Mados revoliucija

Coco Chanel pradėjo savo verslą, įkurdama moteriškų skrybėlių parduotuvę, kurios populiarumas greitai augo. Ji sukūrė modernių drabužių modelių, įvedė paprastas ir elegantiškas linijas, išlaisvinusias moteris nuo siaurų drabužių ir korsetų. Coco sugebėjo derinti paprastumą, eleganciją ir pritaikė moterų drabužiams vyriško garderobo dalis, tokias kaip kardiganas ir kelnės.

Jos sukurti drabužiai tapo mados ir stiliaus simboliais. Chanel išpopuliarino džersio (angl. *jersey* – plonas trikotažas, vienas populiariausių *audinių* šiltojo sezono drabužiams) audinio drabužius ir trumpų plaukų šukuosenas bei sukūrė daugybę ikoniškų drabužių, įskaitant tvido kostiumus ir „mažą juodą suknelę“, kurią žurnalas „*Vogue*“ pavadino „**modernios moters privaloma uniforma**“.



Coco Chanel (*Gabrielle Chanel*)

Šaltinis: <https://www.marieclaire.fr/coco-chanel-l-elegance-insoumise.843070.asp>



Coco Chanel posakiai:

„*Mada išblėsta, lieka tik stilius.*“

„*Prabanga yra ne skurdo priešingybė, o vulgarumo.*“

„*Moteris be kvėpalų yra moteris be ateities.*“

„*Aš pasirinkau, kuo noriu būti, ir esu.*“

Coco Chanel pirmoji atskleidė juodos spalvos elegantiškumą, sukūrė rankines, nešiojamas per metus per petį, jūreiviškus drabužius pavertė stilingu atostogų atributu.

Šios dizaino idėjos ženkliai paveikė mados pramonę. Įkūrusi savo prekės ženklą „Chanel“, ji tapo viena garsiausių mados dizainerių pasaulyje. 1957 m. „Chanel“ pavasario kolekcija laimėjo „mados Oskarą“.

Kvepalai „Chanel Nr. 5“

Be drabužių ir aksesuarų, Chanel įkūrė ir savo kvepalų bei kosmetikos liniją, kuri iki šių dienų yra viena prestižiškiausių pasaulyje. 1921 m. išleistas „Chanel Nr. 5“ tapo vienu iš garsiausių kvepalų pasaulyje. Šie kvepalai tapo jos palikimo dalimi ir iki šiol išlieka vienu įtakingiausių prekės ženklo „Chanel“ produktų.



„Chanel“ mados namai Paryžiuje, įkurti 1909 m.

Šaltinis: <https://nieko-sudetingo.blogspot.com/2011/07/rankines-uzkariavusios-pasauli-chanel.html>

Palikimas ir įtaka po mirties

G. Chanel mirė sulaukusi 87 metų (1971 m.), bet jos palikimas ir prekės ženklas „Chanel“ išlieka galingas bei įtakingas ir po jos mirties. Jos kūrybos idėjas tęsė Karlas Lagerfeldas, kuriam pavyko išlaikyti „Chanel“ prekės ženklo prestižą ir inovacijas.



Jos palikimas apibūdina Coco Chanel kaip įžymią ir ikonišką figūrą mados industrijoje bei jos įtaką dizainui ir kultūrai pasaulinėje kultūroje. Coco Chanel buvo geniali ir netradicinė verslo moteris, kuri suprato, kad genialumas yra paprastumas – drabužiai ir daiktai turi būti tokie, kad moterys jaustųsi patogiai ir oriai. Ji sugebėjo visa tai paversti klasikiniu ir atpažįstamu stiliumi, gyvuojančiu aukštojoje madoje, kasdienėje madoje, papuošaluose, avalynėje ir, žinoma, kvėpaluose. Praleidusi vaikystę skurde, ji mokėjo nepaisyti taisyklių, kurdama madą iš nebrangių, bet kokybiškų medžiagų.

Visą savo gyvenimą ji buvo kūnu ir siela atsidavusi darbui ir kūrybai. Ji vadinama įtakingiausia XX a. mados kūrėja, moterų emancipacijos drabužių srityje pradininkė. Tai stipri, nepriklausoma, įkvepianti moteris. Ji viena iš pirmųjų moterų, kurios sėkmingai išitraukė į vyrų valdomą verslo pasaulį, sukūrė savo mados namus „Chanel“ ir ištisą mados imperiją bei tapo viena žymiausių XX a. mados dizainerių.

Nors Chanel daug pasiekė, jos praeitį gaubia nemaža paslapčių. Jos asmeninis gyvenimas buvo gana prieštaringas. Nors jos vardas tapo aukščiausios elegancijos ir gero skonio sinonimu, kai kas ją apibūdindavo kaip nelankstaus charakterio, piktą ir užsispyrusią. Po jos mirties iškilė daugybė klausimų dėl jos ryšių ir asmeninių sąsajų su Vokietijos okupacinėmis pajėgomis Antrojo pasaulinio karo metais. Yra įrodymų, kad Chanel buvo užverbuota kaip agentė Vokietijos karinės žvalgybos, todėl ji turėjo išvykti iš Prancūzijos ir gyveno Šveicarijoje. Būdama 70-ies, ji sugrįžo į Paryžių ir vėl atidarė savo mados namus.

Neįtikėtino likimo mados ikona tapo daugybės knygų ir kelių biografinių filmų heroje. Apie ją parašytos knygos:

- C. W. Gortner. *Panelė Chanel. Nepakartojamas Coco Chanel gyvenimas.* (originalus pavadinimas pranc. *Mademoiselle Chanel*);
- Edmonde Charles-Roux. *COCO Chanel*;
- Halo Vaughano. *Miegu su priešu.* 2011.

Sukurti filmai:

- „Coco prieš Chanel“ (angl. *Coco before Chanel*) – biografinė drama (2009, rež. Anne Fontaine, vaidina Audrey Tautou ir kt.);
- „Coco Chanel ir Igoris Stravinskis“ – prancūzų romantinė drama (2009, rež. Jan Kounen).



Tradicioniai prancūzų žaidimai

Prancūzija turi ilgą istoriją ir gausų kultūrinį paveldą, įskaitant tradicinius žaidimus. Tradiciniai prancūzų žaidimai yra ne tik įdomūs. Daug puikių prancūziškų žaidimų ne tik padeda praleisti laiką, bet ir turi edukacinę vertę.

- Tradiciniai žaidimai skatina kūrybiškumą ir fizinę veiklą. Jie gali suteikti alternatyvą moderniems technologijų žaidimams ir skatinti mokinius judėti, stiprinti raumenis, lavinti koordinaciją ir kitus fizinės veiklos įgūdžius.
- Žaidimai gali būti puiki priemonė mokytis įvairių dalykų: prancūzų kalbos, geriau suprasti matematikos principus, strateginį mąstymą ir kita. Įtraukdami Prancūzijos tradicinius žaidimus į mokymo programą, mokytojai gali suteikti mokiniams galimybę mokytis be streso, įdomiu ir įtraukiančiu būdu.
- Žaisdami mokiniai mokosi bendrauti ir bendradarbiauti, įveikti iššūkius kartu su bendraminčiais, dirbti komandose.
- Susipažinimas su šiais žaidimais padės Lietuvos mokiniams geriau suprasti Prancūzijos kultūrą ir istoriją, skatins tarpkultūrinį dialogą ir prisidės prie mokinių kultūrinio, socialinio ir asmeninio vystymosi.

Žaisti šiuos žaidimus yra tikrai smagu! Lietuvoje šiuo metu puikiai žinomi žaidimai „Petankė“, „Monopolis“ kilo iš Prancūzijos. Pristatome kai kuriuos geriausius tradicinius žaidimus, kurie tikrai tapo esmine prancūzų kultūros dalimi.

1. „Petankė“ (pranc. *Pétanque*)



„**Petankè**“ yra garsus ir populiarus prancūziškas lauko žaidimas, žaidžiamas beveik kiekviename Prancūzijos miesto sode ir parke. Šis žaidimas kilęs iš mažo Provanso miestelio *La Ciotat*, kuriame ir buvo sukurtas 1907 m. Joks prancūziškų žaidimų sąrašas neapsieina be „Petankès“, ir jūs tikrai atrodysite kaip tikras prancūzas, jei jį žaisite.

Vienas mažas kamuoliukas ir aštuoni didesni rutuliai (dažniausiai pagaminti iš metalo). Žaidėjai gali numušti kitos komandos rutulius nuo mažo kamuoliuko.

2. „Sraigė“ (pranc. *Escargot*)



Sraigės visiems asocijuojasi su prancūzais – ir pagrįstai, nes prancūzų susižavėjimas sraigėmis yra kur kas didesnis, negu tik valgyti šį delikatesą. „Sraigė“ yra prancūziškas linijos variantas, kilęs iš senovės. Užuoat kreida nubrėžę tradicines linijas ratu, prancūzai piešia sraigę!

„Sraigės“ žaidimo gali būti keletas versijų. Viena versija – stalo žaidimas, kita – lauko žaidimas.

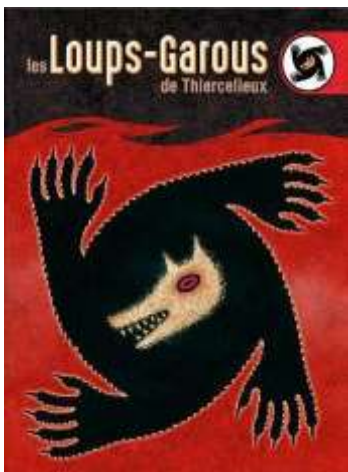
Lauko žaidimas skirtas fiziniam aktyvumui didinti, šoklumui, koordinacijai lavinti, o stalo žaidimai gali būti integruoti į įvairias veiklas (pvz., mokantis prancūzų kalbos, atliekant matematinės užduotis, saviraiškai, emocinems būsenoms įvardyti). Žaidimai skirti įvairaus amžiaus vaikams.

3. „Ožių barzdų“ žaidimas (pranc. *Jeu de la Barbichette*)



Tai labai paprastas prancūziškas žaidimas, kurį dažnai žaidžia vaikai ir kuriam nereikia jokių medžiagų. Tai gana keistas žaidimas. Žaidžiama nuolat laikant varžovo smakrą žaidimo metu, todėl vadinama ožio barzda.

4. „Vilkolakiai“ (pranc. *Les Loups-garous de Thiercelieux*)



„Vilkolakis“ 2001 m. sukūrė prancūzų autoriai P. des Pallièresas ir H. Marly. Tai vaidmenų žaidimas, kurį tikrai žaisite, jei dalyvausite beveik bet kuriame prancūziškame vakarėlyje.

5. „Taurė ir kamuolys“ (pranc. *Le Bilboquet*)



Žaislas, sudarytais iš kamuoliuko, puodelio ir virvelės. Reikia pagauti kamuolį puodelyje, viena ranka jį siūbuojant. Tai tradicinis prancūzų žaidimas nuo 1500 m. Prancūzų rašytojas F. Rablé mini šį žaidimą savo gerai žinomoje



knygoje „Gargantiua ir Pantagriuelis“), kuri buvo parašyta 1534 m. Yra žinoma, kad net karalius Henrikas III nuolat rankoje laikė „Le Bilboquet“!

6. „Kas aš esu?“ (pranc. *Qui Suis Je?*)



Tai nuostabus žaidimas, skirtas savo kalbėjimo įgūdžiams lavinti kuriant ir suprantant klausimus, pritaikyti žodyną prie įvairių temų. Belieka tik atspėti, koks herojus esi.

7. „Tūkstantis etapų“ (pranc. *Mille Bornes*)



„Tūkstantis etapų“ yra klasikinis prancūziškas kortų žaidimas, kurį iš esmės kiekvienas yra žaidęs bent kartą gyvenime, ridendamas kauliuką.



8. „Atspėk žodį“ (pranc. *Concept*)



Stalo žaidimai yra vieni interaktyviausių ir linksmiausių prancūziškų žaidimų. Jie visada žaidžiami su kitais, taigi visada turite galimybę pabendrauti.

Vienas iš populiarių stalo žaidimų Prancūzijoje vadinamas „Concept“ („Atspėk žodį“). Šis stalo žaidimas išleistas 2013 m. Žaidimą sukūrė A. Rivollet ir G. Beaujannot. Žaidimas gavo daugybę apdovanojimų ir nominacijų, įskaitant Jeu de l'Année prizą Kanuose 2014 m. 2018 m. buvo išleistas 4 metų ir vyresniems pritaikytas šio žaidimo variantas.

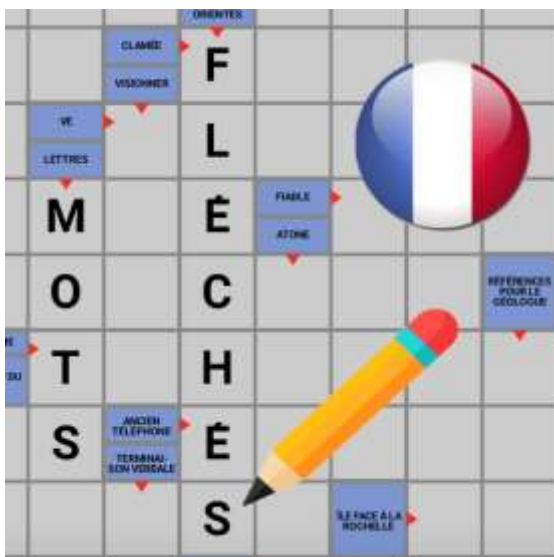
9. Kryžiažodžiai (pranc. *Mots Croisés*)



Kryžiažodžiai gali būti puikus iššūkis mokantis prancūzų kalbos. Jie lavina jūsų įgūdžius, priversdami pirmiausia suprasti kiekvienos užuominos niuansus, kad tiksliai nurodytumėte vieną žodį, kuris tinka tam skirtoje vietoje, ir teisingai jį parašytumėte.



10. Galvosūčiai su rodyklėmis (pranc. *Motas Fléchés*)



Rodyklių galvosūčiai iš esmės yra kryžiažodžiai, kai eilutės kryžiuojasi, pasisuka.

11. „Žvejyba“ (pranc. *Pige Dans Le Lac arba Pêche*)



„Žvejyba“ arba *Pige Dans Le Lac (Pêche)* žaidimas nėra itin populiarus Prancūzijoje, bet tai geras dalykas, jei reikia praktikuoti skaičiuoti ir paklausti prancūziškai (? priedas).



Savitikros klausimai

GEOGRAFIJA

1. *Ką reiškia lagūna?*
2. *Kur Lietuvoje galima rasti lagūną?*
3. *Kokie didžiausi Prancūzijos pusiasaliai?*
4. *Kokie vandenys skalauja Prancūzijos krantus?*
5. *Kokie didžiausi Prancūzijos įlankos?*
6. *Kaip vadinamos užtvindomų upių žiotys?*
7. *Ką reiškia „karstinės kilmės“?*
8. *Kur Lietuvoje galima rasti karstinės kilmės reljefo pavyzdžių?*
9. *Koks yra aukščiausias Prancūzijos kalnas ir koks jo aukštis?*
10. *Kokiuose kalnuose jis yra?*
11. *Ką reiškia „vertikalusis zoniškumas“?*
12. *Kaip vadinami Ronos slėnyje pučiantys šalti ir šilti vėjai?*
13. *Kokia upė teka per Paryžių?*

ISTORIJA

1. *Ar žinote, kokiuose Prancūzijos urvuose rasta senovinių piešinių?*
2. *Ar žinote, iš ko kilo Provanso pavadinimas?*
3. *Ar žinote, iš kokio žodžio kilo Paryžiaus pavadinimas?*
4. *Ar žinote, kas yra Galija?*
5. *Ar žinote, kur Prancūzijoje buvo Romos popiežiaus dvaras?*
6. *Ar žinote, kada vyko Šimtametis karas?*
7. *Koks Prancūzijos karalius buvo vadinamas Karaliumi Saule?*
8. *Kokius rūmus pastatė karalius Liudvikas XIV?*
9. *Kas yra hugenotai?*
10. *Koks įvykis buvo „Baltramiejaus naktį“?*
11. *Koks įvykis laikomas svarbiausiu Didžiosios Prancūzijos revoliucijos simboliu?*
12. *Dėl ko kilo prancūzų revoliucija?*
13. *Kokia diena yra Prancūzijos nacionalinė šventė?*
14. *Kokia garsiausia Prancūzijos karalienė?*
15. *Kuo įžymi karalienė Marija Antuanetė?*
16. *Kuo garsus imperatorius Napoleonas I?*



17. *Koks Napoleono Bonaparto likimas?*
18. *Kokia yra garsiausia Prancūzijos istorinė asmenybė – mergina nacionalinė didvyrė?*
19. *Kokia yra garsiausia Lietuvos istorinė asmenybė – mergina nacionalinė didvyrė, kuri primena Žaną d'Ark?*
20. *Ar žinote, kiek yra šalių, kurių valstybinė (arba viena iš valstybinių) kalba yra prancūzų kalba?*
21. *Kiek žmonių pasaulyje kalba prancūziškai?*
22. *Kur dingo Prancūzijos kolonijos?*
23. *Kokios Europos šalys kalba prancūziškai?*
24. *Ar žinote, kokius klausimus sprendė Versalio sutartis?*
25. *Ar žinote, kokie metai prancūziškai vadinami les Années folles (beprotiškaisiais metais)?*
26. *Ar žinote, kada Prancūzija įstojo į Europos Sąjungą?*
27. *Ar žinote, kad dabartinė Prancūzija yra penktoji Prancūzijos Respublika?*
28. *Ar žinote, kas yra dabartinis Prancūzijos prezidentas?*

LIETUVOS IR PRANCŪZIJOS RYŠIAI

1. *Kiek ilgai Klaipėdos kraštą valdė prancūzai?*
2. *Kas buvo 2023 m. sausio 15 d. Lietuvos inicijuoto žygio į Klaipėdą vadas?*
3. *Ar žinote, kaip buvo išsaugota prancūzų ginklo garbė Klaipėdos krašto prijungimo prie Didžiosios Lietuvos metu?*
4. *Ar žinote, kaip buvo paminėtas Klaipėdos krašto prijungimo prie Didžiosios Lietuvos šimtmetis?*
5. *Koks paminklas Klaipėdoje simbolizuoja Didžiosios ir Mažosios Lietuvos susijungimą?*

LITERATŪRA

1. *Kas yra kurtuazinė literatūra?*
2. *Kas yra trubadūras?*
3. *Ar žinote, koks riterinis romanas apdainavo nelaimingą meilę?*
4. *Kas yra rondo?*
5. *Kokie lietuvių poetai yra kūrę rondo?*
6. *Kuo skiriasi klasicistinis ir barokinis literatūros stiliai?*
7. *Kas yra bufonada?*



8. Kokios žymiausios Moljero komedijos?
9. Kokie kokie garsiausi XVIII a. prancūzų rašytojai humanistai?
10. Pagal kokį V. Hugo kūrinį pastatytas to paties pavadinimo filmas-miuziklas?
11. Kokia moteris rašytoja laikoma feministinės literatūros pradininke ir kokie jos žymiausi kūriniai?
12. Kokie garsiausi XIX a. prancūzų realizmo ir modernizmo rašytojai?
13. Kokios literatūros kryptys atsirado XX a. pabaigoje – XXI a. pradžioje?

MUZIKA

1. Kuo skiriasi menestrelis nuo trubadūro ir truvero?
2. Kaip vadintos senovinės giedojimo mokyklos Prancūzijoje?
3. Kuo organumas skiriasi nuo vargonų?
4. Kokio karaliaus įsakymu įkurta Paryžiaus opera?
5. Kokia daina tapo Prancūzijos himnu?
6. Ar žinote, kokie du kompozitoriai parašė kūrinį tuo pačiu pavadinimu „Jūra“?
7. Kokia muzika vadinama „šansonu“?
8. Kokia prancūzų dainininkė vadinama „mažuoju žvirbliuku“?

MENAS

1. Ar žinote, kokia technika sukuriamas vitražas?
2. Kaip vadinamos labai mažos iliustracijos?
4. Kas yra milfleras?
5. Kaip atrodo marketri baldų dekoras?
6. Kas būdinga rokoko stiliui?
7. Kur buvo gaminami prabangiausi prancūziški nėriniai?
8. Kas būdinga impresionistų kūrybai?
9. Kas būdinga postimpresionistų tapybai?
10. Kas yra art nouveau?
11. Kokia žymiausia XX a. prancūzų dizainerė, mados ikona?

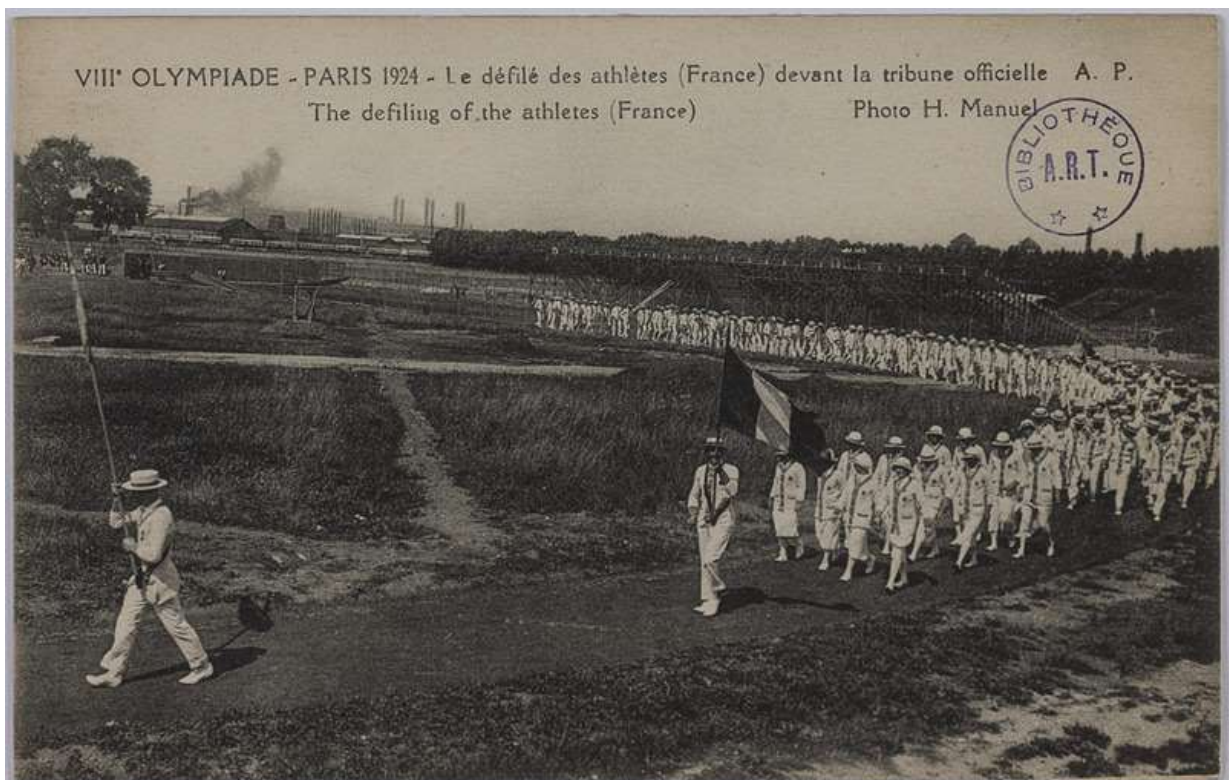


5 skyrius

Paryžius 2024: olimpinės ir paralimpinės žaidynės

Sugrįžimas po 100 metų

Prieš 100 metų, 1924 m., Paryžiuje vyko VIII olimpinės žaidynės. Prabėgus šimtmečiui, 2024-aisiais, jos vėl sugrįžta į Paryžių.



Sportininkų paradas 1924 m. Paryžiaus olimpinėse žaidynėse prieš oficialią Kolumbo olimpinio stadiono (*Hauts-de-Seine*) tribūną

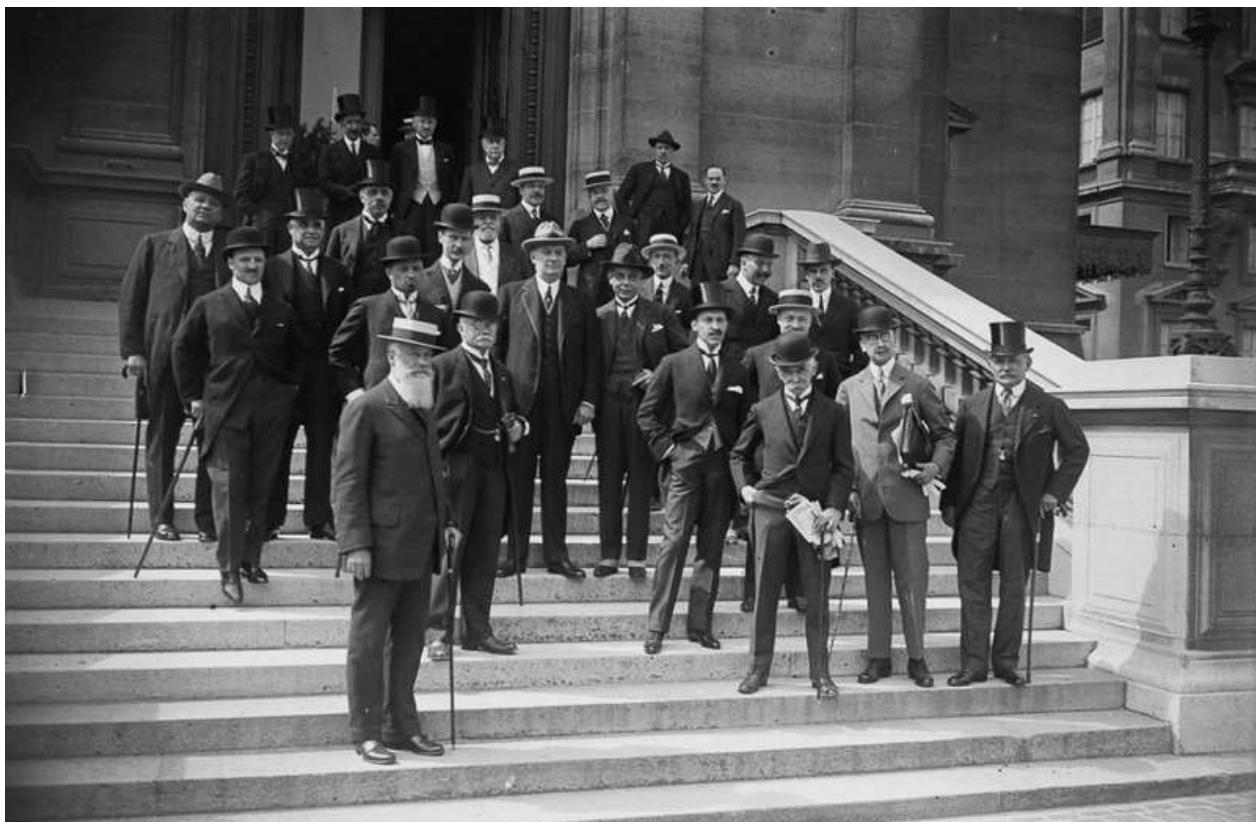
Henrio Manuelio nuotrauka. Atvirukas, fotomechaninė spauda. Paryžiaus miesto istorinė biblioteka

Olimpinės žaidynės Paryžiuje pirmą kartą buvo surengtos 1900 m. rugsėjo 14 – spalio 28 d., tačiau jos sutapo su Paryžiuje vykusia Pasauline paroda, ir visuomenės dėmesys šiai parodai nustelbė olimpines žaidynes. Į žaidynes buvo įtraukta įvairių sporto šakų ir meno varžybų, tačiau dalyvavo tik 997 sportininkai iš 24 šalių.



Antrą kartą Paryžiuje žaidynės įvyko 1924 m. balandžio 20 – spalio 27 d., dalyvavo apie 3 000 sportininkų iš 44 šalių. Žaidynių metu sportininkai varžėsi šešiose sporto šakose. 1924 m. vasaros olimpinės žaidynės buvo aštuntoji vasaros sporto olimpiada. 1924 m. vasaros olimpinės žaidynės tapo pirmosios Lietuvos sportininkams.

Dėl teisės surengti žaidynes Paryžius taip pat varžėsi su Amsterdamu, Los Andželu, Rio de Žaneiru ir Roma.



Užsienio reikalų ministerijos sporto pareigūnų grupė, olimpiųjų žaidynių metu (trečias iš dešinės – Pierre'as de Coubertinas), 1924 m. Paryžius

Crédit photo: © Albert Harlingue / Roger-Violle

„Gyvename labai sunkiais laikais, kai pasaulį niokoja niokoja karai ir konfliktai, ir žmonių širdys sako: „Trokštame taikos ir vilties, ko nors, kas suteiktų šviesos ir džiaugsmo, kas mus suvienytų. Olimpinės žaidynės gali tai pasiūlyti.“

Tomas Bachas (Thomas Bach), TOK prezidentas, 2024 m.



KODĖL Paryžius?

Kaip išrenkama olimpinių žaidynių vieta?

Olimpinių žaidynių vietos parinkimas yra sudėtingas procesas, vykstantis keletą metų iki žaidynių. Pagrindiniai žingsniai šiame procese yra šie:

- **Paraiškos pateikimas.** Miestų, esančių šalies teritorijoje, kandidatūras olimpinėms žaidynėms rengti iškelia nacionaliniai olimpiniai komitetai. Kartu automatiškai iškeliamas ir parolimpinių žaidynių organizavimo kandidatūra. Miestai, norintys tapti olimpinių žaidynių šeimininkais, pirmiausia turi pateikti oficialų prašymą Tarptautiniam olimpiniam komitetui (TOK).
- **Paraiškos vertinimas:** TOK vertina visus gautus miestų prašymus, atsižvelgdamas į įvairius veiksnius, tokius kaip sporto infrastruktūra, apgyvendinimo galimybės, transporto sistemų būklė, saugumas ir t. t.
- **Finalistų atranka:** Po paraiškų vertinimo kelios geriausios paraiškos tampa finalininkėmis. TOK atstovai apsilanko šiuose miestuose, tiksliai įvertindami jų pasirengimą rengti žaidynes. Finalininkai turi galimybę ginti savo poziciją ir patikinti TOK, kodėl būtent jų miestas turėtų būti pasirinktas.
- **Balsavimas:** TOK nariai balsuoja už geriausią miestą kandidatą. Miestas, surinkęs daugiausia balsų, tampa olimpinių žaidynių šeimininku.

Šie etapai rodo, kad proceso metu yra atsižvelgiama ne tik į sportinę infrastruktūrą, bet ir į socialinius, ekonominius ir politinius veiksnius. Olimpinių žaidynių organizatoriai nori užtikrinti, kad pasirinktas miestas būtų tinkamiausias ir galėtų sėkmingai organizuoti ir priimti didelį tarptautinį renginį.

Paryžius buvo pasirinktas 2024 m. olimpinių žaidynių vieta per oficialų TOK atrankos procesą. Šis pasirinkimas susijęs su unikaliu dviejų miestų – Paryžiaus ir Los Andželo – susitarimu, leidžiančiu abiem miestams tapti olimpinių žaidynių šeimininkais.

Štai kaip tai vyko: 2015 m. dalyvauti konkurse ir organizuoti olimpiadą pareiškė norą penki miestai – Hamburgas (Vokietija), Roma (Italija), Los Andželas (JAV), Paryžius (Prancūzija) ir Budapeštas (Vengrija).



TOK nariai įvertino miestų paraiškas. Buvo atsižvelgiama į įvairius kriterijus, tokius kaip sportinė infrastruktūra, saugumas, apgyvendinimo galimybės, transportas ir kt.

Paryžius ir Los Andželas buvo pagrindiniai kandidatai, norintys tapti 2024 m. olimpinų žaidynių šeimininku. Kiti miestai (Hamburgas, Roma ir Budapeštas) vienas po kito atkritė.

Abu miestai – Paryžius ir Los Andželas – buvo pripažinti geriausiaisiais ir tapo galutiniais kandidatais rengti žaidynes. Nors tradiciškai TOK renkasi vieną miestą olimpinės žaidynėms organizuoti, šiuo atveju buvo pasiektas susitarimas dėl dvejų žaidynių: Los Andželas nusprendė užleisti vietą 2024 m. olimpinės žaidynės rengti Paryžiui, o pats organizuoti 2028-ųjų olimpiadą. Paryžiuje olimpinės žaidynės yra vykusios 1900 ir 1924 m., o Los Andžele – 1932 ir 1984 metais.

2017 m. rugsėjį, likus septyneriems metams iki olimpinų žaidynių, Limoje (Peru) vykusioje TOK sesijoje Paryžius buvo oficialiai patvirtintas 2024 m. olimpinų žaidynių vieta.

Kaip sportininkai atrenkami į olimpinės žaidynes?

Sportininkai į olimpinės žaidynes atrenkami pagal tam tikrus kriterijus ir procedūras, kurias nustato tarptautinės sporto šakų federacijos ir Tarptautinis olimpinis komitetas (TOK). Šie kriterijai ir procedūros skiriasi **priklausomai nuo sporto šakos**, tačiau galima išskirti keletą pagrindinių atrankos etapų:

- **Kvalifikaciniai turnyrai ir varžybos:** dauguma sporto šakų turi kvalifikacinius turnyrus ar varžybas, kuriuose sportininkai privalo dalyvauti ir pasiekti tam tikrų rezultatų, siekdami kvalifikacijos į olimpinės žaidynes. Tai gali būti tarptautiniai turnyrai, pasaulio čempionatai ar kitos svarbios varžybos.
- **Kvotos ir ribojimai.** Kiekvienai šaliai skiriama tam tikra kvota, kiek sportininkų gali dalyvauti atitinkamoje sporto šakoje. Taip siekiama užtikrinti įvairovę ir tarptautinį dalyvavimą olimpinėse varžybose. Yra ir kitų apribojimų, pavyzdžiui, tam tikrų šalių sportininkams gali būti nustatyta kvalifikacijos norma.



- **Olimpinis kvalifikacijos įvertinimas.** Kai sportininkai pasiekia tam tikrus rezultatus kvalifikacinėse varžybose, jie gali būti įvertinami pagal olimpinės kvalifikacijos normas. Kvalifikacija gali būti grindžiama rangais, taškais ar kita sistema, priklausomai nuo sporto šakos ir taisyklių.
- **„Wild Card“** (laisvojo dalyvavimo teisė) yra speciali teisė, suteikiama sportininkui ar šaliai, kuri nepasiekia arba neįvykdo įprastinių kvalifikacijos reikalavimų, bet yra svarbi sporto judėjimui arba pasižymi specialiomis sąlygomis. Ši teisė gali būti suteikta dėl įvairių priežasčių, pavyzdžiui, siekiant skatinti įvairovę, atsižvelgti į sudėtingas humanitarines priežastis arba kitaip prisidėti prie tarptautinės sportinės bendruomenės. Tokią teisę kai kuriais atvejais gali suteikti TOK.
- **Atskiras kvalifikacijos procesas** kai kurioms sporto šakoms. Kai kurios sporto šakos turi savo unikalius kvalifikacijos metodus ir taisykles, priklausomai nuo sporto pobūdžio. Pavyzdžiui, tokios sporto šakos kaip šokis arba gimnastika gali turėti specialius kvalifikacijos vertinimus.
- **Asmeninis kelialapis.** Sportininko asmeninis kelialapis yra teisė, kurią sportininkas iškovojo individualiai, pasiekdamas tam tikrus rezultatus arba laimėdamas kvalifikacines varžybas. Tai gali būti pasiekta, įveikus kvalifikacines normas nacionaliniuose ar tarptautiniuose turnyruose, čempionatuose ar kitose varžybose. Sportininko asmeninis kelialapis rodo, kad sportininkas yra pasiekęs reikiamą sportinį lygį ir yra kvalifikuotas dalyvauti olimpinėse žaidynėse pagal nustatytus kriterijus. Ši teisė yra individuali ir asmeninė, priklauso nuo sportininko pasiekimų ir gebėjimų.
- **Pilietybė.** Būtina turėti atitinkamos šalies pilietybę, kad galėtum atstovauti tos šalies nacionalinį olimpinį komitetą. Pavyzdžiui, Justine Elizabeth Murdock yra lietuvišką pasą neseniai gavusi 20-metė plaukikė iš JAV, kuri kovoja dėl galimybės patekti į olimpinės žaidynes ir atstovauti Lietuvą Paryžiuje 2024 m.
- **Atstovavimas.** Olimpinėse žaidynėse sportininkai dalyvauja ne kaip šalies atstovai, o kaip nacionalinių olimpinių komitetų sportininkai.



2024 m. Paryžiuje vyksiančiose vasaros olimpinėse žaidynėse varžysis apie 10 500 sportininkų iš 206 nacionalinių olimpinių komitetų.

Šios procedūros atliekamos tarptautiniu lygmeniu, o kiekviena šalis turi savo nacionalinę sporto šakos federaciją ir nacionalinį olimpinį komitetą, atsakingus už sportininkų atranką ir olimpinį judėjimą. Olimpinės žaidynės yra tarptautinis sporto renginys, todėl jas organizuojant dalyvauja TOK, sporto šakų federacijos ir nacionaliniai olimpiniai komitetai.

Sportininko **asmeninis kelialapis** ir „**Wild Card**“ (laisvojo dalyvavimo teisė) yra dvi skirtingos sąvokos, susijusios su sportininkų atrankos procesu į olimpinės žaidynes ir skiriasi pagal tai, kaip sportininkai gauna teisę dalyvauti olimpinėse žaidynėse. Sportininko asmeninis kelialapis grindžiamas individualiais pasiekimais, tuo tarpu „Wild Card“ yra išimtinis sprendimas, suteikiamas siekiant užtikrinti įvairovę ir įtraukti sportininkus, kurie galbūt nepasiekė įprastinių normų, bet turėtų turėti galimybę dalyvauti olimpinėse žaidynėse.

Kas rūpinasi Lietuvos sportininkų pasirengimu olimpinėms žaidynėms?

Lietuvos sportininkų **pasirengimu** Paryžiaus olimpinėms žaidynėms rūpinasi atitinkamos nacionalinės sporto šakos federacijos.

Kas atsakingi už Lietuvos rinktinės dalyvavimą olimpinėse žaidynėse?

Lietuvos olimpinės rinktinės dalyvavimą Paryžiaus olimpinėse žaidynėse organizuoja Lietuvos tautinis olimpinis komitetas (LTOK).

Kas vadovaus Lietuvos olimpinei misijai?

Lietuvos misijos vadovas Paryžiaus olimpinėse žaidynėse – LTOK olimpinio sporto direktorius Einius Petkus. Misijos vadovo pavaduotoja – LTOK olimpinio sporto direktoriaus pavaduotoja Agnė Vanagienė.



Kokių būna olimpinių žaidynių?

Olimpinės žaidynės

Šiuolaikinės **olimpinės žaidynės** arba *olimpiada* – svarbiausios tarptautinės žiemos ir vasaros sporto šakų varžybos. Tiek žiemos, tiek vasaros olimpinės žaidynės vyksta kas ketverius metus, tačiau su dvejų metų skirtumu.



Pastaba: jaunimo paralimpinės žaidynės vyksta kasmet žemynuose ir vadinasi Europos (*European Para Youth Games*), Azijos (*Asian Para Games*), Amerikos (*Youth Parapan American Games*) jaunimo paralimpinėmis žaidynėmis. Dėl COVID-19 pandemijos šiek tiek keitėsi numatytų žaidynių organizavimo datos.

Naujas požiūris

Organizuojant žaidynes, daugiausia dėmesio būdavo skiriama olimpinių ir paralimpinės žaidynių *ekonomiam* poveikiui, jų urbanistiniams aspektams, tokiems kaip naujų sporto arenų kūrimas, susisiekimo galimybės, taip pat *švietimo* programoms, *ypatingą* dėmesį skiriant žmonių *su negalia* įtraukimo problemoms ir pritaikytoms veikloms.

Žvelgiant į ateitį, prisitaikoma prie šių dienų ir pasaulinių iššūkių. 2024 m. Paryžiaus olimpinės žaidynės kelia daug platesnius klausimus.

Olimpinių žaidynių poveikis analizuojamas remiantis daugiau kaip **17 darnaus vystymosi tikslų** (lyčių lygybė, atsinaujinančioji energija, nelygybės mažinimas, tvarūs miestai ir kt.

(Šaltinis: https://lt.wikipedia.org/wiki/Darnaus_vystymosi_tikslai)



Ypatingas dėmesys skiriamas **olimpinėms vertybėms** ir UNESCO pasaulio paveldo objektams dėl kokybiško sporto, fizinio ugdymo ir fizinio aktyvumo – visi jie susiję su žmogaus raida, taika, etika, švietimu ir įtrauktimi.

Keliami įvairūs **socialiniai klausimai**, kurie sulaukė daugiau dėmesio tik neseniai (Lecocq 2022; Boursier 2018):

- Kaip jaunieji olimpiniai ambasadoriai gali **prisidėti kuriant geresnį pasaulį**?
- Kaip būti novatorišku ir **skleisti olimpizmo vertybes** visame pasaulyje?
- Kaip tokios žaidynės kaip *Sepatinės* gali paveikti visą visuomenę?
- Koks yra olimpinių ir paralimpinių žaidynių **palikimas** (angl. *Olympic legacy*) – jų poveikis žmonėms, miestui, sportui?

Dalyvaujant olimpinėse žaidynėse, sportininkui svarbu ne tik laimėti olimpinį medalį. Taip pat svarbu atstovauti savo šalį, savo kultūrą ir tuo pačiu susipažinti su kitomis kultūromis. Taip kuriama tolerancija, pagarba, draugystė. **Po žaidynių sportininkas turi pareigą naudoti šias žinias, patirtį, žinomumą, kuriant iniciatyvas savo šalyje, kurios gerina gyvenimo kokybę ir padeda skleisti olimpines vertybes.**

Šie klausimai, pabrėžiantys platesnį požiūrį į olimpines žaidynes, buvo keliami ir 2023 m. vykusioje 63-iojoje Tarptautinės olimpinės akademijos Jaunimo sesijoje Graikijoje, Olimpijoje. Buvo plačiai diskutuota apie:

- **socialinių medijų** svarbą atleto karjerai;
- olimpinių **vertybių svarbą** kiekvieno žmogaus **gyvenime** ir kaip šios vertybės gali būti ugdomos per fizinę veiklą;
- sporto svarbą, siekiant geriau į visuomenę įtraukti pabėgėlius, žmones su negalia ar žmones, gyvenančius periferijoje.

Olimpinių medijų kanalų *Olympics.com* ir *Olympic Channel* kasdienio turinio vadovė Benny Bonsu teigia:

*„Socialinių medijų kanalų tikslas yra **skleisti olimpines vertybes ir pasakoti tikras sportininkų istorijas, o ne tik pristatyti jų trumpalaikes sėkmes ar nesėkmes. Tikrasis sportininko tikslas yra **ne laimėti medalį, o užtikrinti, kad jo istorija ir jo bendruomenės, iš kurios yra kilęs, istorija būtų girdima bei papasakota teisingu būdu.*****

Atletas turi atstovauti savo šaliai pasaulyje, skleisti olimpines vertybes ir gerinti savo bendruomenės gyvenimą.“





Londono olimpinis stadionas – olimpiinių žaidynių palikimas

Šaltinis: <https://olympics.com/ioc/news/london-2012-a-spectacular-show-of-equality-growth-and-innovation>

Kas yra olimpinis palikimas?

Olimpinis palikimas apima ilgalaikę naudą, kurią olimpinės žaidynės sukuria priimančiajam miestui, jo žmonėms ir olimpiniam judėjimui prieš olimpines žaidynes, jų metu ir ilgai po jų.

Olimpinis palikimas skirstomas į penkias kategorijas – *sportinį, socialinį, aplinkosaugos, miesto bei ekonominį* – ir gali būti **materialaus arba nematerialaus** pavidalo.

Turbūt svarbiausi iš visų yra olimpinis palikimas **žmonėms**. Nesvarbu, ar tai būtų dalyvavimas, savanorystė, geresnė aplinka gyventi ar naujai atrastas pilietinis pasididžiavimas, tai daro miestą, regioną ir šalį geresne vieta gyventi, dirbti ir mokytis.

Palikimas **miestui** yra pastatyti namai, išaugęs turizmas ir vietos ekonomika, pagerinta transporto infrastruktūra, kad būtų galima greičiau susisiekti ir keliauti į darbą ir atgal, išvalytas vanduo, pastatyti parkai ir sukurti verslo centrai.

Palikimas **sportui** regione ir šalyje: padidėjęs įsitraukimas į sportą, geresnis finansavimas ir valdymas, dėl kurio pagerėja treniravimosi sąlygos ir dažnai išauga nauji olimpiečiai. Galiausiai sporto **infrastruktūra** – stadionai, žaidynėms sukurtos sporto erdvės – po žaidynių jas taip pat naudoja didžiausi



pasaulio sportininkai ir vietiniai žmonės – pradedantieji, mėgėjai ir būsimi olimpiečiai.

Siekiant toliau stiprinti olimpinį palikimą, 2020 m. olimpinė darbotvarkėje iš esmės pasikeitė požiūris į olimpinių žaidynių organizavimą: atsirado daugiau lankstumo kuriant žaidynes, kad jos atitiktų ilgalaikius priimančiojo miesto / regiono plėtros planus. Siekiant efektyviai prisidėti prie olimpinio palikimo išsaugojimo, pabrėžiamos **pastangos** aktyviau **veikti** (angl. *action*) tiek **nacionaliniu**, tiek **vietos lygmeniu** – tai reiškia žaidynių palikimo supratimą pasauliniu mastu.

Paralimpinės žaidynės

Paralimpinės žaidynės, arba *paralimpiada*, – olimpinės žaidynės, skirtos sportininkams, turintiems fizinę negalią. Žodis *paralimpinis* (angl. *paralympic*), kilęs iš graikų k. *para-* „prie, šalia, nuo“ – pirmoji sudurtinių žodžių dalis, rodanti jų buvimą šalia ko nors, nukrypimą nuo ko nors, kokį nors sutrikimą (*Tarptautinių žodžių žodynas*, <https://tzz.lt/p/para/>), ir anglų k. *olympic* „olimpinis“.

Įdomūs faktai apie 2024 m. Paryžiaus paralimpines žaidynes

2024 m. paralimpinės žaidynės Paryžiuje bus surengtos pirmą kartą istorijoje (olimpinės žaidynės Prancūzijos sostinėje jau vyko 1900 m. ir 1924 m.

22 – Tiek sporto šakų įtraukta į vasaros paralimpinių žaidynių programą. Paryžiuje paraatletai varžysis lengvosios atletikos, šaudymo, šaudymo iš lanko, badmintono, aklujų futbolo, golbolo (aklujų riedulio), bočios, irklavimo, kanojų irklavimo, dviračių, žirgų sporto, dziudo, sunkiosios atletikos, tinklinio sėdint, plaukimo, stalo teniso, tekvondo, triatlono, vežimėlių krepšinio, vežimėlių fechtavimosi, vežimėlių regbio ir vežimėlių teniso varžybose.

184 – Planuojama, kad tiek delegacijų dalyvaus Paryžiaus vasaros paralimpinėse žaidynėse.

3000 – Tiek žurnalistų iš viso pasaulio iš Prancūzijos sostinės pasakos apie Paryžiaus vasaros paralimpines žaidynes.

4400 – Tiek sportininkų dalyvaus Paryžiaus vasaros paralimpinėse žaidynėse. Iš jų mažiausiai – **1860** moterų. Tarptautinio paralimpinio komiteto strategijoje numatyta siekti visiškos lyčių lygybės paralimpinėse žaidynėse.



5000 – Tiek sporto infrastruktūros objektų yra atnaujinami ir pritaikomi žmonėms su negalia artėjant Paryžiaus vasaros olimpinėms ir paralimpinėms žaidynėms.

150 000 – Tiek papildomų darbo vietų, tikimasi, bus sukurta dėl 2024 m. vasaros olimpiadų ir paralimpiadų žaidynių.

3 400 000 – Tiek žmonių, planuojama, gyvai aplankys Paryžiaus paralimpiadų žaidynių varžybas, kurios 11 dienų vyks 22 sporto šakose.

Paralimpinėse žaidynėse negali dalyvauti turintys klausos negalią sportininkai, taip pat sutrikusio intelekto sportininkai – jie varžosi **Specialiojoje olimpiadoje**.

Deflimpinės žaidynės

Klausos negalią turintiems sportininkams rengiamos atskiros žaidynės, vadinamosios **Deflimpinės žaidynės**, arba *deflimpiada*, – tarptautinės daugiašakės sporto varžybos, kuriose dalyvauja turintys klausos sutrikimų sportininkai. Vyksta kas ketverius metus, jas savo valstybėms narėms organizuoja Tarptautinis kurčiųjų sporto komitetas.

Sepatinės žaidynės

Sergantiems vėžiu sportininkams yra parengta **Sepatinių žaidynių** (angl. *Sapatic games*) **programa**. Ji gali būti pritaikyta ir kitai su panašiomis problemomis susijusiai auditorijai. Sepatinės žaidynės pradėtos rengti 2014 m., siekiant pasiūlyti vėžiu sergantiems vaikams galimybę konkuruoti ir dalytis pritaikytais žaidimais. Jos organizuojamos kas dvejus metus.

SAPATIC yra akronimas, kurį pasiūlė vėžiu sergantis vaikas: sveikata (pranc. *Santé*) per adaptuotą fizinį aktyvumą (pranc. *Activité Physique Adaptée* – APA) su TICE (pranc. *Synchronous visio conference* – nuotolinė vaizdo konferencija). Tai sporto renginys, skirtas vaikams varžytis ir dalytis pritaikytais sporto žaidimais tiek akis į akį savo ligoninėje, tiek nuotoliniu būdu tarp ligoninių ar net namuose.

Sepatinių žaidynių **tiksiai** ir vertybės yra švietimas, įtrauktis, sveikata ir sąžiningumas. Kovoti ne tik su liga, bet ir priimti sportinius iššūkius ligos akivaizdoje yra nepaprasta patirtis.

Kaip ir bet kuris kitas sportuojantysis, sepatletai turi treniruotis. Lygybė ir prieinamumas yra svarbiausi dalykai dalyvauti pagal savo galimybes ir varžytis su kitais sepatletais ne tik iš skirtingų ligoninių, bet ir regionų, kultūrų ir iš



tikrųjų gyventi olimpine dvasia – kovoti su izoliacija, mėgautis žaidimu, džiaugtis ir įkūnyti olimpines vertybes: teisę sportuoti, gerbti kitus, dalyvauti sąžiningame žaidime, kur kiekvieno dalyvavimas yra vertas daugiau nei medalis. Šios vertybės yra labai svarbios sergantiems vėžiu atletams.

2024 m. vyksiančių **Pasaulinių sepatinių žaidynių** (*SAPATIC World Games*) organizavimo tikslas – įtraukti adaptuoto fizinio aktyvumo (APA) programas į sergančių vėžiu vaikų gydymą visame pasaulyje viso gydymo metu ir po jo. Sepatinės žaidynės yra viena iš priemonių įgyvendinti šį tikslą. Organizuoti tokias žaidynes – didžiulis iššūkis: reikia atsižvelgti ne tik į vietos ypatumus, bet ir į skirtingas kalbas, laiko juostas, kad būtų galima įvykdyti išsikeltus tikslus.

Sepatinės žaidynės daro didžiulį poveikį ne tik vaikams, bet ir jų šeimoms, medicinos personalui, pedagogams ir fizinio aktyvumo specialistams (Boursier 2019). Olimpinių žaidynių PAVELDAS gali būti suprantamas kaip sąvokų *žmonija, lygybė, pagarba, sąžiningumas, mokymas, prieinamumas, globalizacija, aplinka* santrumpa (angl. HERITAGE – *Humankind, Equality, Respect, Integrity, Training, Accessibility, Globalization, Environment*). 2024 m. pasaulio sepatinės žaidynės atitiks visas šias olimpizmo vertybes.

Taigi negalia ar liga nėra priežastis nustoti sportuoti. Jungtinių Tautų Neįgaliųjų teisių konvencijos šūkis „**Nieko apie mus be mūsų**“ galioja ir olimpinių žaidynių organizavimui: turi dalyvauti visos suinteresuotosios šalys.



2020 m. Tokijo paralimpinių žaidynių atidarymo ceremonija

Šaltinis: https://www.dailysabah.com/gallery/in-photos-opening-ceremony-of-tokyo-2020-paralympics/images?gallery_image=60110



Jaunimo olimpinės žaidynės

Jaunimo olimpinės žaidynės – kas ketverius metus vykstančios tarptautinės jaunimo įvairių sporto šakų varžybos. Vasaros jaunimo olimpinės žaidynės yra elitinis įvairių sporto šakų tarptautinis renginys, skirtas geriausiems pasaulio jauniems sportininkams nuo 15 iki 18 metų.

Žaidynių idėją 2001 m. pristatė naujas Tarptautinio olimpinio komiteto (TOK) prezidentas Žakas Rogas (*Jacques Rogge*), o 2007 m. Gvatemalos mieste vykusiame 119-ajame TOK susitikime buvo patvirtintas jaunimo olimpiadų žaidynių įkūrimas.

Pagal reglamentą, žaidynės skirstomas į vasaros ir žiemos sporto varžybas. Tiek vasaros, tiek žiemos žaidynės trunka po 12 dienų. Nors žiemos žaidynėse sporto šakos išlieka įprastos kaip ir didžiosiose olimpinėse žaidynėse, vasaros sporto varžybose rengiamos kelios alternatyviai pakeistos įprastos sporto šakos (pvz., gatvės krepšinis, paplūdimio imtynės). Pirmosios vasaros žaidynės surengtos 2010 m. Singapūre, artimiausios vyks 2026 m. Dakare (Senegalas). Šios žaidynės turėtų tapti daugiau nei tik sporto renginiu – jos padeda burti viso pasaulio jaunimą. Jauni sportininkai atsiduria ypatingoje aplinkoje, kurioje sportinė veikla jungiama su švietimu ir kultūra. Dalyviai ne tik varžosi sporto aikštelėse, bet ir dalyvauja seminaruose, bendrauja, ugdo sportininko karjerai svarbius įgūdžius ir įgyvendina olimpines vertybes.



Lietuvos sportininkai, išlydėti į jaunimo olimpines žaidynes Buenos Airėse (Argentina), 2018

Šaltinis: <https://www.lrt.lt/naujienos/sportas/9/229026/jaunosios-sporto-viltys-islydetos-i-jaunimo-olimpines-zaidynes-argentinoje#lg=229026&slide=265521>



JAUNIMO VASAROS OLIMPINĖS ŽAIDYNĖS



2026 m. Dakaro (Senegalas) jaunimo vasaros olimpinės žaidynės



2018 m. Buenos Airių jaunimo vasaros olimpinės žaidynės



2014 m. Nandzingo jaunimo vasaros olimpinės žaidynės



2010 m. Singapūro jaunimo vasaros olimpinės žaidynės



JAUNIMO ŽIEMOS OLIMPINĖS ŽAIDYNĖS



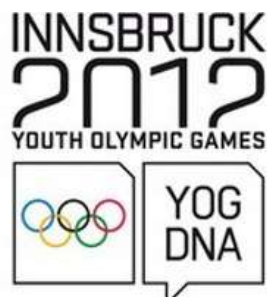
2024 m. Gangvono jaunimo žiemos olimpinės žaidynės



2020 m. Lozanos jaunimo žiemos olimpinės žaidynės



2016 m. Lilehamerio jaunimo žiemos olimpinės žaidynės



2012 m. Insbruko jaunimo žiemos olimpinės žaidynės

Vasaros olimpinių žaidynių sporto šakos

Remiantis Olimpine chartija, olimpinių žaidynių varžybų programą kiekvienoms olimpinėms žaidynėms nustato Tarptautinis olimpinis komitetas. Šiuo metu į programą gali būti įtraukiamos sporto šakos, kurios priklauso 25-ioms vasaros sporto šakų federacijoms.



Badmintonas



Breikas



Dviračių sportas



**Baidarių ir kanojų
irklavimas**



Boksas



Dziudo



Banglenčių sportas



Buriavimas



Fechtavimas





Futbolas



Irklavimas



Plaukimas



Gimnastika



Krepšinis



Rankinis



Golfas



Laipiojimo sportas



Regbis



Imtynės



Lengvoji atletika



Riedlenčių sportas





Stalo tenisas



Šiuolaikinė penkiakovė



Tinklinis



Sunkioji atletika



Tekvondo



Triatlonas



Šaudymas



Tenisas



Vandensvydis



Šaudymas iš lanko



Olimpinė sporto šaka – Tarptautinio olimpinio komiteto (TOK) pripažinta sporto šaka, kurios varžybos gali būti olimpinių žaidynių programoje.

Remiantis Olimpine chartija, olimpinių žaidynių varžybų programą kiekvienoms olimpinėms žaidynėms nustato Tarptautinis olimpinis komitetas. Šiuo metu į programą gali būti įtraukiamos sporto šakos, kurios priklauso 25-ioms vasaros sporto šakų federacijoms.

Norint, kad sporto šaka taptų **olimpine**, ji turi atitikti Olimpinę chartiją, būti populiari pasaulyje (jei vasaros sporto šaka, turi būti praktikuojama vyrų 4 žemynuose 75 šalyse, moterų, – 3 žemynuose 50 šalių, jei žiemos, – ne mažiau kaip 3 žemynų 25 šalyse (moterų ir vyrų)), turėti TOK pripažintą tarptautinę federaciją, standartinę sporto įrangą ir inventorių, suteikti vienodas sąlygas treniruotis, tobulėti bei varžytis visiems tą sporto šaką pasirinkusiems sportininkams ir turėti objektyvią sistemą sportininko ar komandos pasiektiems rezultatams vertinti.

Į olimpinių žaidynių programą įtraukiamos tik tos sporto šakos, kurios pripažįsta **Pasaulio antidopingo kodeksą** ir jo laikosi.

Naujos olimpinės sporto šakos

Kad nauja sporto šaka būtų įtraukta į programą, reikia daug pastangų. Tarptautinė federacija turi kreiptis į TOK olimpinių programų komisiją ir pateikti išsamų pasiūlymą bei įtikinti TOK, kad sporto šaka yra verta būti olimpине, remiantis keliais kriterijais.

- Pirmiausia atsižvelgiama į sporto šakos istoriją, keliamas klausimas, ar ši sporto šaka jau buvo įtraukta į olimpinę programą anksčiau, diskutuojama apie nacionalinių federacijų skaičių ir čempionatų lygį.
- Vėliau atkreipiamas dėmesys į finansinę sporto šakos padėtį, federacijų valdymo kokybę, lyčių lygybę ir strateginį planavimą, vertinama pridėtinė vertė pačiam olimpiniam judėjimui, sporto šakos įvaizdis ir tai, ar ji atstovauja olimpinėms vertybėms.
- Galiausiai analizuojamas sporto šakos populiarumas: tai, kiek žiūrovų pritrauks sporto šaka, rėmimas, žiniasklaidos susidomėjimas ir ar olimpinėse žaidynėse varžysis geriausi sportininkai.



- Tai turi įtakos ir numatytam verslo modeliui apskaičiuoti, kokias pajamas gaus sporto šaka, kokia jos finansinė padėtis ir sporto rengimo išlaidos.

Didelė dalis sporto šakos galimybių būti įtrauktai į olimpiadą priklauso nuo to, ar pavyks padaryti įspūdį TOK, tačiau kai kuriais atvejais įtakos turi ir pasauliniai pokyčiai, pavyzdžiui, pastaruoju metu olimpinės žaidynės tapo jaunatviškesnės, į jas įtrauktos tokios sporto šakos kaip riedlentės, banglentės, snieglentės, BMX.

Nauja sporto šaka į olimpinių žaidynių sąrašą įtraukiama ne vėliau kaip prieš 7 metus iki olimpinių žaidynių pradžios TOK sesijos metu.

Tai, kad sporto šaka yra įtraukiama į olimpines žaidynes, nereiškia, jog programoje ji išsilaikys visą laiką. Olimpinę programą sudaro 25 pagrindinės sporto šakos. Kitos sporto šakos per daugelį metų keitėsi ir buvo išbrauktos dėl įvairių priežasčių. Pavyzdžiui, 2028 metų žaidynėse Los Andžele breiko vėl nebus, nes kitos naujos sporto šakos – beisbolas ir softbolas, bekontaktis amerikietiškas futbolas (angl. *Flag football*), kriketas, lakrosas ir skvošas sulaukė siūlymų sugrįžti ar debiutuoti olimpinėse žaidynėse, tačiau tikėtina, kad vėliau breikas vėl bus įtrauktas į olimpinių žaidynių programą.

2024 m. Paryžiaus olimpinėse žaidynėse į olimpinių varžybų programą įtrauktos keturios naujos sporto šakos:

- 1) Breikas
- 2) Banglenčių sportas
- 3) Riedlenčių sportas
- 4) Laipiojimo sportas

Šiame leidinyje daugiausia dėmesio ir skirsime šių naujų sporto šakų pristatymui.



Breikas



Breiko šokių stilius

Šaltinis: <https://antstudija.lt/stilius/break-dance-arba-b-boying/>

Breiko šokių stilius

Breiko šokis ir muzika susiję su hiphopo šokių ir muzikos atsiradimu. Breikas yra vienas iš *hiphopo kultūros* elementų (kiti yra, pvz., didžėjavimas (DJ), repas ir grafitis).

Hiphopo muzika atsirado 8-ajame dešimtmetyje Bronkso rajone, Niujorke. Kartu su ja vystėsi įvairių gatvės šokių stilių – *repo*, *hiphopo*, *house*, *breiko* – muzika. Breikeriai šokdavo pagal *funko*, *soulo*, *disco*, *džiaz*, *techno*, *roko* muzikos mišą. Kartu su hiphopo muzika apie 1970 m. iš Bronkso (Niujorke) kilo ir breikas, kai didžėjai (DJ) vakarėliuose pradėjo kurti muzikines pauzes (*breaks*), palikdami tik instrumentinę kūrinio dalį, kurią paprastai sudaro ritminiai instrumentai (perkusija ir bosas). Naudodami „Merry-Go-Round“ techniką, jie pradėjo groti dvi tas pačias plokšteles, maišydami jas ant dviejų patefonų, kad galėtų pratęsti pertrauką ir šokėjai turėtų daugiau laiko parodyti įspūdingus judesius. Būtent tai paskatino sukurti „breiko“ šokį.

Nors paprastai breikas šokamas pagal elektroninę muziką (angl. *Electro Music*) arba hiphopo muziką, tačiau neapsiriboja tik šiais stiliais – breiką šokti



galima pagal įvairių žanrų dainas, kurios remiksuojamos, norint pailginti pauzes. Būtent muzikos pauzės ir yra pagrindinis šio stiliaus išskirtinumas.

Kas yra breikas?

Breikas (angl. *breaking*) yra dinamiškas, akrobatinis gatvėje gimęs šokis. Tai labai kūrybiškas, akrobatiškas bei fiziškai sudėtingas šokio stilius, turintis sąsajų su afrikietiškais ir brazilieškais kariniais ritualiniais meniniais šokiais. Tai šokių sporto forma, kurioje urbanistinis šokis derinamas su nepaprastu atletišku.

Breiko šokis labiausiai išsiskiria iš visų kitų hiphopo kultūrai priklausančių šokio stilių, nes reikalauja ypatingo kūrybiškumo, užsispyrimo ir fizinių pastangų. Atletai, užsiimantys breiku, vadinami „B-Boys“ ir „B-Girls“ arba tiesiog breikeriais. Terminą *B-Boy* sukūrė DJ Koolas Hercas, vieno savo vedamo renginio metu sušukęs „B-Boys, are you ready?“. Taip gimė pavadinimai *B-Boying*, *B-Girling*, *Breaking*, *Breakdancing*.

Breikas susideda iš aštuonių elementų, kurie kartais net įvardijami kaip atskiros šokio ar net sporto šakos. Breiko šokio elementai skirstomi į:

1. **Toprock** – „šokamoji“ dalis, kai judesiai atliekami stovint vertikaloje pozicijoje, dažniausiai naudojami kaip įžanga į tolesnius judesius.

2. **Go downs** – nusileidimai, t. y. judesiai, kuriais pereinama nuo šokio vertikaloje pozicijoje (*Toprock*) iki grindų. Pagrindiniai judesiai yra kelių nuleidimas arba sukimasis.

3. **Footwork** – tai kojų judesiai, atliekami ant grindų, liečiant žemę ir kojomis, ir rankomis.

4. **Power Moves** – sukimasis, įvairūs akrobatiniai triukai, vieni iš sunkiausių breiko judesių, labai patinkantys žiūrovams ir labai palankiai vertinami teisėjų.

5. **Freezes** – įspūdingi judesiai – tai lyg sustingimas nuotraukai, kuriuo dažnai užbaigiamas šokis ar šokio choreografijos dalis.

6. **Tricks** – triukai, pavyzdžiui, šokinėjimas ant rankų.

7. **Transitions** – perėjimai, t. y. judesiai, naudojami kojų darbui, sustingimui, triukams ir jėgos judesiams, pavyzdžiui, sukiniams, sujungti.

Ritmika taip pat visada yra labai svarbus breiko muzikos ir šokio elementas.

Rinkdami nugalėtoją, teisėjai sprendžia, kuris šokėjas geriausiai atitinka visus breiko šokio kriterijus: techniką, originalumą, judesių arsenalą, atlikimą



ir muzikalumą. „Šokis, menas ir sportas čia yra kartu ir viską turi atlikti tobulai“, – sako viena garsiausių pasaulyje Lietuvos breiko šokėjų Dominika Banevič.



Breiko šokėja Dominika Banevič

Kipro Štreimikio / LTOK nuotr.; Šltinis: [https://www.lrt.lt/naujienos/sportas/10/2022914/lietuvos-breiko-
sokejai-dominikai-banevic-europos-zaidyniu-bronza](https://www.lrt.lt/naujienos/sportas/10/2022914/lietuvos-breiko-sokejai-dominikai-banevic-europos-zaidyniu-bronza)

Kaip atsirado breikas?

Kaip ir kiti gatvės šokių stiliai, breikas išsivystė natūraliu būdu afroamerikiečių bendruomenėse. Breiko ritmai ir anksčiau buvo naudojami tradicinėje afroamerikiečių ir afrokaribiečių, Pietų Amerikos lotynų šalių muzikoje, ypač Puerto Riko ir Kubos muzikoje.

Pirmieji breiko šalininkai buvo juodaodžiai ir puertorikiečių jaunuoliai. Jie būrė grupes, kurios gatvėse varžydavosi šokių kovose. Iš pradžių breikas afroamerikiečių bendruomenėse buvo populiariausias tarp žemesnės socialinės klasės juodaodžių vaikinių (daugelis jų buvo gatvės gaujų nariai). Nusikalstamumas buvo didelis, o atsiradęs breikas leido grupuotėms varžytis, konkuruoti nenusikalstamu būdu. Tai tapo gatvės kovų (*battle*) įrankiu ir leido legaliu būdu ir menine forma išreikšti savo jausmus, kalbėti apie savo problemas, visuomenėje egzistuojančią neteisybę afroamerikiečių atžvilgiu.



Netrukus šį šokio stilių pamėgo ir kiti. Visame pasaulyje breikas išpopuliarėjo 9–10-uoju dešimtmečiais. Breiko kultūra buvo būdas būti bendruomenėje, bendrauti, būti kartu, dalyvauti vakarėliuose, komunikuoti. Šios breiko idėjos labai svarbu neprarasti ir šiandieninėje komercializuotoje, labiau konkursine tapusioje breiko kultūroje. Tai ryšys tarp tavęs, tavo draugų, bendruomenės.



Breikas yra urbanistinis šokio stilius, atsiradęs Niujorko Bronkso rajone (apie 1965 m.)
Fons Heijnsbroek / Unsplash nuotr.; Šaltinis: <https://77.lt/kaip-breikas-tapo-olimpine-sporto-saka>

Breiko išpopuliarėjimas pasaulyje

Didžiulę įtaką breiko atsiradimui turėjo ryški to meto disko eros žvaigždė Jamesas Brownas ir jo kuriama muzika. Kai kurie žmonės jį netgi vadino breiko krikštatėviu. J. Brownas scenoje labai daug šokdavo, nors jo šokis primindavo chaotišką bėgiojimą scenoje su greitais rankų mostais, tačiau teigiama, kad tai ir buvo breiko pradžių pradžia. Netgi prieš atsirandant terminui, *B-Boying* šokėjai buvo vadinami „Good Foot“ pagal J. Brownso sukurtą dainą „The Good Foot“.



Dar viena įžymybė, padariusi nemažą įtaką breiko kultūrai ir stiliui, buvo kovinių filmų žvaigždė Bruce'as Lee. Nemažai jo naudojamų kovos judesių buvo įtraukti į *B-Boying*, pavyzdžiui, judesys „windmills“.

Labai daug prie breiko populiarinimo ne tik Amerikoje, bet ir Europoje prisidėjo žiniasklaida. Breikui išplitus po Niujorko rajonus 8-ajame dešimtmetyje, žiniasklaida netrukus atkreipė dėmesį į *B-Boys* ir *B-Girls*, šokančius vakarėliuose, parkuose ir klubuose. Taip atsirado daugiau galimybių pristatyti breiką pasauliui. „Rock Steady“ breiko šokių grupė 1982 m. išvyko į Europos hiphopo turą *Roxy* ir koncertavo Londono bei Paryžiaus scenose ir pasirodė populiariame Amerikos pokalbių šou. „New City Breakers“ breiko šokių grupė 1984 m. ne tik pasirodė televizijos šou „Graffiti Rock“, bet ir koncertavo Vašingtone prezidentui Ronaldui Reiganui per 1984 m. *Kenedžio* centro apdovanojimus, kurie buvo transliuojami nacionaliniu mastu.

B-Boys ir *B-Girls* filmavosi muzikiniuose vaizdo klipuose ir Holivudo filmuose, o tai labai padidino breiko populiarumą. Klasikiniai filmai, kuriuose buvo įtrauktos scenos su breiko šokiais, yra: „Flashdance“ (1983), „Breakin' the Movie“ (1984) ir „Beat Street“ (1984), kuris prasideda ikonine komandos kova *Roxy* klube.

Maždaug iki 8-ojo dešimtmečio breikas egzistavo dviem šokio formomis: Niujorko akrobatinis stilius, vadinamas „apatiniu breiku“, ir Los Andželo stilius, vadinamas „viršutiniu breiku“. Vis dėlto populiariausias šio šokio stiliaus išraiškos būdas buvo šokėjų susibūrimas į komandas ir varžymasis tarpusavyje.

Maždaug 1986 m. breikas paplito Europoje, pradėjo kurtis vis daugiau breiko komandų, tokių kaip „Second To None“ (Vokietija), „Battle Squad“ (Vokietija), „Actual Force“ (Prancūzija). Kiek vėliau breikas pradėjo aktyviai reikštis ir tuometinės TSRS teritorijoje, kartu ir Lietuvoje. Žinoma, ne visada breikas buvo populiarumo viršūnėje, kaip ir daugelis šokio stilių; buvo laikotarpis, kai breiko banga buvo apsimusi, tačiau „didysis atgimimas“ įvyko 1990 m.

Breikas iš vakarėlių šokio tapo pasauline konkurencine meno forma su šimtais renginių visame pasaulyje. Dabar breiko ritmų galima rasti visų žanrų dainose, kai kada net labai netikėtuose kūriniuose, pavyzdžiui, roko operos „Jėzus Kristus – superžvaigždė“ („Jesus Christ Superstar“) uvertiūroje.



Kaip breikas tapo olimpine sporto šaka?

2020 m. Tarptautinis olimpinis komitetas (TOK) nusprendė įtraukti breiką į oficialią žaidynių programą: tai reiškė, kad **breiko šokiai** yra **pirmoji olimpinėse žaidynėse dalyvaujanti šokių sporto šaka**.

Iš viso breiko šokėjams olimpinėse žaidynėse planuojama paruošti du medalių komplektus: vieną vyrams ir vieną moterims. Kiekvienu atveju 16 vaikinų ir 16 merginų varžysis individualiose kovose, t. y. dvikovose vienas prieš vieną.

Kiekvienoje kovoje abu dalyviai paeiliui dalyvaus vadinamosiose „Throw down“ kovose. Viena „Throw down“ kova trunka 60 sekundžių, per šį laiką dalyviai gali sužavėti teisėjus savo judesiais.

Tada žiuri skiria balus pagal šešis kriterijus: kūrybiškumą, asmenybę, techniką, universalumą, atlikimą ir muzikalumą. Technika, atlikimas ir kūrybiškumas sudaro 60 proc. bendro balo, o kiti trys kriterijai – 40 proc. Kas surenka daugiausia balų, tas laimi ir patenka į kitą konkurso etapą.

Breiko varžybos

Breiko varžybos gali būti įvairių formatų, tačiau pagrindiniai yra individualios (**solo**) kovos ir breiko šokių **grupių varžybos** (mažiausiai po du narius komandoje, iki aštuonių narių per abi grupes). Breiko kovose už muziką yra atsakingi didžėjai, dalyvauja renginio vedėjas, nuo 3 iki 6 teisėjų, kurie balsuoja kiekvienos kovos pabaigoje ir nustato nugalėtoją.

Tarptautinėje arenoje jau seniai žinomos breiko varžybos apima:

- Battle of the Year (Metų kova – ilgiausiai vykstantis renginys)
- Freestyle Session (Laisvojo stiliaus kova – JAV)
- The Notorious IBE (Olandija)
- Red Bull BC One (visame pasaulyje)
- The UK B-Boy Championships (Jungtinės Karalystės *B-Boys* čempionatas – JK)
- The Legits Blast Series (Slovakija, Čekija ir JAV), BBIC (Korėja).

Breikas Lietuvoje

Breikas sparčiai populiarėja ir Lietuvoje. Lietuvos sportinių šokių federacijos (**LSŠF**) **Breiko lyga** (direktorius **Mindaugas Bružas**) kuruoja breiko šokio vystymą ir varžybų rengimą Lietuvoje, bendradarbiauja su tarptautinėmis breiko organizacijomis, LTOK, Nacionaline sporto agentūra.



Breiko lygos veikla taip pat apima nacionalinių čempionatų organizavimą, sportininkų delegavimą į pasaulio, Europos čempionatus ir olimpines žaidynes.

Daugelis šiuolaikinių šokių klubų visoje Lietuvoje kviečia vaikus ir jaunimą mokytis šokti breiką ir treniruotis. Treniruočių metu ne tik stiprėjama fiziškai, bet ir tampama labiau savimi pasitikinčiais, kūrybiškais, susipažįstama su nauja judesių technika.

Populiarinant breiką Lietuvoje, 2023 m. rugpjūčio mėn. vyko LRT ir Lietuvos sportinių šokių federacijos projektas „Rugpjūtis – šokių menas per LRT Plus!“, kuriame vienas etapas buvo skirtas breikui ir hiphopui.

Šiandien Lietuvoje apie breiką žino visi. Dominikai Banevič – B-Girl Nickai iškovojo kelialapį į 2024 m. Paryžiaus olimpines žaidynes, breiko populiarinimui atsiveria naujos galimybės: informacija apie breiko varžybas mirga visa socialinė medija, plačiai informuojama žiniasklaidoje, B-Girl Nicka kviečiama į solidžias televizijos laidas.



D. Banevič, 2022 m. lapkritį laimėjusi prestižines breiko varžybas Japonijoje Breaking for Gold nuotr.; Šaltinis: <https://www.lrt.lt/naujienos/sportas/10/1825153/lietuvos-breiko-sokeja-laimejo-varzybas-tokijuje-ir-priartejo-prie-olimpines-svajones>

Ar turėsime atstovę iš Lietuvos Paryžiaus olimpinėse žaidynėse?

Taip! Lietuvos breiko šokėja, daugkartinė šalies čempionė **Dominika Banevič – B-Girl Nicka** iškovojo olimpinį kelialapį į 2024 m. Paryžiaus olimpines žaidynes. Kasdien po 6 valandas besitreniruojanti šokėja nuolat tobulėja ir techniškai išpildo vis sudėtingesnius triukus.



Apžvelkime B-Girl Nickos kelią į olimpines aukštumas:

2022 m. lapkritį ji laimėjo prestižines breiko varžybas Japonijos sostinėje Tokijuje.

Šiame turnyre varžėsi 39 sportininkės. Aukso ir sidabro medaliai iškeliavo į Lietuvą ir JAV, o bronza liko Japonijoje – ja pasipuošė Ayumi Fukushima – B-Girl Ayumi. *„Jaučiuosi labai dėkinga po šios pergalės. Sunku apibūdinti tą jausmą“*, – po varžybų teigė Lietuvos breiko šokėja B-Girl Nicka. Ji varžėsi suaugusiųjų merginų kategorijoje, nors tuo metu buvo tik 15 metų.

2023 m. gegužę Dominika tapo Europos suaugusiųjų breiko čempione Ispanijoje, Almerijoje. Patekimas į Europos čempionato finalą atvėrė kelius į olimpinę atranką.

„Pasitikėjau savimi. Kai sušokau pirmąjį šokį finale, žinojau, kad laimėsiu. Ir muzika buvo labai gera, ir viską padariau taip, kaip norėjau, – švariai, niekur nenukritau, nesuklydau. Jeigu palygintume su varžove, ji jau neturėjo jėgų ir tiek energijos, tiesiog atlikdavo judesius“, – po pergalės Europos čempionate kalbėjo Lietuvos breiko šokėja D. Banevič, breiko scenoje žinoma kaip B-Girl Nicka.

Per dvi dienas jai teko atlikti net 17-a pasirodymų scenoje, bet energijos nepritrūko. Geriausią pasirodymą šokėja surengė finale, kuriame kovojo su Anna Ponomarenko – B-Girl Stefani iš Ukrainos, kurią nugalėjo 3:0. Almerijoje vykusiose varžybose šoko 73 merginos, B-Girl Nicka buvo geriausia tiek atrankoje, tiek ir rinko aukščiausius balus visame čempionate.

„Pergalę lėmė sunkus darbas ir patirtis. Pernai galbūt dar negalėjau taip suvaldyti jaudulio, gal nebuvo tiek pasitikėjimo savimi. Po tiek pralaimėjimų ir pergalių susikaupė patirtis, jau nieko nebebijau, tiesiog darau tai, ką labiausiai mėgstu. Manau, kad švariau atlieku judesius, išmokau sudėtingesnių triukų, tikrai patobulėjau“, – apie aistrą breiko šokiams kalbėjo D. Banevič.

2023 m. gegužę Pasaulio sportinių šokių federacijos (WDSF) „Breaking for Gold“ serijos pasaulio taurės varžybose Prancūzijoje, Monpeljė mieste, iškovojo sidabro medalį. *„Šis pasaulio taurės etapo rezultatas nudžiugino gal net labiau nei vos prieš dvi savaitės iškovotas Europos čempionės titulas“*, – teigia sportininkė.

Žiniasklaidoje rašyta: *„Planetos breiko elitą vėl sužavėjo 15-metė iš Lietuvos.“*

Ankstesniuose 2023 m. „Breaking for Gold“ pasaulio taurės etapuose Japonijoje ir Brazilijoje Dominikai galimybę patekti ant prizininkų pakylės vis užkirsdavo 2022 m. pasaulio čempionė Ami Yuasa – B-Girl Ami. Šį kartą



Dominika aplenkė B-Girl Ami pusfinalyje rezultatu 2:1 ir pateko į finalą, tačiau finale, deja, teko pripažinti Kinijos breiko šokėjos Liu Qingyi – B-Girl 671 pergalę.

„Nickai už rezultatą, laimėtą vietą visuomet yra svarbiau, su kuo ji kovojo, ką aplenkė. Ami ir Ayumi yra labai patyrusios varžovės iš stiprių breiko mokyklą turinčios Japonijos. Malonu, kad teisėjai pripažino Nickos pranašumą. Tai jos darbo ir progreso įrodymas“, – sako Dominikos mama A. Banevič.

2023 m. birželį Lenkijoje vykusiose Europos žaidynėse iškovojo bronzos medalį.



Dominika Banevič

LSŠF nuotr.; Šaltinis: <https://www.lrt.lt/naujienos/sportas/10/1983923/europos-breiko-cempione-tapusi-banevic-finale-zinojau-kad-laimesiu>

Kelią į finalą lietuvei užkirto ukrainietė B-Girl Stefani. *„Jau ketvirtą kartą kovojau su šia ukrainiete. Prieš tai visas dvikovas buvau laimėjusi aš“, –* pasakojo B-Girl Nicka.

Kova pusfinalyje buvo labai atkakli. Olimpinis kelialapis liko neiškovotas. Po Europos žaidynių B-Girl Nicka sakė: *„Panašu, jog lengvų kelių man nebūna. Aš laimėsiu tą kelialapį sunkesniu būdu – pasaulio čempionate.“*

Nors dėl olimpinio kelialapio 16-metė Lietuvos šokėjai dar teko pakovoti, B-Girl Nicka neabejojo, kad pateks į 2024 m. Paryžiaus olimpinės žaidynes.



2023 m. liepą, aplenkusi 160 varžovių, ji tapo prestižinio „Outbreak Europe“ serijos turnyro „The Legits Blast“ Slovakijoje nugalėtoja. Šį kartą Lietuvos šokėjai teko varžovės iš Italijos, Belgijos ir Kinijos, kurias ji, visų vertintojų nuomone, nesunkiai nugalėjo. Finalo kovoje D. Banevič susitiko su Prancūzijos sportininke Sya Demebele – B-Girl Syssy. Nicka prieš Syssy laimėjo visas tris finalo kovas. Teisėjai 15 kartų šiame finale sprendė, kuri šokėja geriau atitinka visus breiko šokio kriterijus (techniką, originalumą, judesių arsenalą, atlikimą ir muzikalumą) ir 11 kartų geresne pripažino mūsų sportininę. B-Girl Nicka sulaukė didžiulio palaikymo: turnyro vedėjai ir komentatoriai negailėjo jai komplimentų, iš kurių dažniausiai buvo minimas – „jaunoji varžovių žudikė iš Lietuvos“. Visiems breiko šokėjams pasaulyje tapo aišku, jog Lietuvos sportininė bus gąsdinanti varžovė ne vienerius artimiausius metus.

2023 m. rugsėjo 24 d. 16-metė Dominika Banevič – B-Girl Nicka Belgijoje tapo pasaulio čempione ir iškovojo olimpinį kelialapį į Paryžių. *„Šiandien Dominika įgyvendino dvi savo svajones – tapo planetos čempione ir iškovojo kelialapį į 2024 m. Paryžiaus olimpinės žaidynes, kur pirmą kartą istorijoje breiko šokėjai kovos dėl olimpinių medalių“*, – rašyta žiniasklaidoje.



B-Girl Nicka, laimėjusi olimpinį kelialapį Pasaulio čempionate Kipro Štreimikio nuotr. (2024-09-23); Šaltinis: <https://sportas24.lt/kitas-sportas/istorine-pergale-bgirl-nickai-pasaulio-cempionato-auksas-ir-kelialapis-i-paryziaus-olimpines-zaidynes/>



Jos pasirodymus stebėję breiko specialistai teigė, kad šiame pasaulio čempionate Nicka demonstravo itin technišką, klasikinį breiko stilių, į naują lygmenį kilstelėjo šokio originalumą bei atlikimo muzikalumą, todėl praktiškai neturėjo silpnų vietų ir varžovėms buvo nepasiekiamo. Tokios pačios nuomonės apie mūsų šokėjos pasirodymus buvo ir teisėjai, kurie skyrė jai lyderės poziciją. Finale B-Girl Nicka rezultatu 2:1 pranoko Japonijos sportininkę Ayumi Fukushimą (41 m.), kuri 2021 m. buvo iškovojoji aukso, o 2022-aisiais – bronzos medalį. Bronza atiteko Prancūzijos sportininkei Sya Dembele – B-Girl Syssy, ketvirta liko Kateryna Pavlenko – B-Girl Kate iš Ukrainos. Iš viso pasaulio breiko čempionate merginų grupėje varžėsi 96 sportininkės – geriausios savo valstybių šokėjos.

„Ką tik laimėjau bilietą į olimpines žaidynes ir esu nepaprastai laiminga!, – iš karto po apdovanojimų ceremonijos sakė Dominika Banevič. – Po vasaros pradžioje Lenkijoje vykusią Europos žaidynių, kuriose nepavyko nugalėti, pažadėjau sau, kad tiesioginį kelialapį iškovosiu pasaulio čempionate. Ir aš tą padariau! Vis dar ir pati negaliu patikėti! Man pavyko, nes sunkiai treniravausi; bet turbūt pavyko ir todėl, kad savo šaliai – Lietuvai – labai norėjau padovanoti bilietą į olimpiadą. Buvau visiems pažadėjusi... Esu laiminga, dėkinga ir didžiuojuosi savimi!“

Taigi Paryžiaus olimpinėse žaidynėse debiutuosiančio breiko varžybose Paryžiuje 2024 m. išvysime ir Lietuvos atstovę. Lietuvos tautinis olimpinis komitetas pranešė, kad tai – istorinė pergalė.



2023 m. gegužę Dominika Banevič tapo Europos čempione

LSŠF nuotr.; Šaltinis: <https://www.lrt.lt/naujienos/sportas/10/1983923/europos-breiko-cempione-tapusi-banevic-finale-zinojau-kad-laimesiu>



2023 m. lapkričio mėn. ji tapo nugalėtoja ir Los Andžele (JAV) vykusiame garsiajame „Freestyle Session“ breiko turnyre, ant kurio scenos yra pasirodžiusios beveik visos breiko legendos, ir mūsų šokėjai pagal amerikietiškas sporto tradicijas prestižiniu titulu ir dovanomis buvo įteiktas nugalėtojos žiedas su užrašu „World Champion“ (pasaulio čempionė). Dominika Banevič 2023 m. buvo išrinkta geriausia Lietuvos sportininke, aplenkusia net Rūtą Meilutytę.

Ir nors 2028 m. žaidynėse Los Andžele **breiko vėl nebus**, Dominika Banevič nenusimena ir tikisi, kad 2032 m. olimpinėse žaidynėse Brisbane breikas vėl bus įtrauktas į olimpinę programą.

„*Breikas yra mano gyvenimas*“, – sako 16-metė pasaulinio lygio Lietuvos breiko žvaigždė Dominika Banevič (B-Girl Nicka). Palinkėkime jai sėkmės Paryžiaus olimpinėse žaidynėse!

Garsiausios pasaulio moterų breiko sportininkės

- Logan Edra – B-Girl Logistx – tituluota šokėja iš JAV;
- Ayumi Fukushima – B-Girl Ayumi iš Japonijos – 2022 m. pasaulio čempionato bronzos medalio laimėtoja;
- Sanja Jilwan Rasul – B-Girl Jilou iš Vokietijos (2021 m. pasaulio čempionato bronzos medalio savininkė);
- Anna Ponomarenko – B-Girl Stefani iš Ukrainos – 2023 m. gegužę Europos čempionato antros vietos laimėtoja;
- B-Girl Anti iš Italijos – 2022 m. Mančesteryje 2 vietos laimėtoja, 2023 m. Europos suaugusiųjų čempionate užėmusi 4 vietą;
- Liu Qingyi – B-Girl 671 – Kinijos breiko šokėja, 2022 m. pasaulio breiko vicečempionė ir 2023 m. taurės varžybų Japonijos etapo nugalėtoja;
- Ami Yuasa – B-Girl Ami – 2022 m. pasaulio čempionė, 2023 m. Europos suaugusiųjų čempionate Prancūzijoje užėmusi 4 vietą. B-Girl Ami gali drąsiai vadintis viena geriausių planetos breiko šokėjų;
- Sya Dembele – B-Girl Syssy iš Prancūzijos – 2023 m. Europos čempionato bronzos medalininkė.





Logan Edra – B-Girl Logistx Red Bull Content Pool

Šaltinis: https://www.popsugar.co.uk/fitness/logan-logistx-edra-break-dancing-interview-48312290?utm_medium=redirect&utm_campaign=US:NL&utm_source=www.google.com

Garsiausi pasaulio vyrų breiko sportininkai

- Philip Kim – B-Boy Wizard, Kanados šokėjas – 2023 m. Pasaulio sportinių šokių federacijos (WDSF) „Breaking for Gold“ serijos Pasaulio taurės varžybų 1 vietos laimėtojas (Prancūzija, Monpeljė); 2023 m. Pasaulio čempionate laimėjo sidabro medalį;
- Shigeyuki Nakarai – B-Boy Shigekix, Japonijos atstovas – 2023 m. Pasaulio sportinių šokių federacijos (WDSF) „Breaking for Gold“ serijos Pasaulio taurės varžybų 2 vietos laimėtojas (Prancūzija, Monpeljė);
- Miguel Angel Rosario – B-Boy Gravity iš JAV – 2023 m. Pasaulio sportinių šokių federacijos (WDSF) „Breaking for Gold“ serijos Pasaulio taurės varžybų 3 vietos laimėtojas (Prancūzija, Monpeljė);
- B-Boy Lithe-ing iš Kinijos – 2023 m. „Outbreak Europe“ serijos turnyro „The Legits Blast“ Slovakijoje nugalėtojas;
- B-Boy Samuka iš Brazilijos – 2023 m. „Outbreak Europe“ serijos turnyro „The Legits Blast“ Slovakijoje 2 vietos laimėtojas. Brazilas visus įkvėpė, sužavėjo. To dar nėra buvę – finale sportininkas šoko po nelaimingo atsitikimo praradęs vieną koją, tačiau nepraradęs nei atkaklumo, nei



optimizmo, nei fizinės jėgos ar išvermės, o sukūręs itin galingą ir stilingą šokio būdą;

- Victor Montalvo – B-Boy Victor iš JAV (2023 m. Pasaulio čempionate laimėjo aukso medalį);
- Shigeyuki Nakarai – B-Boy Shigekix iš Japonijos (2023 m. Pasaulio čempionate Belgijoje laimėjo bronzos medalį).



Philipas Kimas – B-boy Wizard (Kanada)

Šaltinis: <https://www.redbull.com/int-en/artist/phil-wizard>

Garsiausi Lietuvos vyrų breiko sportininkai: Lietuvos breiko čempionas Rokas Šaltenis – B-Boy Rukus ir vicečempionas Denis Ščiglo – B-Boy Denis 2023 m. Pasaulio čempionate užėmė 69-ąją ir 80-ąją vietas tarp 125 atletų.



Banglenčių sportas



Kanoa Igarashi – 2020 m. Tokijo olimpinų žaidynių banglenčių sidabro medalio laimėtojas
Šaltinis: <https://featured.japan-forward.com/sportslook/wp-content/uploads/sites/6/2022/08/Igarashi.2019-scaled-e1660201975495.jpg>

Banglenčių sportas (angl. *Surfing*) – ekstremalus vandens sportas, kurio metu sportininkas turi išsilaikyti ant banglentės, čiuoždamas jūros ar vandenyno bangose. Čiuožiama ant dviejų tipų lentų: ilgųjų banglenčių ir trumpųjų. 2020 m. banglenčių sportas įtrauktas į olimpinę programą https://lt.wikipedia.org/wiki/Olimpin%C4%97s_sporto_%C5%A1akos ir tapo **olimpine sporto šaka**.

Banglenčių sporto kilmė

Banglenčių sportas kilęs iš Havajų ir yra labai susijęs su šio krašto istorija bei kultūra. Jei svajojate skrieti bangomis, nėra geresnės vietos nei čia išmokti valdyti banglentę ir iš tikrųjų bendrauti su vandenynu.

Manoma, kad banglenčių sportas atsirado labai seniai – senovės Polinezijoje, bet vėliau suklestėjo Havajuose, todėl daugelio įsitikinimu, banglenčių sportas kilęs iš Havajų.

Ankstyviausią rašytinį pasakojimą apie banglenčių sportą (havajiečių k. *he'e nalu*) parašė britų leitenantas Jamesas Kingas 1779 m. garsiojo keliautojo Džeimso Kuko ekspedicijos po Ramųjų vandenyną metu. Jis aprašė vietinius



havajiečius, plaukiojusius ant medžio lentos Kealakekua įlankos bangose Havajų saloje. Net jis pastebėjo, koks smagus šis sportas – „atrodo, kad jie jaučia didelį malonumą dėl judėjimo, kurį suteikia šis pratimas“, – rašė jis laiške.

Legenda pasakoja, kad labai seniai Kahanos įlankos valdovas metė iššūkį deivei *Hi'iakai* – ugnies deivės Pele seseriai – varžytis plaukiant banglente Kahanos įlankos vandenyse, tačiau pralaimėjo.

Kadai banglenčių sportas buvo skirtas tik *ali'i* – Havajų karališkosios šeimos nariams, todėl dažnai dar vadinamas „karalių sportu“. Pats karalius Kamehameha I buvo žinomas dėl savo gebėjimų plaukioti banglente, o princesės Ka'iulani *alaia* banglentė iki šiol saugoma Vyskupo muziejuje Havajuose.



1898 m. Havajų banglentinis Waikiki paplūdimyje nešasi senovinę *alaia* banglentę

Šaltinis: <https://en.wikipedia.org/wiki/Alaia>

1819 m., kai nustojo galioti draudimas, paprastiems žmonėms buvo leista laisvai dalyvauti šiame sporte. Tačiau kai 1800-aisiais atvyko Vakarų misionieriai, jie ėmė drausti vietinių žmonių havajietiškus papročius, tokius kaip *hula* (tradiciniai šokiai, išreiškiantys pasakojimus ir muziką) ir banglenčių sportas. Iki XIX a. pabaigos Havajuose banglenčių sportas tapo praktikuojamas tik retkarčiais.

1893 m. įvyko neteisėtas perversmas, kurį organizavo saujelė baltųjų plantatorių ir verslininkų, nuvertusių suverenią Havajų monarchiją. 1898 m. JAV aneksavo Havajus, laikydamos šias salas strateginiu Ramiojo vandenyno



tašku ir turtingu žemės ūkio ištekliumi. 1959 m. JAV įstatymų leidėjai balsavo už tai, kad Havajai būtų 50-oji Amerikos valstija. Per tą laiką kolonizatoriai konfiskavo žemes ir militarizavo salos dalis. Jie uždraudė Havajų kalbą mokyklose ir vyriausybėje, slopino tradicines kultūrinės ir dvasines praktikas. Todėl plaukiojimas banglente havajiečiams siejasi su laisve, tautos mentalitetu.

„Plaukimas banglente atspindi tai, kas mes esame kaip vietinės tautos. Mes esame ne sausumos, o vandenynų žmonės, – sako havajietis Tomas Pōhaku Stone – vienas iš tradicinio senovinio banglenčių plaukiojimo entuziastų. – Mes kilę iš vandenyno, mėgstame skrieti bangomis. Išstis kartas tai darėme. Ir banglentės yra apie tai, kad galima plaukti laiko bangomis. Tai nesibaigianti banga, kuri niekada nesustoja.“

Banglenčių atgimimas

XX a. pradžioje kartu su Havajų, kaip turistinės vietovės, plėtra banglenčių sportas atgijo ir greitai išplito Kalifornijoje bei Australijoje. Prie šios sklaidos daug prisidėjo amerikiečių rašytojas Džekas Londonas (*Jack London*) ir Havajų banglentininkai George'as Freethas ir kunigaikštis Kahanamoku. Po apsilankymo Waikiki paplūdimyje rašytojas Dž. Londonas populiariuose Amerikos žurnaluose paskelbė keletą pasakojimų apie plaukiojimą banglentėmis.

1907 m. amerikiečių pramonininkas Henry Huntingtonas pasamdė banglentininką Freethą, kurį pavadino „žmogumi, galinčiu vaikščioti vandeniui“, kad padėtų reklamuoti jo naują geležinkelio liniją į *Redondo* paplūdimį. Taip Kalifornijoje įsigalėjo banglenčių sportas.

Apie 1900 m. karalius Kalākaua, vienas iš paskutinių Havajų karalystės monarchų, dar vadinamas „Jūrų karaliumi“ paskelbė Havajų kultūrinio pasididžiavimo sugrįžimą. 1900-ųjų pradžioje banglenčių sportas buvo atgaivintas. Šiuo laikotarpiu kunigaikštis Paoa Kahanamoku, užaugęs plaukiodamas banglente po pietinio kranto bangas, pats mokė pradedančiuosius banglentininkus Waikiki paplūdimyje plaukioti banglente .





Havajų banglentininkė Carissa Moore prie kunigaikščio Kahanamoku statulos Waikiki mieste, 4-ą kartą iškovojusi Pasaulio banglenčių lygos čempionės titulą 2019 m.

Šaltinis: Dennis Oda / DODA@STARADVERTISER.COM;

<https://www.staradvertiser.com/2019/12/04/sports/sports-breaking/hawaii-fans-celebrate-carissa-moores-fourth-world-surfing-title-and-olympic-qualification/>

Po kelerių metų, kai Havajų kunigaikštis Kahanamoku laimėjo 100 metrų laisvu stiliumi rungtį 1912 m. olimpinėse žaidynėse, plaukimo specialistai iš Naujojo Pietų Velso (Australijos valstija) pakvietė jį į Australiją pademonstruoti savo plaukimo ir banglenčių sporto stilių. 1914 ir 1915 m. Kahanamoku sužavėjo minias Sidnėjuje savo plaukimo banglente įgūdžiais, tuo padėdamas šiam sportui įsitvirtinti ir Australijoje, kol galiausiai tapo žinomas kaip „šiuolaikinio banglenčių sporto tėvas“. Kunigaikštis Kahanamoku yra Havajų ikona ir penkiskart olimpinių žaidynių medalių laimėtojas, jis atnešė banglenčių sportą į pasaulį, įveikęs daugybę visą gyvenimą trukusių asmeninių iššūkių.

Šiandien Waikiki paplūdimio lankytojus pasitinka bronzinė kunigaikščio statula, kur pradedantieji banglentininkai vis dar gaudo savo pirmąsias bangas.



2021 m. lapkritį Honolulu ant dvylikaaukščio namo sienos buvo atidengta kunigaikščio Kahanamoku ir 2020 m. Tokijo olimpinės čempionės Carissos Moore freska.

Dokumentiniame filme „Vandens žmogus“ (*Waterman*, rež. Isaac Halasima) įamžintas kunigaikščio Paoa Kahanamoku atminimas – pasakojama apie jo gyvenimą, sportinius pasiekimus, *Alohos* dvasią ir banglenčių sporto dovaną pasauliui. Filmą nagrinėja tema, kuri vis dar aktuali ir šiandien – sporto vaidmenį laužant visuomenės barjerus, įtraukiosios visuomenės filosofiją, metančią iššūkį priimti įvairovę ir įtraukti *Aloha* į savo gyvenimą.

Žodis *Aloha* (havajiečių k.) reiškia svetingumą, meilę ir bendrystę. *Aloha* yra Havajų pagrindas. Kunigaikštis dosniai dalijosi savo kultūra ir *Aloha* dvasia, kad ir kur eitų. Su šia lengvo bendravimo dvasia Kahanamoku buvo sutiktas visame pasaulyje. „*Jis buvo tikras Aloha ambasadorius. Aloha buvo jo tikėjimas. Ko gero, tai didžiausias kunigaikščio Kahanamoku palikimas*“, – teigia amerikietis plaukikas Aaronas Peirsolis, septynių olimpinių medalių (penkių aukso, dviejų sidabro) laimėtojas.

Senovinių banglenčių sugrįžimas ir gamtosauga

Nors šiuo metu banglenčių technologijos labai išvystytos – gaminamos gražios, puikiomis techninėmis savybėmis pasižyminčios stiklo pluošto lentos, tačiau Havajuose populiarėja ir tradicinis būdas plaukioti **medine senovine banglente**, išraižyta tradiciniu būdu. Kadaise havajiečiai, kilę iš neturtigų šeimų, plaukiodavo medinėmis banglentėmis.



Tradicinių banglenčių puošybos menas

Šaltinis: <https://www.pinterest.com/pin/771382242418767029/>



Lala yra havajietiškas žodis, apibūdinantis plaukimą *alaia* tipo banglente ir kontroliuojamą slydimą bangomis ant lentos. *Alaia* senovinė banglente yra plona, apvaliu priekiu, stačiakampiu galu, naudota Havajuose iki XX a. Lentos dažniausiai būdavo pagamintos iš *koa* medžio. Jos skiriasi nuo šiuolaikinių banglenčių tuo, kad neturi dugno peleko, o remiasi aštriais kraštais, kad išlaikytų lentą prieš bangą. Lentos buvo maždaug 2–3,5 m ilgio, svėrė iki 50 kg. Dėl paprastos konstrukcijos ir peleko nebuvimo šiomis lentomis būdavo labai sunku manevruoti, daugelis banglentininkų tiesiog nukreipdavo jas į krantą ir nebandė vairuoti.

Alaia lentos ėmė grįžti apie 2006 m., kai banglenčių propaguotojas ir eksperimentatorius Tomas Wegeneris išbandė banglenčių prototipus iš *paulonijos* medienos. Pirmieji šiuolaikiniai profesionalūs banglentininkai, įvaldę tokią banglentę, buvo įamžinti Tomo Campbello filme „Dabartis“. Tai labai padidino *alaia* tipo lentos populiarumą. Pirmiesiems modeliams išbandyti T. Vegeneris pasitelkė australų banglentininką Jacobą Stuthą, o per kelerius ateinančius metus išstobulino *alaia* dizainą. Šiuolaikinė *alaia* yra 1,5–3,5 m ilgio arba naudojama mažesnė, plaukiant ant kelių ar pilvo. Visos šios lentos panašios tuo, kad pagamintos iš medžio ir yra be peleko.



Žydinti paulovnija

Šaltinis: <https://www.myseeds.co/products/paulownia-elongata-empress-tree?variant=41914274808001#images-5>



Šiuolaikinės *alaia* lentos gaminamos iš daugelio rūšių medienos, įskaitant raudonmedį, kedrą, pušį ir balžą. Geriausios *alaia* tipo banglentės šiandien gaminamos iš *paulovnijos* medienos. Ji optimaliai tinka banglentėms gaminti, nes turi gerą svorio ir stiprumo santykį, yra lengvesnė ir patvaresnė už kitus kietmedžius, taip pat sugeria mažiau sūraus vandens nei daugelis kitų medienos rūšių, todėl jai nereikia kietos dervos ar stiklo apdailos. Užtenka apdoroti sėklų aliejumi, kad būtų išvengta vandens absorbcijos ir žalos, kurią sukelia jūros druska, banglentėms džiūstant saulėje, todėl tokios banglentės daro mažesnę neigiamą poveikį aplinkai.

Daugelis aplinkosaugininkų entuziastingai naudoja *alaia* lentas iš paulovnijos, nes jos daro minimalų poveikį aplinkai, o stiklo pluošto ir epoksidinės banglentės yra žinomos dėl daugybės teršalų ir ilgo taršos skilimo laiko. Paulovnijas augina plantacijose. Tai tvarūs medžių ūkiai. Paulovnijų lapais ir žiedais šeriami galvijai, o medžio drožlės puikiai tinka mulčiavimui sode ir greitai suyra. Per trejus metus medžiai užauga maždaug iki 8 m aukščio. Apdirbant paulovnijos medieną, nėra neigiamo poveikio žmonių sveikatai, nes nenaudojama nuodingų medžiagų.

Tinkamai prižiūrint, lentos gali būti tinkamos naudoti labai ilgą laiką, todėl reikia mažiau gaminti, o pasibaigus jų naudojimui, tiesiog nebeapdoroti alyva, ir lenta greitai suirs, į orą ir dirvą nepaskleisdama kenksmingų toksinų, kurių apstu putplastyje ir dervoje.



Tomas Pōhaku Stone – plaukiojimo tradicinėmis senovinėmis banglentėmis entuziastas – gamina senovinę banglentę

Šaltinis: <https://www.gohawaii.com/hawaii-rooted/Tom-Pohaku-Stone>



Tomas Pōhaku Stone, plaukiojimo tradicinėmis senovinėmis banglentėmis entuziastas, teigia: „Kai atsistojate ant medinės banglentės, jaučiatės taip, tarsi klausytumėtės gražios simfonijos, kuri tiesiog ramina jūsų sielą, ir jūs tiesiog ją apkabinate. Tai harmonija tarp vėjo, vandens judėjimo, bangos lūžimo. Aš nebesu šioje laiko epochoje, šiame laiko taške ar epochoje. Aš išeinu. Aš kitoje vietoje. Ir man patinka būti toje vietoje.“ Kai klausiama, kodėl jam taip svarbu tęsti senovinę tradiciją, jis atsako: „Tai ne mano žinios, tai mano protėvių žinios, kurias jie man davė, o dabar mano eilė ir atsakomybė jas perduoti tiems, kurie nori tai tęsti. Štai kas svarbu – perduoti tradiciją.“

Šiauriniuose Havajų salų krantuose didelės bangos kyla žiemą (maždaug nuo lapkričio iki vasario mėn.), o pietiniuose – vasarą. 6-ajame dešimtmetyje banglentinkai pradėjo plaukioti didelėmis ir galingomis bangomis žiemos sezonu *Mākaha* vakariniame *O’ahu* krante ir *Waimea* įlankoje šiauriniame krante.

Havajuose taip pat populiarūs irklentės, irkluojamos stovint ant platesnių, ilgesnių lentų (SUP). SUP dažniau naudojama treniruotėms, o ne plaukioti bangomis, puikiai tinka pagrindiniams raumenims lavinti, užtikrina didesnę banglentinkų saugumą.

Banglenčių sporto raida Lietuvoje

Banglenčių sportas mūsų šalyje dar tik pradeda savo kelią. Dažniausiai pirmuosius žingsnius Lietuvos banglentinkai žengia Baltijoje. Nors čia bangos kone perpus mažesnės nei vandenyne, jų netrūksta. Išbandžiusiųjų banglentes mūsų šalyje yra tūkstančiai, tačiau rimtų pretendentų į 2024 m. olimpines žaidynes kol kas neturime.

Nors lietuviai gaudo bangas visame pasaulyje – Balio, Airijos, Ispanijos, Meksikos, JAV pakrantėse, profesionaliais sportininkais Lietuvoje save vadinti gali vos keliolika banglentinkų. Kitiems tai – pabėgimas nuo kasdienybės, meditacijos forma, gyvenimo būdas.

2017 m. Girmantas Neniškis su bendraminčiais įkūrė **Lietuvos bangu sporto asociaciją** (LBSA). Tai oficiali Tarptautinės bangu sporto asociacijos (angl. *International Surfing Association*) narė, Lietuvoje atstovaujanti banglenčių ir irklenčių sporto šakoms. Nuo 2017 m. LBSA yra Lietuvos tautinio



olimpinio komiteto narė, priklauso ir Tarptautinei banglenčių asociacijai (angl. *International Surfing Association, ISA*).

Banglentininkus mūsų šalyje treniruoja keturios pagrindinės mokyklos:

- VšĮ „Banglentė“;
- Bangų akademija „Surfcamp“;
- „Surf style“;
- VšĮ „Vandens sūpynės“ – bangų sporto (irklenčių ir banglenčių) mokykla.

ISA sistema išskiria trenerius ir instruktorius. Instruktoriai daugiausia užsiima pramoginio plaukimo banglente mokymais, o treneriai rūpinasi visais sportinio rengimo aspektais – fiziniu pasirengimu, technika, mityba, psichologija.

Žiemą ir rudenį bangos Baltijoje – tinkamiausios sportui. „Geriausios sąlygos plaukti banglentėmis yra Klaipėdoje prie uosto molo. Būtent ten lūžta aukščiausios ir stačiausios bangos“, – teigia G. Neniškis, 2021 m. Lietuvos čempionas ir sertifikuotas Tarptautinės banglenčių asociacijos (ISA) teisėjas.

Dažnai kyla klausimas, ar skiriasi bangos Lietuvos pakrantėje ir vandenyuose? „Pirmiausia reikėtų lyginti ne bangas, o vandens telkinius. Kai Ramiajame vandenyne kyla audros, milžiniškos bangos keliauja kelis tūkstančius kilometrų. Per visą vandenyną atkeliavusios bangos – lygios, ilgos, tarp jų dideli tarpai, jos nepaveiktos vietinio klimato reiškinių. Baltijos jūra maža. Bangos ateina tik su stipriu vėju, kuris įsupa 5–6 metrų bangas. Šios bangos nėra tokios tvarkingos kaip vandenyne. Tačiau kartą ar du per metus nuo Danijos krantų iki Klaipėdos vakarų vėjas atneša dideles bangas per visą Baltijos jūrą. Ir toms bangoms pasiekus mus ir vėjui pasisukus pūsti nuo kranto, sąlygos tampa panašios į vandenyno. Problema, kad vandenyne tos bangos gali būti 3–4 dienas, pas mus – tik 3–4 valandas. Turi atsidurti tinkamu laiku tinkamoje vietoje. Bet jei atsiduri laiku, galima paplaukioti puikiomis sąlygomis“, – sako G. Neniškis.

Banglenčių sporte svarbu ne tik šiandieninė sportininko forma, bet ir ilgametė patirtis bangose. Pasak G. Neniškio, „vienose varžybose bet kuriam sportininkui gali pasisekti arba nepasisekti. Plaukiant 20 minučių ir padarius klaidą, rezultatas gali skirtis drastiškai, o kartais koją pakišti gali ir gamta, nes bangų per savo plaukimą gali net nesulaukti“.



2024 m. pasaulio čempionatas vyks Puerto Rike vasario 22 – kovo 2 dienomis. Šiose varžybose bus išdalyti paskutiniai kelialapiai į Paryžiaus olimpines žaidynes. Valstybės gali deleguoti po tris vyrus ir tris moteris į čempionatą, o Lietuvos bangų sporto asociacija (LBSA) reitingą sudaro pagal paskutinių trejų metų čempionatų rezultatus.

Lietuvos banglenčių sporto atstovai

2023 m. pasaulio banglenčių sporto žaidynėse dalyvavo ir trys Lietuvos atstovai:

- Rokas Bakstys;
- Jokūbas Vaitkevičius;
- Girmantas Neniškis.

Girmantas Neniškis yra „Surf Camp“ banglenčių akademijos įkūrėjas, o Rokas Bakstys ir Jokūbas Vaitkevičius yra banglenčių treneriai.

„Didžiuojusi nešdamas Lietuvos vėliavą. Mums egzotika atrodo palmės ir kokosai, o banglenčių pasaulyje egzotika esame mes. Sulaukiame labai daug dėmesio, visiems įdomu, koks pas mus klimatas, kokiomis sąlygomis plaukiame, treniruojamės, kaip atrodo Baltijos jūros bangos“, – sako R. Bakstys, džiaugdamasis galimybe garsinti Lietuvos vardą.



Rokas Bakstys

Nuotrauka P. Jimenez, ISA; Šaltinis: <https://zmones.15min.lt/naujiena/pasaulio-banglenciu-cempionate-pasirodes-rokas-bakstys-apie-bangu-brolius-ir-nustebinusi-salvadora-aNBXy9NyQ69>



Lietuvos banglentininkai neslepia, kad, norint geresnių rezultatų, būtina keliauti po pasaulį visus metus. Pavyzdžiui, Suomijos atstovas nuo vaikystės auga Kalifornijoje, Vokietijos – treniruojasi Kosta Rikoje. Po pasaulio čempionato Lietuvos banglentininkai tikisi daugiau dėmesio sulaukti ir Lietuvoje.

„Tačiau turėtume didžiuotis, kad visi trys Lietuvos atstovai vasaras leidžia prie Baltijos jūros, treniruoja vaikus ir suaugusiuosius, investuoja į sporto ateitį šalyje, dalyvaudami Lietuvos čempionate kelia sporto lygį. Žinoma, kelionėms po pasaulį reikia nemažų finansinių išteklių, o dabartinis sporto finansavimas nėra pakankamas“, – sako antrojo lygio ISA treneris R. Bakstys. Lietuvos komanda galutiniame reitinge pasidalijo 56–57 vietas.



Banglentininkas, keliautojas, Lietuvos bangų sporto asociacijos prezidentas Girmantas Neniškis

Šaltinis: <https://www.passport-journal.com/girmantas-neniskis/>

„Gyvenimo kokybė ir yra laisvė. Laisvė daryti tai, ką nori. Todėl siekiu iki minimumo apriboti „reikia“, nes labai lengva įsisukti į visiškai neįdomią veiklą ir viską daryti tik todėl, kad reikia.“










Girmantas Neniškis



Garsiausi pasaulio banglentininkai

2023 m. pasaulio banglenčių sporto žaidynės – tai 35-asis pasaulio banglenčių sporto čempionatas – vyko Salvadore. Čempionatas taip pat buvo ir olimpinės atrankos į 2024 m. olimpines žaidynes turnyras.

Pagal iškovotus medalius

Rungtis	Auksas	Sidabras	Bronza
Vyrai	Alan Cleland  Meksika	Lucca Mesinas  Peru	Miguel Tudela  Peru
Moterys	Tatiana Weston-Webb  Brazilija	Erin Brooks  Kanada	Johanne Defay  Prancūzija
Komandinė įskaita	Alonso Correa Lucca Mesinas Miguel Tudela Sol Aguirre Daniella Rosas Arena Rodríguez  Peru	Maxime Huscenot Kauli Vaast Joan Duru Pauline Ado Johanne Defay Vahiné Fierro  Prancūzija	Gabriel Medina Filipe Toledo João Chianca Luana Silva Silvana Lima Tatiana Weston-Webb  Brazilija

Pagal šalis

Vieta	Šalys	Auksas	Sidabras	Bronza	Iš viso
1	 Peru	1	1	1	3
2	 Brazilija	1	0	1	2
3	 Meksika	1	0	0	1
4	 Prancūzija	0	1	1	2
5	 Kanada	0	1	0	1
Iš viso (šalių skaičius: 5)		3	3	3	9

Pasaulio čempionais 2023 m. tapo **Alenas Clelandas Jr** iš Meksikos ir **Tatiana Weston Webb**, atstovaujanti Brazilijai. Sensaciją pateikė penkiolikmetė **Erin Brooks** iš Kanados, užėmusi antrą vietą. Žiūrovus prieš finalą ji prajuokino prisipažinusi, kad „*tėtis pažadėjo šuniuką už patekimą į pasaulio čempionato finalą*“, – rašoma pranešime žiniasklaidai. Antrą ir trečią vietas vyrų įskaitoje užėmė du Peru sportininkai **Lucca Mesinas** ir **Miguelis Tudela**.






Carissa Moore (JAV) – viena garsiausių pasaulio moterų banglentininkių, 2020 m. Tokijo olimpinių žaidynių čempionė

Šaltinis: <https://www.surfer.com/trending-news/carissa-moore-violated-and-disrespected-by-airport-tsa>

Carissa Moore (JAV) gimė 1992 m. Havajuose ir pradėjo plaukioti banglente, kai jai buvo penkeri su savo tėčiu Waikiki paplūdimiuose. Šešis mėnesius per metus ji keliauja po pasaulį „vaikydama bangas“. 2020 m. Tokijo olimpinėse žaidynėse visose šešeriose varžybose ji užėmė 1-ą, 2-ą arba 3-ą vietas. Aukso medalį ji iškovojo praėjus 101 metams po to, kai Havajų banglenčių sporto legenda kunigaikštis Kahanamoku pirmą kartą pareiškė, kad banglenčių sportas turėtų būti įtrauktas į žaidynes.

2020 m. Tokijo olimpinėse žaidynėse banglenčių moterų čempione tapo Carissa Moore, vyrų – Italo Ferreira.

Lyčių lygybė. Tarptautinė bangų sporto asociacija (ISA) labai džiaugiasi, kad beveik pusė – net 44 procentai dalyvių – merginos. Tai patvirtina, jog lyčių lygybė nėra tik deklaratyvus tikslas. Vis daugiau merginų ir moterų įvairiose pasaulio šalyse renkasi sporto šakas, kurios tradiciškai buvo laikomos „vyriškomis“, per sunkiomis merginoms.

Rungtis	Aukso	Sidabras	Bronza
Vyrų	Ítalo Ferreira  Brazilija	Kanoa Igarashi  Japonija	Owen Wright  Australija
Moterų	Carissa Moore  JAV	Bianca Buitendag  Pietų Afrika	Amuro Tsuzuki  Japonija





Italo Ferreira (Brazilija) – pirmasis banglenčių sporto aukso medalio laimėtojas 2020 m. Tokijo olimpinėse žaidynėse, 2021 m. liepos 27 d.

Šaltinis: <https://www.boardriding.com/events/tokyo-2020-surfing>

Bethany Hamilton galima laikyti drąsos pavyzdžiu. 13-metėi B. Hamilton 2003 m. plaukiojant banglente, ryklis nukando ranką. Nepaisant incidento metu patirtos traumos, Hamilton buvo pasiryžusi grįžti į banglenčių sportą. Jai teko daug treniruotis, kad išmoktų kompensuoti kairiosios rankos praradimą. Hamilton plaukiojo pagal užsakymą pagaminta banglente, kuri buvo ilgesnė ir šiek tiek storesnė nei standartinė. Praėjus vos mėnesiui po išpuolio, ji grįžo į sportą ir 2004 m. dalyvavo pirmosiose didelėse varžybose. *„Mano baimė prarasti galimybę plaukioti banglente didesnė nei ryklių baimė“*, – sako B. Hamilton.



Bethany Hamilton (JAV)

Šaltinis: <https://www.theguardian.com/sport/2020/mar/07/bethany-hamilton-unstoppable-film-my-fear-of-losing-surfing-was-greater-than-my-fear-of-sharks>



Apie B. Hamilton sukurtas dokumentinis filmas „Nesustabdoma“ (“Unstoppable”) ir vaidybinis filmas „Bangų medžiotoja“ (“Soul Surfer”).

Bethany Meilani Hamilton yra profesionali amerikiečių banglentininkė ir rašytoja, motyvatorė. Socialiniuose tinkluose ji daug kalba apie kūno įvaizdį ir savęs priėmimą:

„Dievas mus sukūrė unikaliam gražius. Aš dalinuosi savo istorija apie grožį ir skausmą, džiaugsmą ir liūdesį, nesėkmes ir triumfą ir noriu įkvėpti jus gyventi visavertį ir prasmingą gyvenimą, sustiprintą tikėjimu. Drąsinu būti dėkingais už tai, ką turi, švęsti turimas dovanas ir rūpintis savimi, kad galėtum rūpintis ir kitais!“

„Gyvenimas yra daug daugiau nei mūsų išvaizda, svarbiau yra tai, kaip mes mylime, duodame ir kaip gauname! Esu pasiryžusi įkvėpti ateinančią kartą ir jūsų šeimą, kad galėtumėte įveikti ir gyventi nesustabdomą gyvenimą.“

John John FLORENCE, pravarde John John, yra Havajuose gimęs banglentininkas, rungtyniaujantis JAV komandoje. Pirmą kartą su vandenynu jį supažindino mama Alex, kuri pati yra banglentininkė, kai tik jis pradėjo vaikščioti. Greitai J. Florence pradėjo dalyvauti varžybose ir iškovojo daugybę apdovanojimų. 13 metų jis dalyvavo „Triple Crown of Surfing“ varžybose ir tapo jauniausiu kada nors tai padariusiu banglentininku. 2011 m. jis pateko į Pasaulio banglenčių lygos (WSL) čempionatą – elitiškiausias banglenčių sporto varžybas. Pasaulio čempiono titulą J. Florence iškovojo 2016 m., o vėliau pakartojo 2017 m., tapdamas vienu iš penkių vyrų, kurie kada nors tai padarė šiame sporte.



John Florence

Šaltinis: <https://www.surfertoday.com/surfing/things-you-probably-didnt-know-about-john-john-florence>



Laipiojimo sportas

Trumpa sporto šakos istorija

Istoriškai laipiojimas buvo alpinistų pasiruošimo kalnų žygiams dalis – juk alpinistai, kopdami į kelių kilometrų aukščio kalnų viršūnes, turi įveikti ne tik ledo ar sniego, bet ir uolų maršrutus.

Nors laipiojimo sporto raida neatsiejama nuo alpinizmo, tačiau tai – dvi skirtingos sporto šakos. Pamažu dalis žmonių labiau susižavėjo lipimu uola nei snieguotomis viršūnėmis, tad nuo XIX a. pabaigos laipiojimo sportas pradėjo vystytis kaip savarankiška sporto šaka. Stipriai patobulėjusi laipiojimo įranga ir technika lėmė laipiojimo lygio kilimą. Lipimo maršrutai sudėtingėjo, jų ilgis trumpėjo, uolose pradėti įrengti stacionarūs saugos taškai. Poreikis treniruotis ir pasirengti uolų maršrutams lėmė laipiojimo sienelių atsiradimą, o vėliau – ir laipiojimo varžybų vystymąsi. Nuo 1988 m. pradėtos vykdyti tarptautinės laipiojimo varžybos – pasaulio taurės ir čempionatai. Nuo Tokijo olimpinių žaidynių 2020 m. laipiojimo sportas yra olimpinė sporto šaka.

Sporto šakos charakteristika, taisyklės ir svarbiausi vertinimo elementai

Laipiojimo sportas skirstomas į dvi dideles sritis: lipimą gamtoje ir lipimą uždaroje patalpose, t. y. lipimą laipiojimo salėse.

Gamtoje laipiootojai dažniausiai lipa arba į didelius akmenis, tokia disciplina vadinama *boulderingu*, arba į 10–30 metrų uolas – ši lipimo rūšis vadinama *laipiojimu (tiksliau lipimu) uolomis*. Žinoma, gamtoje yra ir kitų laipiojimo rūšių – jas apibrėžia ne tik aukštis, į kurį lipama, bet ir saugos būdas, pavyzdžiui, viena iš lipimo disciplinų yra lipimas virš vandens. *Boulderingo* disciplina nereikalauja ypatingos įrangos - užtenka specialių laipiojimo batelių ir magnezijos miltelių, o saugumą užtikrina specialūs čiužiniai.

Sudėtingojo lipimo disciplinoje lipami ilgi maršrutai ant 10-25 metrų aukščio ar aukštesnių uolų, naudojant virves ir kitą įrangą lipančiojo saugumui užtikrinti. Šioje disciplinoje reikalingas partneris, saugantis lipantįjį asmenį.

Dažniausiai laipiootojai lipa jau paruoštais maršrutais. Tokie maršrutai turi įrengtus saugos taškus ir būna aprašyti laipiojimo regionų trasų knygoje, kuriose galima rasti maršruto kryptį, ilgį ir sudėtingumo lygį. Lipimas neparuoštais maršrutais vadinamas **tradiciniu laipiojimu** (angl. *trad climbing*).



Lietuvoje uolų nėra, tad mūsų šalyje laipiojama laipiojimo centruose. **Laipiojimo salėse** kultivuojamos trys skirtingos disciplinos, kuriose vykdomos ir varžybos – ***boulderingas, sudėtingasis lipimas ir greitasis lipimas.***



Boulderingas gamtoje

Šaltinis: <https://www.bonobo.lt/post/apie-laipiojim%C4%85-pradedantiesiems>

- ***Boulderingas*** pasižymi tuo, kad lipama trumpomis trasomis, sudarytomis iš 5–12 kybių, ant 3–5 m aukščio sienutės, o lipančiųjų saugą užtikrina specialūs čiužiniai. Boulderingo varžybose sportininkų tikslas yra įveikti varžybų organizatorių trasas per skirtą laiką (paprastai 4–5 min.), atliekant kuo mažiau bandymų. Tai pati populiariausia laipiojimo sporto disciplina Lietuvoje. Boulderingo trasoje sportininkai turi gerai pamąstyti, kaip geriausiai įveikti trasą.
- ***Sudėtingasis lipimas*** – tai lipimas trasa į aukštą – 10–20 m – sieną, čia lipančiojo saugai sukurti reikia atitinkamos įrangos: virvių, apraišų ir kt., lipantysis taip pat turi turėti partnerį – saugotoją. Šios disciplinos varžybose varžomasi, kas užlips trasa kuo aukščiau, vėlgi per ribotą trasos įveikimo laiką (6 minutes).



- **Greitojo lipimo** disciplinos specifika – kuo greičiau užlipti standartizuota laipiojimo sienelės trasa į viršų. Pavyzdžiui, *boulderingo* ir *sudėtingojo* lipimo varžybose tikslas yra *įveikti trasą* (t. y. specifinę lipimo liniją, užduotį), o *greitojo lipimo varžybų* tikslas yra standartizuotą trasą įveikti kuo greičiau. Šiuo metu greičiausi pasaulio laiptotojai į 15 m aukščio sienelę gali „užbėgti“ greičiau nei per 5 sekundes. **Greitasis lipimas** dar vadinamas vertikaliu sprintu.

Svarbu paminėti, kad tikrai ne kiekvienas, kuris laipioja specializuotose laipiojimo salėse, vyksta laiptoti ant tikrų uolų gamtoje. Taip pat ne kiekvienas, kuris laipioja uolomis gamtoje, treniruojasi laipiojimo salėse. Laipiojimo rūšių ir būdų yra daugybė, tad kiekvienas gali atrasti tai, kas jam patinka labiausiai, ir tuo užsiimti.

Kodėl verta išmėginti laipiojimą?

- **Dinamiška veikla.** Vertikaliai judėti galima tiek laipiojimo salėse, tiek saulės įkaitintomis uolomis.
- **Stiprina kūną.** Lipant lavinama jėga, ištvermė, greitumas, lankstumas, koordinacija ir kita.
- **Draugiška ir įtraukianti bendruomenė.** Visuomet patars ir padės.
- **Lavina protą.** Laipiojimo trasa – tai galvosūkis, kurį reikia išspręsti.

Galimi trys pagrindiniai trasos įveikimo būdai: žvilgtelėjus (angl. *on-sight*), susipažinus (angl. *flash*) ir išbandžius (angl. *redpoint*).

Įranga. Lipama tik rankomis ir kojomis, tačiau, kad būtų patogiau ir lengviau, laiptotojai avi specialius batelius ir naudoja magneziją (magnio karbonato kreidą), apsaugančią nuo rankų slydimo ir suteikiančią geresnę sukibimą su lipimo paviršiumi.

Siekiant užtikrinti saugumą, laipiojimo sporte lipant aukšta siena ar uola naudojama speciali įranga: apraišai, virvės, saugojimo įtaisai, karabinai, atotamos, savisaugos ūsai, mazgai. Sudėtingasis laipiojimas visuomet lipamas poromis, keičiantis saugančiojo ir lipančiojo pozicijomis. Boulderingo salėse ar laipiojimo regionuose gamtoje laipiojančiųjų saugumą krentant užtikrina specialūs čiužiniai.



Laipiojimo sportas – olimpinė sporto šaka

2018 m. laipiojimo sportas buvo įtrauktas į Buenos Airių jaunimo olimpinių žaidynių programą. Visuomenę sužavėjo šios įdomios sporto šakos reginys ir įtampa, Laipiojimo varžybų originalumas, vizualinis, estetiškas ir jaudinantis poveikis daro šį sportą labai populiariu ir plačiai praktikuojamu jaunimo sportu, kuris gali vykti įvairiose aplinkose – miesto ar gamtos.

2020 m. laipiojimo sportas debiutavo Tokijo olimpinėse žaidynėse kaip nauja sporto šaka.

Olimpinėse žaidynėse laipiojimo sportas apima tris rungtis: boulderingą, greitąjį lipimą ir sudėtingąjį lipimą.

- **Boulderinge** sportininkai lipa į 4,5 m aukščio sienas be virvių.
- **Greitojo lipimo** rungtyje į 15 m. aukščio sieną reikia užlipti per ribotą laiką ir kuo mažiau bandymų. Geriausi sportininkai tokią sieną įveikia per mažiau nei 6 sekundes vyrams ir mažiau nei 7 sekundėms moterims.
- **Sudėtingojo lipimo** rungtyje sportininkai per 6 minutes užlipa kuo aukščiau ant daugiau nei 15 m aukščio sienos iš anksto nežinodami maršruto. Šios rungties trasos tampa vis sudėtingesnės, reikalaujančios visų sportininkų fizinių ir dvasinių jėgų.

2020 m. Tokijo olimpinėse žaidynėse **laipiojimo daugiakovę** sudarė visos trys laipiojimo rungtys – *boulderingas*, greitis lipimas, sudėtingasis lipimas. Po sėkmingo debiuto 2020 m. olimpiadoje, laipiojimo sporto programa **2024 m. Paryžiaus vasaros olimpinėse žaidynėse** išplėsta iki *keturių* rungčių:

- 1) vyrų daugiakovė
- 2) Vyrų greičio rungtis
- 3) Moterų daugiakovė
- 4) Moterų greičio rungtis.

Skirtinai negu 2020 m. Tokijo olimpiadoje, **laipiojimo daugiakovės** rungtį 2024 m. Paryžiaus olimpinėse žaidynėse sudarys *boulderingas* ir sudėtingasis lipimas (*lead climbing*). **Greitis lipimas** tapo atskira olimpine rungtimi. Taigi, sportininkai iš viso pasidalins keturis medalių komplektus.

Bendras dalyvių skaičius išplėstas nuo 40 sportininkų iki 68 dalyvių. 2024 m. Paryžiaus olimpinėse žaidynėse dalyvaus žymiai didesnis laipiojimo sporto atletų skaičius - palyginus su 2020 m. Tokijo žaidynėmis, dalyvių skaičius išaugo nuo 40 iki 68 atletų. Taigi, kelialapius į 2024 m. vasaros



olimpines žaidynes išsidalins iš viso 68 laipiojimo sporto atstovai, po lygiai (t. y. po 34) tarp vyrų ir moterų.

- Vyrų ir moterų **daugiakovės** (*boulderingo* ir sudėtingojo lipimo) varžybose iš viso varžysis 40 laiptotojų (po 20 kiekvienos lyties). Kiekviena šalis gali siūsti ne daugiau kaip keturis atstovus (2 vyrus ir 2 moteris).
- Vyrų ir moterų **greitojo lipimo** rungtyje iš viso varžysis 28 laiptotojai (po 14 kiekvienos lyties). Kiekviena šalis gali siūsti ne daugiau kaip keturis sportininkus, išlaikant lygybę tarp vyrų ir moterų.

Laipiojimo sportas vyks antrą kartą olimpinių žaidynių istorijoje.

Laipiojimo sportas Lietuvoje

Lietuvoje laipiojimo sportas tampa vis populiariesnis. Įkurta **Lietuvos laipiojimo sporto federacija**, kurią šiuo metu sudaro aštuoni laipiojimo klubai, kartu siekiantys kurti laipiojimo sportą Lietuvoje.



Bonobo



Boulder House



Klaipėdos kalnų sporto klubas



Montis magia



Scala dream



Vertical



Fabrique



Pramogų korporacija

Laipiojimo klubai - Lietuvos laipiojimo sporto federacijos nariai

Šaltinis: <https://laipiojimofederacija.lt/federacijos-nariai>





Lietuvos laipiojimo sporto federacija (LLSF) – organizacija, reprezentuojanti Lietuvos laipiojimo sporto atletus šalyje ir pasaulyje bei vienijanti Lietuvos laiptotojų bendruomenę. Lietuvos laipiojimo sporto federacijos prezidentė – **Milda Koreivaitė-Zaicevienė**.

Laipiojimo sporto federacijos vizija – Lietuvoje žinomas ir matomas laipiojimo sportas, buriantis aktyvius, smalsius ir nuolat tobulėti siekiančius narius. Misija – vienyti Lietuvos laiptotojų bendruomenę ir rūpintis laipiojimo sporto plėtra Lietuvoje.

Pagrindinės Federacijos veiklos kryptys ir tikslai:

- 1) **Aukšto meistriškumo programa.** Aukšti sportiniai rezultatai tarptautinėje arenoje.
- 2) **Bendruomenė.** Įsitraukianti, besimokanti, nuolat auganti laiptotojų bendruomenė.
- 3) **LLSF veikla.** Skaidri, efektyvi, atvira, patraukli ir finansiškai tvari organizacija.
- 4) **Tarptautiškumas.** Stiprus, glaudus ir aktyvus bendradarbiavimas su Tarptautine laipiojimo sporto federacija (angl. *The International Federation of Sport Climbing, IFSC*) ir Baltijos šalių federacijomis.

LLSF rūpinasi laipiojimo sporto plėtra, varžybų organizavimu, trenerių kvalifikacijos kėlimu, sportininkų parengimu ir jų dalyvavimu Tarptautinės laipiojimo sporto federacijos varžybose.

Lietuvos laipiojimo sporto federacija kiekvienais metais organizuoja šias varžybas:

- Lietuvos boulderingo čempionatą;
- Lietuvos sudėtingojo lipimo čempionatą;
- Lietuvos jaunimo boulderingo čempionatą;
- Lietuvos jaunimo boulderingo taure (3 etapai).

Nuo 2015 m. kasmet organizuojamas Lietuvos *boulderingo čempionatas* – įspūdingas renginys, nenusileidžiantis krepšinio varžyboms (ypač pusfinaliai ir



finalai). Estetiškos trasos, profesionalus komentavimas, sportininkų meistriškumas, nematyti kūrybiški trasų sprendimai priverčia laipiojimo sporto gerbėjų širdis plakti smarkiau, o rankas prakaituoti. Neretai varžybinės aistros ir intriga, kas iškovos čempiono titulą, išlieka iki paskutinės sekundės. Lietuvos boulderingo čempionatuose kasmet dalyvauja 150–200 dalyvių iš Lietuvos ir Baltijos šalių. Trasų sudėtingumas svyruoja nuo 5c iki 8a, tad tai patraukli galimybė kiekvienam laipiojančiajam gerai praleisti laiką lipant kartu su bendraminčiais.



Lietuvos sudėtingojo lipimo čempionatas

Šaltinis: <https://laipiojimofederacija.lt/varzybos>

Nuo 2021 m. organizuojamas Lietuvos *sudėtingojo lipimo čempionatas* – renginys lipimo į aukštą sieną gerbėjams. Sudėtingojo lipimo disciplina plačiau kultivuojama Lietuvoje palyginti neseniai, todėl šios varžybos – didelis žingsnis plėtojant laipiojimo sportą Lietuvoje. Kasmet sudėtingojo lipimo čempionatas sulaukia vis daugiau dalyvių ir žiūrovų.

Laipiojimo sportas populiarėja ir kaip aktyvaus laisvalaikio leidimo būdas – laipiojimo sienelės daug kur įrengiamos mokyklose, parkuose, aikštelėse.



Žymiausi Lietuvos laipiojimo sporto atstovai ir jų pasiekimai

LLSF yra subūrusi Lietuvos suaugusiųjų ir jaunimo rinktines, atstovaujančias Lietuvai tarptautinėse laipiojimo sporto varžybose. Galima būtų išskirti du žymiausius laiptotojus – sportininkus, pasiekusius aukštų tarptautinių rezultatų – Kiprą Baltrūną ir Romaną Sivakovą. Jaunimo rinktinė – pamaina suaugusiųjų sportininkams.

Kipras Baltrūnas – vienas geriausių Lietuvos sportinio laipiojimo atstovų.. 2020 m. jis pirmąkart pateko į Europos čempionato pusfinalį, o 2021 m. rugpjūtį Europos boulderingo taurės varžybose Krokuvoje užėmė 4 vietą.

Kipras Baltrūnas yra keletą kartų patekęs į pasaulio ir Europos taurės pusfinalius (tarp 20 stipriausių sportininkų).

Žymiausi pasiekimai:

- 4 vieta Europos boulderingo taurės etape;
- 13 vieta pasaulio boulderingo taurės etape;
- 6 kartus pateko į Tarptautinės laipiojimo sporto federacijos varžybų pusfinalius.

Deja, dėl patirtos traumos 2023 m. Kipras baigė sportinę karjerą.



Kipras Baltrūnas

Nuotraukos autorius: Leo Žukovas, Šaltinis: <https://miestonaujienos.lt/laipiojimo-sporto-atstovas-kipras-baltrunas-dziazio-gerbejas-knygas-skaitantis-ausimis/>



Romanas Sivakovas – 2021–2022 m. pasaulio ir Europos jaunimo čempionatų pusfinalininkas.

Žymiausi pasiekimai:

- 19 vieta pasaulio jaunimo boulderingo čempionate;
- 18 vieta Europos jaunimo boulderingo čempionate;
- 11 ir 16 vietos 2022 m. Europos jaunimo boulderingo taurės varžybose.



Roman Sivakov

Šaltinis: <https://laipiojimofederacija.lt/suaugusiu-rinktine-2>

Svarbūs ne tik sportininkai, bet ir laipiojimo treneriai. Nuo 2024 m. Lietuvos laipiojimo sporto federacijos jaunimo ir suaugusiųjų rinktinių vyr. treneriu tapo **Dmitrij Iljušenko**, kuris jau 10 metų treniruoja aukšto meistriškumo jaunimo ir suaugusiųjų sportininkus.

Artūras Volkovas yra pirmasis trasų kūrėjas iš Lietuvos, atrinktas į tarptautinės laipiojimo sporto federacijos (IFSC) varžybų trasų kūrėjų sąrašą. Į šį trasų kūrėjų sąrašą patekti nelengva - iš 138 kandidatų, įvertinus jų įgūdžius ir rekomendacijas, atrenkama vos 14 – tai puikus įvertinimas Lietuvos laipiojimo sportui.



Ar turėsime kandidatą(-us) Paryžiaus olimpinėse žaidynėse 2024 m.?

„Tikslas iškovoti kelialapį į olimpines žaidynes visuomet yra, ar tai įvyks kalbant apie Paryžiaus olimpines žaidynes, – paradys laikas“, – sako Milda Koreivaitė-Zaicevienė – Lietuvos laipiojimo sporto federacijos prezidentė.

Konkurencija patekti į laipiojimo žaidynes yra itin didelė – vos 20 geriausių laiptotojų (kiekvienos lyties) iš viso pasaulio turi galimybę varžytis olimpinių žaidynių **boulderingo ir sudėtingojo lipimo** disciplinose, dar 14 – **greitojo lipimo** rungtyje. Atranka į Paryžiaus olimpinių žaidynių laipiojimo varžybas vyksta keliais etapais – tiek 2023, tiek 2024 metais. Atrankai svarbus 2023 m. Pasaulio čempionatas, taip pat metiniai laipiojimo taurių reitingai ir specifiniai atrankiniai renginiai. Šiuose renginiuose dalyvauja ir mūsų šalies laiptotojai, siekdami iškovoti olimpinių kelialapį.



Boulderingo disciplina

Šaltinis: Irmanto Sauliaus nuotr, LLSF, 2023,

<https://drive.google.com/drive/folders/1E7LBBX9aU5kS5hk0BSdRLm5Av017Q8Ph>



Garsiausios pasaulio moterų laipiojimo sporto atstovės

Nors laipiojimo sportas – jauna sporto šaka, pasaulyje yra daug garsių laipiojimo sporto atstovių.

Aries Susanti Rahayu iš Indonezijos 2019 m. pasiekė naują pasaulio rekordą greitojo lipimo rungtyje 15 m aukščio siena – Tarptautinės laipiojimo sporto federacijos laipiojimo pasaulio taurės varžybose ji pagerino sportininkės YiLing Song iš Kinijos ankstesnį pasaulio rekordą (7,101 s) ir įkopė per 6,995 sekundes.



Aries Susanti Rahayu kopimo rekordas rodo, kad žmonės gali viską

Šaltinis: <https://www.sbnation.com/2019/10/21/20925524/aries-susanti-rahayu-speed-climbing-world-record-video>

2023 m. naują pasaulio rekordą pasiekė **Aleksandra Moroslaw** iš Lenkijos, kuri keletą pastarųjų metų (nuo 2021 m.) vis gerino šį rezultatą: dabartinis jos greitojo lipimo pasaulio rekordas – 6,24 sekundės.





Aleksandra Miroslaw (Lenkija), pasiekusi greitojo lipimo pasaulio rekordą (6,24 s)

Šaltinis: <https://www.ifsc-climbing.org/index.php/world-competition/speed-records>

2020 m. Tokijo olimpiinių žaidynių laipiojimo sporto medalininkės

1. Janja Garnbret (Slovėnija) – AUKSAS
2. Miho Nonaka (Japonija) – SIDABRAS
3. Akiyo Noguchi (Japonija) – BRONZA



Janja Garnbret iš Slovėnijos – 2020 m. Tokijo žaidynių čempionė

Šaltinis: <https://www.redbull.com/pk-en/athlete/janja-garnbret-climbing>

Janja Garnbret iš Slovėnijos – daugkartinė pasaulio laipiojimo sporto čempionė, laimėjusi pirmąjį istorijoje olimpinį aukso medalį moterų grupėje 2020 m. Tokijo žaidynėse.










Tarptautinės laipiojimo sporto federacijos pastarųjų metų (nuo 2021 m.) Pasaulio taurės varžybų nugalėtojos:



Sudėtingasis lipimas (*Lead*)

Metai	1 vieta	2 vieta	3 vieta
2021	 Janja Garnbret (4)	 Natalia Grossman	 Laura Rogora
2022	 Janja Garnbret (5)	 Seo Chae-hyun	 Natalia Grossman
2023	 Jessica Pilz	 Janja Garnbret	 Vita Lukan

Boulderingas

Metai	1 vieta	2 vieta	3 vieta
2021	 Natalia Grossman	 Janja Garnbret	 Oriane Bertone
2022	 Natalia Grossman (2)	 Miho Nonaka	 Brooke Raboutou
2023	 Natalia Grossman (3)	 Miho Nonaka	 Brooke Raboutou

Greitasis lipimas (*Speed*)

Metai	1 vieta	2 vieta	3 vieta
2021	 Emma Hunt	 Patrycja Chudziak	 Aleksandra Mirosław  Ekaterina Barashchuk
2022	 Aleksandra Kałucka	 Emma Hunt	 Natalia Kałucka

Natalia Grossman (JAV) – labai tituluota laipiojimo sporto atstovė, lamėjusi boulderingo Pasaulio taurės varžybas 2021, 2022, 2023 metais. Ji iškovojo auksą 2023 m. visos Amerikos (PAN American) žaidynėse ir kelialapį į 2024 m. olimpiadą Paryžiuje.



Natalija Grossman (JAV) džiaugiasi pergale

Šaltinis: <https://www.teamusa.com/news/2022/april/10/natalia-grossman-shines-with-another-bouldering-medal-in-switzerland>



Garsiausi pasaulio vyrų laipiojimo sporto atstovai

2020 m. Tokijo olimpiinių žaidynių vyrų laipiojimo sporto medalininkai

1. Alberto Ginés López (Ispanija) – AUKSAS
2. Nathaniel Coleman (JAV) – SIDABRAS
3. Jakob Schubert (Austrija) – BRONZA

2020 m. Tokijo olimpinėse žaidynėse vyrų laipiojimo sporto trikovės finale pirmą vietą užėmė ispanas **Alberto Ginésas Lópezas**.



Alberto Ginés López (Ispanija)

Nuotrauka: Dimitris Tosidis / IFSC; šaltinis:

<https://theindianface.com/blogs/news/todo-sobre-el-escalador-alberto-gines-ganador-del-oro-olimpico-en-tokio-2020>

2023 m. vyrų greitojo lipimo į 15 m aukščio sieną pasaulio rekordą pasiekė **Veddriq Leonardo** iš Indonezijos – jo rezultatas Pasaulio taurės varžybose, vykusiose Seule (Korėja), yra 4,90 s.












Veddriq Leonardo iš Indonezijos – greitojo lipimo pasaulio rekordininkas (4,90 s)

Šaltinis: 2021 Getty Images nuotr., <https://olympics.com/en/news/ifsc-climbing-world-cup-2023-seoul-speed-record>












Tarptautinės laipiojimo sporto federacijos Pasaulio taurės varžybų pastarųjų metų (nuo 2021 m.) nugalėtojai:







Sudėtingasis lipimas (*Lead*)

Metai	1 vieta	2 vieta	3 vieta
2021	 Stefano Ghisolfi	 Sean Bailey	 Masahiro Higuchi
2022	 Luka Potočar	 Taisei Homma	 Jesse Grupper
2023	 Sorato Anraku	 Alexander Megos	 Taisei Homma

Boulderingas

Metai	1 vieta	2 vieta	3 vieta
2021	 Yoshiyuki Ogata	 Kokoro Fujii	 Adam Ondra
2022	 Yoshiyuki Ogata (2)	 Tomoa Narasaki	 Kokoro Fujii
2023	 Sorato Anraku	 Lee Do-hyun	 Tomoa Narasaki

Greitasis lipimas (*Speed*)

Metai	1 vieta	2 vieta	3 vieta
2021	 Veddrig Leonardo	 Kiromal Katibin	 Marcin Dzieński
2022	 Veddrig Leonardo (2)	 Kiromal Katibin	 Long Jinbao

Paauglių laipiojimo sensacija **Toby Robertsas** taps pirmuoju Didžiosios Britanijos atstovu, kuris varžysis olimpinėse žaidynėse.

„Man buvo maždaug 12 metų, kai buvo paskelbta, kad laipiojimas bus įtrauktas į 2020 m. olimpinės žaidynes. Tada aš ir mano šeima nusprendėme, kad atiduosi viską, ką galiu, kad pabandyčiau patekti į 2024 m. Paryžių“, – sako Toby Robertsas.





Toby Roberts: „Niekada nebuvo dienos, kad nenorėčiau laipti.“

Šaltinis: <https://olympics.com/en/news/toby-tristan-roberts-sport-climbing-teenager-father-son-interview>



16-metis Anraku Sorato iš Japonijos yra vienintelis istorijoje, kuris tais pačiais metais tapo nugalėtoju boulderingo ir sudėtingojo laipiojimo (*Lead*) rungtyse pasaulio taurės varžybose (2023 m.)

Šaltinis: <https://olympics.com/en/news/asian-qualifier-paris-2024-sport-climbing-japan-anraku-sorato-school>

Taigi, olimpiadoje bus įdomu stebėti šių sportininkų kovas. Paryžiaus olimpinėse žaidynėse dalyvaus gerokai didesnis laipiojimo sporto atletų skaičius, palyginus su Tokijo žaidynėmis, nuo 40 atletų Tokijuje iki 68 Paryžiuje.



Riedlenčių sportas



Riedlentčių sportas – olimpinė sporto šaka. Mark Blinch/COC.

Šaltinis: <https://olympic.ca/sports/skateboarding/>

Riedlenčių sporto šakos istorija

Riedlenčių sporto kilmė

Riedlenčių sportas – Jungtinėse Amerikos Valstijose kilusi gatvės sporto rūšis, kai važinėjamasi riedlente ir atliekami triukai. Taip pat tai pramoginė, laisvalaikio veikla, meno rūšis, pramogų pramonė ir transporto būdas. Riedlenčių sportas yra veiksmo sportas, laikomas viena iš ekstremaliojo sporto šakų.

Toks, koks egzistuoja šiandien, riedlenčių sportas gimė XX a. 4-ajame ar 6-ajame dešimtmetyje Kalifornijoje. Tai buvo sportas, kurį sukūrė... banglentininkai! Ne sezonu metu, kai bangos buvo mažos, norėdami patirti analogišką patirtį kaip ir slysdami bangomis, jie pradėjo konstruoti riedlentes ir jomis važinėti. Tai buvo vadinama „banglenčių sportu ant šaligatvio“. Ankstyvieji riedlentininkai mėgdžiojo banglenčių sportą ir manevrus atlikdavo basomis kojomis.

Niekas nežino, kas padarė pirmąją riedlentę – galbūt net keli žmonės sugalvojo panašių idėjų maždaug tuo pačiu metu.

Pirmosios riedlentės prasidėjo nuo medinių lentų, kurių apačioje buvo pritvirtinti riedučių ratai.

Pagaminti pirmąsias riedlentes užsakė Los Andželo (Kalifornijos) banglenčių parduotuvė, kurios savininkas sudarė sandorį su Čikagos riedučių



kompanija, kad ši pagamintų riedučių ratų rinkinius, kuriuos pritvirtindavo prie stačiakampių medinių lentų. Ilgainiui jos virto panašiomis į šių dienų riedlentes. Riedlenčių sporto raidą parodo ir pardavimų duomenys: iki 1966 m. įvairūs šaltiniai tvirtino, kad riedlenčių sportas pavojingas, todėl parduotuvės sunkiai jas parduoda, o tėvai nenori jų pirkti.

Iki 7-ojo dešimtmečio kai kurie banglenčių sporto inventorius gamintojai Pietų Kalifornijoje pradėjo kurti riedlentes, primenančias mažas banglentes, ir subūrė komandas, kad šios reklamuotų jų gaminius. Riedlenčių populiarumas JAV pamažu augo, kol pasiekė aukščiausią tašką maždaug 1963 m.

Riedlentėms išpopuliarėjus, 1964 m. buvo išleistas pirmasis riedlenčių žurnalas „The Quarterly Skateboarder“, kuriame buvo rašoma: „*Šiandieniniai riedlentininkai yra šios sporto šakos įkūrėjai – pionieriai. Riedlenčių sportas neturi istorijos – ją dabar kuriate jūs.*“

Riedlenčių sportą formavo ir jam įtaką darė daugelis riedlentininkų, o bėgant metams jo populiarumas tai augo, tai mažėjo.

Pirmoji tikrų riedlenčių varžybų transliacija per televiziją įvyko 1965 m. – riedlenčių sportas tada buvo naujiena. Televizija transliavo nacionalinį riedlenčių čempionatą, kuris vyko Kalifornijoje. Varžybų metu buvo tik dvi rungtys: laisvojo stiliaus ir slalomo nusileidimo lenktynės. Važiavimas riedlente taip pat buvo rodomas keliose populiariose televizijos programose, animaciniuose filmuose. Dėl sklaidos tuometinės žiniasklaidos kanalais riedlenčių sportas vis populiarėjo, tačiau greitai jis imtas vertinti prieštaringai, nes važinėjami riedlentininkai dažnai apgadindavo gatvių bortelius, akmenis dirbinius, laiptus, suoliukus, aikštes ir parkus.

Tai pasikeitė 8-ojo dešimtmečio pradžioje, kai buvo sukurti uretano riedlenčių ratai, kurie negadino gatvės bortelių. Dėl šių ratų staiga tapo daug lengviau čiuožti netobulu reljefu, ir po poros metų riedlentės išpopuliarėjo dar kartą.

1975 m. riedlenčių sportas tapo toks populiarus, kad buvo surengtos vienos didžiausių riedlenčių sporto varžybų – *Del Mar* nacionalinis čempionatas, kuriame dalyvavo apie 500 dalyvių. Varžybos truko dvi dienas. Pagrindinį turnyrą laimėjo laisvojo stiliaus riedlenčių legenda **Russas Hovellas** (*Russ Howell*). Tačiau vietinė riedlentininkų komanda „Zephyr“ iš Santa Monikos (Kalifornija) varžybų metu pademonstravo naują progresyvų važiavimo riedlente stilių, paremtą Havajų banglentininkų Lario Bartlemano (*Larry Bertlemanno*), Butonso Kaluhiokalani (*Buttonso Kaluhiokalani*) ir Marko



Lidelo (*Marko Liddello*) plaukimo banglente maniera, ir pradėjo naują **banglentininkų stiliaus riedlenčių** erą. Vėliau ši komanda, kurią sudarė 12 žmonių, įskaitant legendinius riedlentininkus Jay Adamsą (*Jay Adams*), Tony Alvą (*Tony Alva*) ir Peggy Oki (*Peggy Oki*), pasivadino **Z-Boys** ir tapo viena įtakingiausių komandų riedlenčių sporto istorijoje.

Tuo metu riedlenčių parkai dar nebuvo išrasti, todėl paaugliai mėgo važinėti gatvėmis, o grupės susirinkdavo tokiose vietose kaip apleistos automobilių stovėjimo aikštelės. Kiekvienai vietai riedlentininkai sugalvodavo slapyvardžius, pavyzdžiui, Arbatos dubuo, Vaisių dubuo, Triušio duobė, Paukščių vonia, Kiaušinių dubuo, Kalnų baseinas ir pan. Nuo 8-ojo dešimtmečio riedlenčių parkai pradėti kurti specialiai riedlentininkams ir tuo metu pradėjusiems važinėti paspirtukininkams, laisvojo stiliaus motokroso BMX (*bike motocross*) mėgėjams. Buvo labai populiarūs „bananinė“ riedlentė – plona, lanksti riedlentė, pagaminta iš polipropileno, apatinėje pusėje su briaunomis, kurios palaikė konstrukciją. Bene labiausiai išsiminė ryškiai geltona riedlentės spalva, todėl ir kilo toks pavadinimas.

Lietuvių kilmės amerikietis – gatvės riedlenčių pionierius

Netoli Los Andželo, Simi Valio (*Simi Valley*) mieste (JAV), yra **Riedlenčių šlovės muziejus**, kuriame įamžinti garsiausių pasaulio riedlentininkų vardai. Jame rasime ir garsaus lietuvių kilmės amerikiečio Nato Kaupo pavardę.

Natas Kaupas dažnai vadinamas vienu pirmųjų tikrų profesionalių gatvės riedlentininkų, o jo atliktus triukus ir šiandien pavyksta pakartoti tik keliems kitiems geriausiems riedlentininkams.

Jis gimė 1969 m. Pietų Santa Monikoje, Kalifornijoje. Kartu su Marku Gonzalesu (*Mark Gonzales*) jis perkūrė Rodney Mulleną (*Rodney Mullen*) triuką *Ollie* ir jo pagrindu išrado modernų čiuožimą gatvėje. Tokie triukai, kaip *Ollie*, *kickflips*, čiuožimas sienomis, turėklais ir, žinoma, priešgaisriniais vandens stovais – visa tai tapo realybe 1984–1989 m. Nato dėka. Be to, jis pirmasis pademonstravo labai sudėtingą riedlenčių triuką, dabar vadinamą „*Nato sukiniu*“.



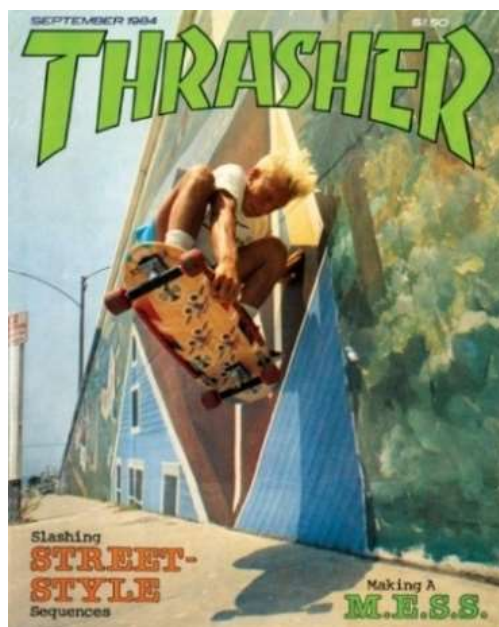


Natas Kaupas atlieka Ollie triuką (Santa Monika, Kalifornija)

Šaltinis: <https://skateboardinghalloffame.org/shof-2014/natas-kaupas-2014/>

Čiuožti Natas pradėjo vaikystėje. 1983 m. jis laimėjo vietinį Santa Monikos banglenčių konkursą ir gavo *Santa Monica Airlines* (SMA) riedlentę kaip prizą užėmus 1-ąją vietą. Riedlentės gamintojai buvo sužavėti vaikinio čiuožimo sugebėjimais ir pasiūlė jį remti.

Visa istorija nutiko gana netikėtai. Natas nesidomėjo riedlenčių žurnalais, kol 1984 m. rugsėjį neatsidūrė ant žurnalo „Thrasher Magazine“ viršelio ir per naktį tapo „žvaigžde“. 1984 m. „Thrasher Magazine“ fotografas ir riedlenčių sporto apžvalgininkas Creigas Stecykas (*Craig Stecyk*) nufotografavo Kaupą, čiuožiantį nuo sienos, ir publikavo ant 1984 m. rugsėjo mėn. numerio viršelio. Dėl šios nuotraukos Kaupas sulaukė daugiau žurnalistų dėmesio ir profesionalių čiuožėjų pripažinimo.



Natą Kaupą 1984 m. išgarsinusi nuotrauka ant žurnalo „Thrasher Magazine“ viršelio
Šaltinis:

<https://www.thrasher magazine.com/articles/magazine/september-1984/>



N. Kaupas, jo paties teigimu, per daug nesidomėjo riedlenčių subkultūra. Jis tobulino važinėjimo riedlente įgūdžius naudodamasis aplinka, o ne rampomis ar parkais, todėl buvo vadinamas „**gatvės čiuožimo**“ pionieriumi.

9-ojo dešimtmečio viduryje Natas atrado, kad gali čiuožti vertikalia siena: čiuoždamas riedlente, jis mesdavosi į sieną, pakildavo aukštyn ir nuo jos nuvažiuodavo. Vėliau jis išstobulino šį triuką, čiuoždamas sienomis nenaudojant rankų. Tuo metu Natas nuolat čiuožė kartu su tokiais įžymiais riedlentinkais kaip Markas Gonzalesas (*Mark Gonzales*), Julienas Stangeris (*Julien Stranger*) ir Jimas Thiebaudas (*Jim Thiebaud*). Kaupas ir Gonzalesas sugalvodavo daug naujų triukų, iš kurių pirmasis buvo R. Mulleno (*Rodney Mullen*) *kickflip* perkėlimas iš čiuožimo laisvuju stiliumi į čiuožimą gatvėje.

9-ojo dešimtmečio pabaigoje Natas pradėjo slydimo turėklais triukus. Jis šokiravo minią Ošensaide (*Oceanside*), Kalifornijos gatvės stiliaus riedlenčių konkurse, bandydamas riedlente nučiuožti nuo turėklo. Nors jo bandymas buvo nesėkmingas, tai buvo įrašyta į riedlenčių istoriją.



Natas Kaupas leidžiasi riedlente nuo turėklo. Aut. Yoshi Rohigai, 1986 m.

Šaltinis: <https://www.facebook.com/thedarkslidedbq/photos/a.10154687706128553/10158970720608553/?type=3>



Japonų fotografas Yoshi Rohigai (*Yoshi Rohigai*) padarė šią Nato Kaupo nuotrauką 1986 m., kai jis Venecijoje bandė nučiuožti nuo turėklo. Nuostabu, kad Japonijos fotografas užfiksavo šį momentą, ir riedlenčių sportas tapo toks įdomus. Tai buvo čiuožimo ant turėklų pradžia, kaip mes žinome šiandien.

1989 m. Natas Kaupas atliko debiutinį vaidmenį Santa Kruzo riedlenčių vaizdo klipe „Ugnies ratai“ („*The Wheels of Fire*“), kuriame pademonstravo naują triuką. Išskirtinio pasirodymo metu jis užlipo ant priešgaisrinio vandens stovo ir apsisuko ant jo 720 laipsnių kampu. Manoma, kad tai atvėrė kelią naujai riedlenčių sporto kryptiai.

Triukas tapo žinomas kaip „**Nato sukinys**“ („*Natas Spin*“) ir buvo pritaikytas snieglenčių sportui bei įtrauktas į *Tony Hawk* vaizdo žaidimų seriją. Dėl šio vaidmens Kaupas išgarsėjo, tačiau netrukus dėmesys nukrypo į jo vardo rašybą, nes „Natas“, skaitant vardą iš kito galo, reiškia „šėtoną“. Kaupas bandė paaiškinti savo vardą kaip vyrišką lietuviško vardo „Natalija“ versiją. Tačiau, nepaisant to, daugelis mokyklų ir parduotuvių uždraudė bet kokias prekes, pavadintas „Natas“.

Natas Kaupas padarė didžiulę įtaką ne tik gatvės riedlenčių judėjimui, bet ir jaunimo kultūrai (vaizdo įrašuose per televiziją jaunimas sekė ne tik jo triukus, bet ir madingus drabužius, šukuosenas).

Verslas ir kūryba. Natas Kaupas – kūrybinga ir versli asmenybė. Jau būdamas 16-os metų jis padarė didelį įspūdį savo SMA rėmėjui Engblomui, kai susitarė dėl riedlenčių gamybos ir platinimo su daug didesne riedlenčių įmone „*Santa Cruz Skateboard*“s.

1991 m. Natas Kaupas paliko SMA kompaniją ir kartu su Steve'u Roko (*Steve Rocco*) įkūrė savo prekės ženklą „*101 Skateboards*“. Šis verslas Natui tapo veikla, kurioje galėjo panaudoti savo grafikos ir meninius gabumus dar aktyviai sportuodamas. Nato Kaupo grafika puoštos riedlentės įvairios, o panteromis išpieštų riedlenčių serija „Panther“ tapo viena geriausiai parduodamų visų laikų riedlenčių (vien 1989 m. buvo parduota 56 400 „Panther-3“ riedlenčių).

Iki 1992 m. riedlentės *101* tapo pagrindiniu riedlenčių prekės ženklu, tačiau lūžusi Nato kulkšnis reiškė, kad jo riedlenčių karjera sustabdyta. Sveikdamas Natas daugiau tyrinėjo savo meninius gabumus ir pritaikė juos savo versle – jo dizaino ir meno krypties apdovanojimų sąrašas lenkia pripažintų komercijos menininkų.



2005 m. Natas Kaupas gavo *Legend Award* apdovanojimą per 7-ą kasmetinį *Transworld Skateboarding Awards* apdovanojimą.



Nato Kaupo riedlenčių serija „Panter-3“

Šaltinis: <https://www.conflictskates.co.uk/santa-cruz--sma-natas-panther-3-skateboard-deck-105-x-30125-155-wb-blue-25677-p.asp>, <https://www.pinterest.com/pin/174092341815431123/>

Riedlentės atkeliauja į Europą

Į Europą riedlentės atkeliaavo 8-ojo dešimtmečio pabaigoje. Europoje daugelis paauglių atsisisūsdavo riedlenčių iš JAV, tačiau paklausai augant netrukus atsirado specialių parduotuvių. Nepaisant to, riedlentininkams skirtos erdvės vis dar buvo retos – šiai naujai sporto šakai buvo pastatyta tik keletas parkų. Paaugliai mėgo važinėti gatvėmis, o grupės susirinkdavo tokiose vietose kaip apleistos automobilių stovėjimo aikštelės.

Daugelis tradicinio požiūrio žmonių riedlenčių sportą vertino neigiamai. Pavyzdžiui, Jungtinėje Karalystėje Karališkoji nelaimingų atsitikimų prevencijos draugija griežtai priešinosi riedlenčių sportui, teigdama, kad kasmet į ligoninę gali patekti iki 4 500 britų vaikų, nors, tuo metu atlikto tyrimo duomenimis, riedlentės užėmė tik 25 vietą pavojingos įrangos sąrašė. Po pradinio sėkmės šuolio, apie 1980 m., Jungtinėje Karalystėje riedlenčių populiarumas smarkiai sumažėjo ir sugrįžo tik po gero dešimtmečio.

9-ajame dešimtmetyje, kai išpopuliarėjo *punk* ir *hip-hop* muzikos stiliai, važinėjimas riedlente gatvėje paplito kaip kultūrinis judėjimas, o ne tik kaip sportas. Ši tendencija tęsėsi iki 9-ojo dešimtmečio pabaigos.



Prie riedlenčių populiarinimo prisidėjo ir kino filmai. Kai riedlenčių sportas paplito tose Amerikos valstijose, kuriose banglenčių sportas ir banglentininkų kultūra nebuvo pažįstama, jis susikūrė naują įvaizdį, pavyzdžiui, klasikiniame filme „Videodienos“ (1991) riedlentiniškai vaizduojami kaip „beatodairiški maištininkai“.



Dėl Tokijo olimpinė žaidynių įtakos riedlenčių sportas išpopuliarėjo Japonijoje. Ezra Shaw / Getty nuotr.

Šaltinis: <http://theglitterandgold.com.au/australian-skateboard-culture/>

Naujasis tūkstantmetis

Nuo 2000 m. įvyko trys pagrindiniai pokyčiai, dėl kurių riedlenčių sportas tapo įprastu visame pasaulyje.

Pirmasis pokytis buvo veiksmo sporto žaidynės *X Games*, surengtos 1995 m. vasarą JAV. Tai buvo pirmasis didelis renginys, sujungęs ekstremalų sportą, siekiant išsiaiškinti geriausius pasaulyje riedlentiniokus, dalyvavusius įvairiuose renginiuose, įskaitant *Skateboard Street* ir *Skateboard Vert*. Šių varžybų nugalėtojai tapo pirmosiomis tikromis riedlenčių sporto įžymybėmis, o jų vardai atpažįstami visame pasaulyje, ypač dėl prekių ženklų rėmimo ir partnerystės.

Tačiau tai, kas iš tikrųjų išgarsino riedlenčių sportą, buvo **vaizdo žaidimų populiarumas** XX a. 10-ojo dešimtmečio pabaigoje ir XXI a. 1-ojo dešimtmečio pradžioje. Originalios „PlayStation“ konsolės buvo parduodamos didžiuliais kiekiais, o originalus vaizdo žaidimas „**Tony Hawk Pro Skater**“,



išleistas 1999 m., pelnė puikius atsiliepimus. Paskui buvo sukurti keli tęsiniai, kiekvienas su klasikiniu garso takeliu, padėję riedlenčių sportui pakilti į naujas aukštumas tarp to meto jaunimo.

Trečiasis didelis pokytis, leidęs riedlenčių sportui pasiekti mases, yra **riedlenčių sporto turinio prieinamumas**, naudojant vaizdo paslaugas, pvz., „YouTube“. Dabar lengviau nei bet kada žiūrėti riedlentininkų klipus, tiesiog būnant riedlenčių parke filmuoti savo bandymus ir įkelti juos, kad pamatytų visas pasaulis. Turinio kūrėjų amžiuje riedlenčių sportas užima didelę nišą ir vis labiau populiarėja tarp šių dienų jaunimo.

Nuo 2010 m. buvo dedamos pastangos skatinti riedlenčių sportą tam skirtose erdvėse ir pagerinti riedlenčių kultūrinio paveldo pripažinimą. 2015 m. Vašingtone, Kenedžio menų centre vyko renginys, kurio metu riedlentininkai atliko triukus pagal muziką ant ramos, sukonstruotos Amerikos kultūros festivaliui. Šis įvykis tapo viso renginio kulminacija ir pavertė erdvę, kuri anksčiau buvo uždrausta riedlentininkų bendruomenei, erdve, skirta šiai bendruomenei, kurioje jie gali pasirodyti bendruose kultūriniuose renginiuose. 2017 m. Londone iniciatyvos „Tegyvuoja Southbank“ metu surinkta lėšų ir atkurtas populiarus riedlenčių parkas, kuris buvo sunaikintas dėl miesto plėtros.



Riedlentininkas Venecijos paplūdimyje (2022)

Šaltinis: https://en.wikipedia.org/wiki/Skateboarding#/media/File:Venice_Beach_Skateboarding.jpg

2009 m. duomenimis, pasaulyje buvo 11,08 mln. riedlentininkų, 2002 m. – 20 milijonų, o 2023 m. priskaičiuojama apie 85 mlj. riedlentininkų visame



pasaulyje. Pastaruoju metu čiuožimas **basomis** išgyvena atgimimą. Įkvėpti banglentininkų, daugelis riedlentininkų važinėjasi basomis, ypač vasarą šiltesnėse šalyse. Važinėjimui basomis skirta plastikinė *penny* riedlentė.

„World Skate“

Aukščiausias riedlenčių sporto valdymo organas – „**World Skate**“ yra tarptautinė organizacija, kuri jungia visas sporto šakas, atliekamas ant riedučių ratų.

„World Skate“ **misija** yra skatinti pasaulinį visų šių sporto šakų augimą, vystymąsi ir įtrauktį. **Vizija** – kurti pasaulį, kuriame riedučių sportas yra visuotinai priimtas ir gerbiamas kaip dinamiška kūrybiškumo, atletiško ir bendruomeniškumo išraiška, teigiamų pokyčių katalizatorius įvairaus amžiaus, lyties ir išsilavinimo sportininkams. Siekiama padidinti riedlenčių sporto matomumą ir prieinamumą, įkvėpti naują dalyvių kartą.



Riedlenčių sportas tampa vis populiariesnis tarp merginų

Šaltinis: <http://theglitterandgold.com.au/australian-skateboard-culture/>

Važinėjimas riedlente iš tikrųjų yra viena iš nedaugelio sporto šakų, kurios padeda užtikrinti lygias teises, skatina bendruomeniškumą ir saviraišką.

„Riedlenčių sportas yra visur, ir aišku, kad jis skirtas visiems.

Jeigu turi riedlentę, nesvarbu, kas tu esi.“

Danielis Hansenas

2016 m. buvo paskelbta, kad riedlenčių sportas bus įtrauktas į 2020 m. Tokijo vasaros olimpinės žaidynes, ir geriausi pasaulio riedlentininkai varžysis tiek vyrų, tiek moterų varžybose



Riedlenčių sporto specifika

Ankstyvieji riedlenčių triukai buvo sudaryti iš dviejų dimensijų laisvojo stiliaus manevrų:

- važiavimas tik dviem ratais;
- sukimasis tik ant galinių ratų;
- šuolis į aukštį per kliūtį ir nusileidimas vėl ant lentos (dar vadinamas *hipių šuoliu*);
- šuolis į tolį nuo vienos lentos ant kitos;
- slalomas.

Kitas populiarus triukas buvo *Bertlemanno čiuožykla*, pavadinta Larry Bertlemanno (*Larry Bertlemann*) banglenčių manevrų vardu.

1976 m. riedlenčių triukus pakeitė Amerikos riedlentinininko **Alano Gelfando** išradimas *Ollie*. 1976 m. jis išrado vadinamąjį *Ollie* triuką, kuris iš esmės liko unikaliu Floridos triuku. Revoliuciniai Gelfando manevrai patraukė žiniasklaidos dėmesį, ir tai padėjo šiam triukui paplisti visame pasaulyje.



Riedlentinininkas, atliekantis apvertimo triuką *Flip*

Šaltinis: <https://en.wikipedia.org/wiki/Skateboarding#/media/File:Skaters1.jpg>

1982 m. Rodney Mullenas (*Rodney Mullen*) pritaikė *Ollie* triuką atlikti ant lygios žemės, taip pat išrado „magiškąjį apvertimą“ (*Magic Flip*), kuris vėliau buvo pervadintas *kickflip*, bei daugybę kitų triukų (360 laipsnių ir 180 laipsnių *Shove-it* triukus).





Riedlentininkė atlieka 360 laipsnių *Flip* triuką priešais Barclays centrą Bruklinė, Niujorke. Nuotr. Erin Patrice O'Brien (2019)

Šaltinis: <https://en.wikipedia.org/wiki/Skateboarding>

Ollie triukai ant lygios žemės leido riedlentininkams ore atlikti sudėtingus triukus, nereikalaujančius jokios papildomos įrangos, išskyrus pačią riedlentę, ir tai tapo daugelio gatvės riedlenčių triukų pagrindu.

Riedlenčių triukai vis sudėtingėja, atrandami ar sukuriami nauji. Naujausias pasaulyje riedlenčių triukas yra **1 080**, kurį galima atlikti ant vertikalios riedlenčių rampos arba ant megarampos, kai riedlentininkas, skrisdamas ore, atlieka tris pilnus apsisukimus. Pirmą kartą šį triuką 2012 m. ant megarampos sėkmingai atliko amerikietis riedlentininkas Tomas Schaaras (*Tom Schaar*), o 2020 m. gegužę – Brazilijos riedlentininkas Gui Khury (*Gui Khury*), kuriam tuo metu buvo tik 12 metų! **Šis jo pasiekimas užfiksuotas kaip Gineso rekordas.** Atlikus tris pilnus apsisukimus, Gajų entuziastingai pasveikino visi konkurentai ir pagrindinis varžovas Tonis Hawkas (*Tony Hawk*), 1999 m. įveikęs triuką **900 X Games** varžybose.





Gui Khury atlieka 1 080 triuką – tris pilnus apsisukimus ore
Šaltinis: <https://kids.guinnessworldrecords.com/records/young-achievers/gui-khury>

Jaunasis Gineso pasaulio rekordininkas Gui Khury savo paskyroje pasakoja:

„Mėgstu skristi aukštai ir daryti triukus, kol esu ore. Štai kodėl man patinka rampa, vadinama „Mega Ramp“, bet mano mėgstamiausia yra vertikali rampa. Tą dieną, kai sumušiau rekordą, sėkmingai nusileidęs, atšvenčiau su gardžia namine pica ir pyragu 🍕 😊 🍩.

Kiti triukai, kuriuos galiu padaryti:

- 24 metrų nusileidimas Mega Rampa
- 540 laipsnių **apsisukimas** ant vertikalios ramos
- 720 laipsnių **apsisukimas** (du apsisukimai ore)
- 900 laipsnių **apsisukimas** (du su puse apsisukimo ore)

*Svajoju atlikti **1 260 laipsnių apsisukimą** (tris su puse pilnų apsisukimų ore).*

Mano rekordai yra:

10 metų: jauniausias X Games sportininkas;

11 metų: pirmasis riedlentininkas, atlikęs triuką „1 080“ ant vertikalios ramos;

12 metų: jauniausias X Games aukso medalio laimėtojas (vyrų grupėje).

Tačiau, be riedlenčių, turiu ir kitų pomėgių. Mėgstu leisti laiką čiuoždamas banglente, snieglente, vandenlente ir žaisdamas futbolą.“



Riedlenčių rungtys skirstomos į dvi atšakas:

Street (gatvės) – vyksta parke, kuris sudarytas iš figūrų, turinčių gatvės, miesto elementų (natūralios rampos, bortai, laiptai ir kita).

Street varžybose vyksta du važiavimai po 45 sekundes ir atliekami penki pasirinkti triukai.

Vertinimo kriterijai:

- triukų sudėtingumas;
- triukų įvairovė;
- triukų atlikimo kokybė;
- figūrų pasirinkimas (kuo sudėtingesnė figūra pasirenkama, tuo daugiau balų galima gauti);
- greitis;
- parko išnaudojimas;
- stilius

Važiuojant svarbu atlikti visus triukus, negriūti važiavimo metu, norint gauti kuo aukštesnį įvertinimą.

Park (parko) – vyksta *Bowl* (dubens) tipo parke, kuris sudarytas iš lenktų rampų.

Vertinimo kriterijai:

Atliekami trys važiavimai – geriausias važiavimas laikomas įskaitiniu. Vertinimo kriterijai tokie patys kaip gatvės disciplinoje.

Riedlenčių sportas nediskriminuoja jokios amžiaus grupės. Važiuoti riedlente paprastai saugu 6 metų ir vyresniems vaikams su suaugusiųjų priežiūra ir tinkamomis riedlenčių apsaugos priemonėmis, tokiomis kaip šalmai, kelių ir alkūnių pagalvėlės. Riedlentės nėra skirtos vien tik vaikams, riedlentės yra labai populiarios ir tarp daugelio suaugusiųjų.



Riedlenčių sportas 2024 m. vasaros olimpinėse žaidynėse

Po sėkmingo debiuto 2020 m. Tokijo olimpiadoje, riedlenčių sportas sugražintas į olimpinę programą ir vyks antrą kartą olimpinių žaidynių istorijoje. Bendras galimų dalyvių skaičius padidėjo nuo 80 iki 88 riedlentinių.

Geriausių pasaulio riedlentinių atrankos į 2024 m. Paryžiaus olimpines žaidynes etapai vyko Romoje 2023 m. birželio 26 – liepos 3 d. specialiai pastatytame riedlenčių parke *Parco del Colle Oppio*, šalia pasakiško Romos Koliziejaus miesto centre. Tai viena fotogeniškiausių visų laikų riedlenčių varžybų vietų, suteikianti renginiui neprilygstamą prestižą tarptautinėje arenoje. Tarptautinė riedlenčių federacija (*World Skate*) džiaugiasi, galėdama pasidalyti visiškai nauju gatvių trasos išdėstymu *Street* (gatvės) riedlenčių varžybose.



Riedlenčių parkas Romoje, kur vyksta riedlenčių *Street* (gatvės) kvalifikaciniai etapai į olimpines žaidynes

Šaltinis: <https://www.skateboarding.worldskate.org/news/1521-world-skate-and-california-skateparks-unveil-ws-rome-street-course.html>



Garsiausi pasaulio riedlentininkai

Olimpinėse žaidynėse riedlenčių sporto varžybos vyksta dviejose rungtyse:

- parko individuali rungtis;
- gatvės individuali rungtis.

Vyrai ir moterys varžosi analogiškose rungtyse, taigi sportininkai kovoja dėl keturių medalių komplektų.

2020 m. Tokijo vasaros olimpiinių žaidynių riedlenčių sporto medalininkai

Rungtis	Auksas	Sidabras	Bronza
Vyrų parko trasa	 Keegan Palmer Australija (AUS)	 Pedro Barros Brazilija (BRA)	 Cory Juneau JAV (USA)
Vyrų gatvės trasa	 Yuto Horigome Japonija (JPN)	 Kelvin Hoefler Brazilija (BRA)	 Jagger Eaton JAV (USA)
Moterų parko trasa	 Sakura Yosozumi Japonija (JPN)	 Kokona Hiraki Japonija (JPN)	 Sky Brown Jungtinė Karalystė (GBR)
Moterų gatvės trasa	 Momiji Nishiya Japonija (JPN)	 Rayssa Leal Brazilija (BRA)	 Funa Nakayama Japonija (JPN)

Vyrų parko riedlenčių rungties čempionai



[Keegan Palmer](#)
Australija

[Pedro Barros](#)
Brazilija

[Cory Juneau](#)
JAV



Vyrų *gatvės* riedlenčių rungties čempionai



[Yuto Horigome](#)

Japonija



[Kelvin Hoefler](#)

Brazilija



[Jagger Eaton](#)

JAV

Moterų *parko* riedlenčių rungties čempionės



[Sakura Yozozumi](#)

Japonija



[Kokona Hiraki](#)

Japonija



[Sky Brown](#)

Jungtinė Karalystė

Moterų *gatvės* riedlenčių rungties čempionės



[Momiji Nishiya](#)

Japonija



[Rayssa Leal](#)

Brazilija



[Funa Nakayama](#)

Japonija





Keegan Palmer 2020 m. Tokijo vasaros olimpinų žaidynių riedlenčių finale
Šaltinis: <https://olympics.com/en/video/men-s-park-skateboarding-tokyo-2020-replays>



Momiji Nishiya (Japonija) – olimpinio aukso medalio laimėtoja moterų *gatvės* riedlenčių sporte

Šaltinis: <https://www.skysports.com/olympics/news/15234/12364259/tokyo-2020-japans-momiji-nishiya-13-claims-first-ever-olympic-gold-in-womens-street-skateboarding>

Japonė **Momiji Nishiya**, būdama 13 metų, pateko į istoriją, laimėjusi pirmąjį olimpinį aukso medalį moterų *gatvės* riedlenčių sporto varžybose. Ji surinko 15,26 balų, aplenkdamą taip pat 13-metę brazilę Rayssą Leal, o 16-metė Funa Nakayama iškovojo bronzą.



Riedlenčių sportas Lietuvoje

Lietuvos riedlenčių federacija (LTRF) įkurta 2017 m., jos prezidentas – Justinas Ivoška.

Pagrindiniai LTRF tikslai ir veiklos sritys:

1. **Populiarinti** ir plėtoti riedlenčių sportą Lietuvoje
2. Inicijuoti, prisidėti ir **įgyvendinti projektus**, gerinančius riedlenčių infrastruktūrą.
3. Organizuoti ir prisidėti prie riedlenčių **sporto renginių**, tokių kaip Lietuvos riedlenčių čempionatas „Go skateboarding day“ ir kt.

Lietuvos riedlenčių federacija yra oficialus Tarptautinės riedlenčių federacijos (*World Skate*) narė ir atstovauja riedlenčių sporto klubų interesams Lietuvoje ir užsienyje.

Riedlenčių sportui tapus olimpine sporto šaka, vis daugiau jaunuolių užsiima šia veikla ir Lietuvoje. Didėjant populiarumui atsiranda talentingų sportininkų, kurie po truputį ima garsinti šalies vardą svarbiausiose pasaulinėse varžybose.

Prie tarptautinių rezultatų reikšmingai prisidėjo ir viešoji riedlenčių sporto infrastruktūra Lietuvoje. Per paskutinius keletą metų modernūs riedlenčių parkai buvo įrengti Vilniuje prie Baltojo tilto, Klaipėdoje prie Sąjūdžio parko, taip pat – Molėtuose. Riedlenčių sportui pritaikyta Vienybės aikštė Kaune netgi buvo įvertinta pasaulio urbanistų ir architektų.



Skate plaza Kauno Vienybės aikštėje

Šaltinis: <https://cgs-projektai.lt/portfolio/kauno-vienybes-aikstes-skate-plaza/>



Klaipėdoje, Sąjūdžio parke, suprojektuotas ir įrengtas vienas didžiausių Lietuvoje BMX dviračių, riedutininkų ir riedlenčių parkas, kuris sulaukė didžiulio populiarumo tarp aktyvaus laisvalaikio mėgėjų. Tai pirmasis betoninis monolitinis *skate* parkas Lietuvoje. Buvusi statybinių atliekų aikštelė virto nuostabiu riedučių, riedlenčių ir BMX dviračių parku, beveik 600 m² dydžio pusrampių baseinu su kelių skirtingų aukščių ir formų rampomis, suprojektuotomis taip, kad būtų galima neminant ir be perstojo nuolatos išvystyti greitį ir atlikti įvairius triukus, o šalia suprojektuota unikali *street plaza* erdvė tapo viena mėgstamiausių Lietuvos riedlentinių bendruomenės vietų.

Nors sąlygos riedlenčių sportui Lietuvoje sparčiai gerėja, vis dar trūksta uždarytų parkų po stogu, nes treniruotis lauke kiekvieną dieną visus metus neleidžia Lietuvos orai.



Bowl (dubens) tipo riedlenčių parkas Klaipėdoje, Sąjūdžio parke
Šaltinis: <https://cgs-projektai.lt/portfolio/klaipedos-sajudzio-skate-parkas/>

Skate HUB

Riedlenčių sporto plėtrai svarbi **Skate HUB** veikla. *Skate HUB* – tai vieta, kur aistringi riedlenčių entuziastai kuria po vienu stogu, reklamuodami ir remdami riedlenčių sportą. *Skate HUB* vienija Lietuvos riedlenčių federaciją ir keletą su šiuo sportu susijusių organizacijų:



- **LTRF riedlenčių parkas (LTRF Skatepark)**

420 m² riedlenčių parkas, skirtas tik riedlentiniams. Tai aktyvių Lietuvos riedlentinių iniciatyva sukurti pozityvią laisvalaikio erdvę, skatinančią bendruomeniškumą ir fizinį aktyvumą per riedlenčių sportą.

- **Riedlenčių mokykla „Core Indoor Vilnius skateschool“**

„Core Indoor Vilnius“ iš pradžių buvo įkurta kaip pirmasis Vilniuje pagrindinis riedlentiniams skirtas riedlenčių parkas, kuris išaugo į riedlenčių mokyklą, siūlančią privačias ir asmenines pamokas ir kviečiančią įvairaus amžiaus ir įgūdžių riedlentinius mėgautis, kurti produktyvius bei aktyvius laisvalaikio aplinką ir tobulinti įgūdžius.

- **„Commune DIY“ (CDIY)**

Tai riedlenčių perdirbimo dirbtuvės ir riedlenčių bendruomenės rėmėjas, kuris **perdirba** sulūžusias riedlentes, suteikia nuolaidą naujoms, o iš perdirbtos riedlenčių medienos gamina įvairius naujus gaminius. Apie CDIY veiklą verta papasakoti plačiau.

Riedlentės, tvarumas ir žiedinė ekonomika

Kadangi šiuo metu visame pasaulyje yra daugiau nei 20 milijonų riedlentinių, o riedlenčių sportas sparčiai populiarėja, daugiau nei 300 000 sulūžusių riedlenčių kasdien patenka į sąvartynus, todėl visame pasaulyje egzistuoja didžiulė riedlenčių taršos problema.

„Commune DIY“ (CDIY) yra Lietuvos riedlentinių profesionalų ir entuzastų komanda, įsikūrusi Vilniuje (...), kuri renka senas, sulūžusias kanadinio klevo kietmedžio riedlentes, praradusias pirminę paskirtį, ir jas 100 proc. perdirba į tvarius produktus ir naujas medžiagas (pavyzdžiui, šviestuvus, knstravimo detales „pasidaryk pats“ ir kt.). Didžioji jų dalis parduodama ir randa naujus namus, o dalis pelno **gražinama** vietos ir regiono riedlentinių bendruomenei paremti.

Žinoma, kad riedlenčių sportas yra pagrindinė kanadinio klevo miškų naikinimo priežastis. Nors ir nėra galimybės sulaužytos lentos perdaryti į naują riedlentę, kad sumažėtų šios medienos poreikis, tačiau yra būdas, kad sulaužyta kietmedžio riedlentė nepatektų į sąvartyną ir būtų perdirbta. Iš jos pagaminti nauji gaminiai yra patvarūs, tvirti ir tarnauja ilgiau, nei gyvavo pati riedlentė,



nes vidutinis riedlentės „amžius“ – maždaug tik mėnuo, kol ji sulūžta. Tokiu būdu CDIY kovoja su riedlenčių keliama tarša.

Neseniai CDIY sukūrė naują medžiagą – *Skate OSB* (orientuotos medienos drožlių plokštės), kuri gali būti naudojama kuriant interjero dizainą, statybose ir kt. Nauji gamybos procesai leidžia perdirbti riedlenčių 30 kartų daugiau ir greičiau negu anksčiau.

CDIY siekia populiarinti riedlenčių sportą kaip **tvarią sporto šaką**, teikiančią didžiulę fizinę ir psichologinę naudą, taip pat supažindinti asmenis, bendruomenes ir plačiąją visuomenę, kaip spręsti konkrečiai sporto šakai būdingas taršos problemas, ir įkvėpti kitas bendruomenes ieškoti sprendimų ir ugdyti atsakomybės jausmą.

CDIY veiklos rezultatai (nuo 2014 m.):

- surinkta ir išgelbėta iš sąvartynų tūkstančiai sulūžusių riedlenčių;
- surengta keli šimtai riedlenčių perdirbimo seminarų (po 20–1 000 dalyvių);
- dalyvauta ir kalbėta apie riedlenčių taršos problemą konferencijose, diskusijose, internetiniuose pristatymuose, kuriuos seka tūkstančiai žmonių;
- aktyviai dirbama socialinės žiniasklaidos kanalais didinant visuomenės informuotumą (kiekvieną mėnesį ši informacija pasiekia iki 10 000 žmonių visame pasaulyje).

Naujas naudotų ar sulūžusių riedlenčių gyvenimas daro važinėjamą riedlente tvaresnį ir palaiko vietos bendruomenę, taip pat stiprinama riedlentininkų bendruomenė visame pasaulyje. „Commune DIY“ veikla **Europos parlamento** yra pripažinta kaip geroji **žiedinės ekonomikos** praktika.



Iš perdirbtos riedlenčių medienos pagaminti šviestuvai
Šaltinis: <https://www.cdiy.eu/portfolio-item/skate-osb-eye-lamp/>



Lietuvių pasiekimai

Deja, riedlentininkų kandidatų į 2024 m. olimpinės žaidynes dar neturėsime.

Geriausią rezultatą yra pasiekęs **Domantas Antanavičius**, kuris 2021 m. atrankiniame etape Romoje iškovojo 50 vietą iš daugiau nei 100 dalyvių.

Geriausiu dalyku *skateboardinge* jis įvardija laisvę ir linki džiaugtis kiekviena važinėjimo diena!



Domantas Antanavičius. Arturs Bodanovics nuotr.

Šaltinis: <https://sportland.lt/magazine/riedlentininkas-d-antavicius-jei-esi-pakankamai-uzsispyres-tobulejimui-ribu-nera/>



Paralimpinės sporto šakos

Į vasaros paralimpines žaidynes įtrauktos šios sporto šakos: šaudymas iš lanko, lengvoji atletika, bočia, dviračių sportas, jojimas, 5 žaidėjų futbolas, 7 žaidėjų futbolas, aklių riedulys, dziudo, sunkumų kilnojimas, kanojų irklavimas (nuo 2016 m.), irklavimas, buriavimas, šaudymas, plaukimas, stalo tenisas, triatlonas (nuo 2016 m.), tinklinis sėdint, vežimėlių krepšinis, vežimėlių regbis, vežimėlių fechtavimas, vežimėlių tenisas.

2024 m. Paryžiaus XVII vasaros paralimpinėse žaidynėse sportininkai iš visos planetos grumsis dėl 549 medalių komplektų 22 paralimpinėse sporto šakose.

SUSIPAŽINKITE: mažiau pažįstamos paralimpinės sporto šakos

Bočia – rutulių sportas. Dėl universalumo populiarus ir tarp neįgaliųjų. Nuo 1984 m. įtrauktas į paralimpines žaidynes. Lietuvoje bočios žaidėjus vienija Lietuvos bočios žaidimo federacija.



Bočios žaidėjai paralimpinėse žaidynėse

Šaltinis: https://en.wikipedia.org/wiki/Boccia#/media/File:Paralympics_Beijing_2008_506.JPG



Bočia žaidžiama tarp individualių varžovų, poromis arba komandomis. Kiekviena pusė turi savo spalvos (mėlynos arba raudonos) odinius rutulius. Žaidimo tikslas – numesti rutulį kuo arčiau baltojo rutulio. Standartinės aikštelės matmenys 12,5 m × 6 m. Bočios kamuolio svoris yra apie 275 gramai.



Lietuvos vyrų golbolo rinktinė Tokijo parolimpinėse žaidynėse

Šaltinis: <https://www.lrt.lt/naujienos/sportas/10/1475286/lietuvos-golbolo-rinktine-tokijo-parolimpinese-zaidynese-startavo-pralaimėjimu#lg=1475286&slide=1038355>

Golbolas, arba **aklųjų riedulys**, – neįgaliųjų sporto šaka akliesiems ir silpnaregiams, sukurta austro Hanzo Lorenzeno ir vokiečio Seppo Reindle po Antrojo pasaulinio karo, 1946 m.

1976 m. Toronte (Kanada) vykusioje parolimpidoje golbolas buvo įtrauktas kaip demonstracinis sportas. Nuo 1980 m. jis tapo nuolatinis parolimpinių žaidynių sportu. 1978 m. Austrijoje surengtas pirmasis golbolo pasaulio čempionatas.

Žaidėjai varžosi 18x9 m salėje gulščiomis, mėtydami 25 cm skersmens kamuolį ir stengdamiesi įmušti daugiau įvarčių nei varžovai.

Komandas sudaro šeši žaidėjai – trys aikštelėje ir trys ant atsarginių suolelio. Visi sportininkai, neatsižvelgiant į jų regėjimo lygį, privalo žaidimo



metu dėvėti specialius nepermatomus akinius. Orientuotis aikštelėje padeda iškilios aikštės linijos, skambantis kamuolys ir komandos trenerio balsinės instrukcijos.

2000 ir 2008 m. parolimpiadose Lietuvos vyrų golbolo rinktinė iškovojo sidabro medalius, o 2016 m. – aukso medalius. 2017 m. Lietuvos rinktinė tapo Europos čempione.

Tinklinis sėdint. Tinklinis sėdint atsirado 1965 m. kaip reabilitacinis sportas sužeistiems kariams. 1967 m. Vokietijoje vyko pirmosios tarptautinės tinklinio sėdint varžybos. Tinklinis sėdint buvo sukurtas kaip tinklinio ir sėdkamuolio (angl. *sitzball*) – vokiečių sporto be tinklo ir su sėdinčiais žaidėjais – kombinacija.



Tinklinis sėdint

Šaltinis: <http://lzntba.lt/tinklinis-sedint/>

Tinklinis stovint pirmą kartą buvo pristatytas 1976 m. Toronto parolimpinėse žaidynėse kaip parodomasis sportas atletams, turintiems sutrikusį judėjimą. Tinklinis stovint ir sėdint parolimpine sporto šaka oficialiai tapo Arnhemo parolimpinėse žaidynėse 1980 metais. Moterų tinklinis sėdint buvo įtrauktas į Atėnų parolimpines žaidynes 2004 metais.



Į tarptautinę areną Lietuva išėjo tik 1994 m. Olandijoje, kur vyko Pirmasis pasaulio moterų čempionatas. Olandijoje varžėsi šešios tinklininkių komandos. Lietuvos tinklininkės puikiai debiutavo ir namo grįžo su bronzos medaliais. Tai buvo didelis stimulas toliau treniruotis ir garsinti Lietuvą.

2006 m. Olandijoje vykusiamame Pasaulio čempionate Lietuvos tinklininkės iškovojo teisę žaisti paralimpinėse žaidynėse, kurios vyko Pekine, tačiau pateko į labai sunkų pogrupį ir pralaimėjo Kinijos ir JAV komandoms. Nugalėjusios latves ir japonės, į Lietuvą jos grįžo užėmusios garbingą šeštą vietą.

Po 2012 m. Londono žaidynių Mattas Rogersas, siekdamas populiarinti ir plėtoti sportą visame pasaulyje, sukūrė „VolleySLIDE“ – pasaulinę edukacinę sėdimojo tinklinio programą. 2020 m. Tokijo paralimpinėse žaidynėse varžėsi aštuonios vyrų ir aštuonios moterų sėdimojo tinklinio komandos.

Lietuvoje ir Latvijoje taip pat žaidžiamas paplūdimio sėdimasis tinklinis ant specialaus tento. Komandoje yra trys žaidėjai. Lietuvoje kasmet vyksta paplūdimio sėdimojo tinklinio čempionatai bei tarptautinis ir kiti paplūdimio sėdimojo tinklinio turnyrai.

Nacionaliniu lygmeniu ir žemesniu lygiu žaisti gali kiekvienas, nepriklausomai nuo amžiaus, galimybių ar lyties. Tačiau sportininkas, norintis konkuruoti tarptautiniu lygmeniu, pavyzdžiui, Europos, Pasaulio čempionatuose ar paralimpinėse žaidynėse, turi turėti fizinę negalią ir prieš dalyvaudamas turi pereiti klasifikavimo procesą.

Sėdimojo tinklinio taisyklės pagrįstos Tarptautinės tinklinio federacijos (FIVB) taisyklėmis su keletu nedidelių pakeitimų. Tam reikia mažesnės aikštelės, todėl sportininkai žaidžia sėdėdami 6x10 m aikštelėje, moterys smūgiuoja per 1,05 m, o vyrai per 1,15 m tinklą, tačiau žaidimas yra daug greitesnis nei tinklinio stovint.

Kamuolys turi būti sferinis, pagamintas iš natūralios arba sintetinės odos, jo viduje turi būti pūslė iš gumos ar panašios medžiagos. Kamuolys gali būti vienspalvis arba šviesių spalvų derinio, 65–67 cm apimties ir 260–280 g svorio, o jo vidinis slėgis turi būti 0,300–0,325 kg/cm².

Visi žaidimuose naudojami kamuoliai turi atitikti vienodus standartus: perimetro, svorio, slėgio, tipo, spalvos ir kt.



Žaidimo taisyklės. Varžosi vyrų ir moterų komandos, bet ne aukščiausiojo lygio turnyruose, gali varžytis ir mišrios komandos. Priklausomai nuo salės dydžio žaidžiama keliose aikštelėse vienu metu. Visada sportininko sėdmenų dalis turi liestis su žeme, išskyrus blokus ir atakas, kurie yra leidžiami. Dažniausiai žaidžiama iki penkių–trijų laimėtų setų. Pirmoji 25 taškus (su bent 2 taškų persvara) pasiekusi komanda laimi setą.

Komandos žaidžia 6x6 (šeši prieš šešis), todėl komandą gali sudaryti ne daugiau kaip 12 žaidėjų. Komandoje taip pat turi būti: treneris, daugiausia du trenerio padėjėjai, vienas komandos terapeutas ir vienas gydytojas. Tačiau netarptautiniu mastu komandą gali sudaryti vienas ar daugiau sveikųjų, priklausomai nuo varžybų tipo.

Lietuvių parolimpinės rinktinės rezultatai 2020 m. Tokijo žaidynėse

Vardas	Amžius	Sporto šaka	Treneris	Vieta
Osvaldas Bareikis	27 m.	Dziudo	Algis Mečkovskis	3
Oksana Dobrovolskaja	25 m.	Lengvoji atletika (diskas)	Rimantas Aleksandras Plungė Jonas Burakovas	8
Donatas Dundzys	29 m.	Lengvoji atletika (rutulys, diskas)	Jonas Baltrušaitis	Rutulys – 6 Diskas – 7
Andrius Skuja	29 m.	Lengvoji atletika (rutulys, ietis)	Deimantas Jusys Tolvydas Skalikas	Rutulys – 7 Ietis – 9
Edgaras Matakas	22 m.	Plaukimas	Ramūnas Leonas	50 m laisvuju stiliumi – 100 m krūtine – 5
Mantas Brazauskis	31 m.	Golbolas	Valdas Gecevičius	3
Artūras Jonikaitis	34 m.	Golbolas	Valdas Gecevičius	3
Nerijus Montvydas	35 m.	Golbolas	Valdas Gecevičius	3
Genrikas Pavliukianecas	45 m.	Golbolas	Valdas Gecevičius	3
Justas Pažarauskas	29 m.	Golbolas	Valdas Gecevičius	3
Marius Zibolis	46 m.	Golbolas	Valdas Gecevičius	3

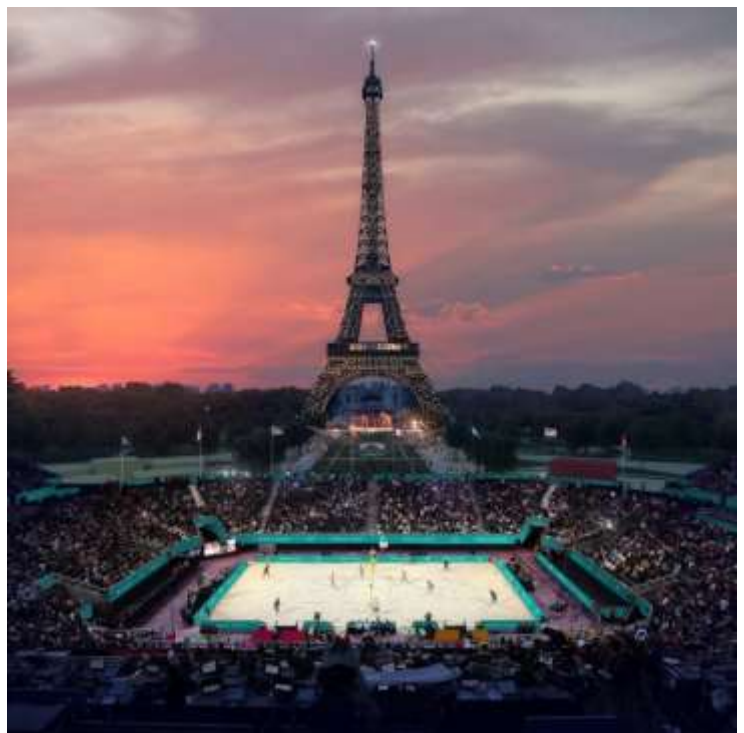
Šaltinis: <https://parateam.lt/tokijas-2020/>



Vasaros žaidynių lokacijos Paryžiuje: įvairių erdvių pritaikymas

Liepos 26 – rugpjūčio 11 dienomis olimpinės žaidynės ištisas dienas mus įtrauks į nepamirštamų emocijų ir nuostabių pasirodymų sukūrį. Įspūdingi renginiai vyks netikėčiausiose pasaulio vietose.

- Pirmą kartą žaidynių atidarymo ceremonija vyks ne stadione, o miesto centre, Senos upėje.
- Moterų ir vyrų banglenčių pusfinaliai ir finalai vyks 2024 m. liepos 30 d. legendinėse Teahupo bangose Taityje 7 val. ryto vietos laiku (19 val. Paryžiaus laiku).
- Riedlenčių sporto ir breiko varžybos vyks Paryžiaus *Concorde* aikštėje, šiuolaikinės penkiakovės ir šuolių varžybos – Versalio rūmų aplinkoje, paplūdimio tinklinis – aikštelėje po Eifelio bokšto šešėliu.
- Laipiojimo uolomis varžybos vyks *Le Buržė (Le Bourget)* laipiojimo uolomis sporto centre Paryžiuje.
- Lengvosios atletikos varžybos vyks „Stade de France“ stadione.



Paplūdimio tinklinis šalia Eifelio bokšto 2024 m. Paryžiaus olimpinėse žaidynėse

Šaltinis: <https://eu.usatoday.com/story/sports/olympics/2022/02/01/2024-olympics-paris-landmarks-center-stage/9296719002/>



„Grand Paris Ephémère“

Paryžius rimtai ruošiasi 2024 m. olimpinėms žaidynėms atidarymui. Keli žymiausi miesto pastatai, pavyzdžiui, „Grand Palais“ rūmai 2021 m. užvėrė duris plačiajai visuomenei, kad būtų restauruoti ir dar labiau pagražėję stilingai pasitiktų 2024 m. olimpinės žaidynės. Įvairios parodos ir ekspozicijos iš „Grand Palais“ rūmų perkeltos į laikinuosius didžiuosius rūmus – „Grand Paris Ephémère“. Taip Paryžiuje, Marso lauke, iškilo dar vienas įdomus, nors ir laikinas, pastatas, kuriame, vyks ir olimpinė žaidynių džiudo bei imtynių varžybos. Pavadintas **Arena Champ-de-Mars**, jis bus naudojamas 2024 m. Paryžiaus olimpinėse žaidynėse kaip neatskiriama Invalidų *Pont d'Iéna* ir Eifelio bokšto olimpinės aikštelės dalis.

„Grand Paris Ephémère“ pastatas veikia ketverius metus – iki 2024 m. Paryžiaus olimpinėms ir paralimpinėms žaidynėms pabaigos. Ši 10 000 m² ploto laikiną pastatą suprojektavo Jean-Michel Wilmotte.



„Grand Paris Ephémère“ – didieji efemeriniai rūmai Marso lauke

Šaltinis: © Wilmotte & Associés Architectes, <https://valgirardin.fr/culture/un-grand-palais-ephemere-sur-le-champs-de-mars/>





Marso lauke statomi „Grand Palais Éphémère“

Šaltinis: © Valgirardin.fr, <https://valgirardin.fr/culture/un-grand-palais-ephemere-sur-le-champs-de-mars/>

Nors ir laikinas, pastatas statomas laikantis aukščiausių kokybės reikalavimų. Iš pradžių pastatyta laikinojo pastato medinė konstrukcija, kuri vėliau padengta specialia membrana kaip stogu. Kad triukšmas būtų kuo mažesnis, efemeriškieji „Grand Palais“ turi dvigubą apvaskalą, pasižymintį stipriomis akustinėmis, šiluminėmis ir ventiliacinėmis savybėmis, dėl kurių pagerėja garso izoliacija ir sumažėja energijos sąnaudos. Šio pastato ypatumas yra tas, kad jis yra modulinis ir gali būti naudojamas pakartotinai po jo demontavimo 2024 m. rudenį.



„La grand Palais“ – didieji rūmai, pastatyti 1900 m. parodai Paryžiuje

Šaltinis: <https://www.sortiraparis.com/arts-culture/exposition/articles/162142-le-grand-palais-ferme-pour-travaux-en-2020-le-chantier-est-il-en-danger>





Olimpinio ir parolimpinio miestelio vizualizacija

Šaltinis: <https://www.paris2024.org/en/the-olympic-and-paralympic-village/>

Olimpinis ir parolimpinis miestelis pradėtas kurti 2019 m. 2021 m. pradžioje prasidėjo statybos darbai, jis baigtas statyti 2023 m. pabaigoje. Pasirinkto projekto vaizdai atspindi 2024 m. Paryžiaus viziją.

Siekama, kad sportininkams būtų suteikiamos geriausios įmanomos paslaugos. Olimpinis ir parolimpinis miestelis taip pat yra skirtas naujai miesto daliai, atspindinčiai pavyzdinius 2024 m. Paryžiaus aplinkosaugos standartus Sen Denio rajone, pristatyti, todėl jis statomas laikantis novatoriškų aplinkosaugos standartų, turi atitikti sportininkų reikalavimus žaidynių metu ir būti naudingas bendruomenei dar ilgai po jų.

Kuriant Paryžiaus 2024 m. olimpinio ir parolimpinio miestelio viziją, sportininkai nebuvo palikti nuošalyje. Atletai iš visų penkių žemynų turėjo galimybę pasidalyti savo idealaus miestelio vizija. 2024 m. Paryžiaus atletų komisijos vadovavimu jų idėjos ir poreikiai apibendrinti bei panaudoti tvarkant vietovę ir statant olimpinį miestelį sportininkams.

Keletas faktų ir skaičių: miestelis apims tris miesto dalis: Sen Deni (*Saint-Denis*), Sen Ueną (*Saint-Ouen*) ir Sen Deni salą (Île Saint-Denis). Olimpinų žaidynių metu jame tilps 14 250 sportininkų, o per parolimpines žaidynes – 8 000 sportininkų. Kiekvieną dieną bus patiekama iki 60 000 patiekalų, bet kuriuo metu sportininkai galės naudotis medicinos klinika.



Žaliasis olimpinis judėjimas: tvarumas, ekologija, darna

2024 m. Paryžiaus olimpinėms žaidynėms keliami nauji tvarumo standartai. Palyginti su 2012 m. ir 2016 m. olimpinėmis žaidynėmis, planuojama perpus sumažinti renginio metu susidarantį anglies dvideginio kiekį.

Pirmą kartą olimpinėse žaidynėse bus pasiekta lyčių lygybė: kvotos paskirstytos po 50 proc. vyrams ir moterims.

Paryžiuje visų sporto šakų (olimpinių ir paralimpinių) varžybos pirmą kartą bus transliuojamos tiesiogiai, numatyta 300 televizijos transliacijų valandų. Paryžiaus paralimpinės žaidynės per televiziją bus transliuojamos ir Lietuvoje.

Po žaidynių olimpinis miestelis taps moderniu kvartalu: gyvenamieji namai bus pertvarkyti į naują, ekologiškai atsakingą, funkcionalios kaimynystės kvartalą, kuris įsilies į ateities miestą ir bendruomenę 2025 metais. Naujame kvartale bus:

- 2 500 naujų namų;
- 1 studentų bendrabutis;
- 1 viešbutis;
- 3 ha sutvarkytas parkas;
- Apie 7 ha sodų ir parkų;
- 120 000 m² biurų ir miesto paslaugų;
- 3 200 m² parduotuvių.

Tvarus olimpinis miestelis – ateities miestas

Be modernios pastatų išvaizdos, svarbūs aplinkosaugos reikalavimai ir tvaraus vystymosi įsipareigojimai: kuo mažesnė oro tarša ir *išmetamo į aplinką anglies dvideginio kiekis*. Projekto tikslas yra suprojektuoti miesto erdves taip, kaip jas įsivaizduojame 2050 metais:

- apsaugoti ir puoselėti biologinę įvairovę (namų stogai pritaikyti vabzdžiams ir paukščiams apsigyventi, įrengti takai su angomis smulkiems gyvūnams vaikščioti ir pan.);



- išmetamų į aplinką anglies dvideginio dujų kiekis atitiks Paryžiaus susitarimo klimato plano tikslus ir ES klimato teisės akto nustatytus ES įsipareigojimus neutralizuoti anglies dvideginio poveikį iki 2050 m. (pavyzdžiui, naudojant medieną ir kitas ekologiškas medžiagas);
- miestas pritaikytas prie klimato kaitos ir galintis sušvelninti jo poveikį (dangos, augalai bei vanduo viešose vietose ir kt.).



Olimpinio ir parolimpinio miestelio po žaidynių vizualizacija – tvarus miestelis

Šaltinis: [The Olympic and Paralympic Village: the first images – Paris 2024](#)

Kas yra Paryžiaus susitarimas?

Tikriausiai kilo klausimų, kas tas Paryžiaus susitarimas ir kodėl jis toks svarbus, kuriant 2024 m. Paryžiaus olimpinį miestelį ir organizuojant žaidynes?

Klimato kaita yra pasaulinio masto problema, todėl reikia, kad šiuo klausimu **šalys visame pasaulyje dirbtų bendradarbiaudamos**.

2015 m. pasaulio vadovai susitarė dėl naujų plataus užmojo tikslų kovojant su klimato kaita. Paryžiaus susitarimas įsigaliojo 2016 m., kai jį ratifikavo **visos ES valstybės narės**.

Paryžiaus susitarimu nustatytas **veiksmų planas, kuriuo siekiama apriboti visuotinį atšilimą**. Jį sudaro šie pagrindiniai elementai:



- **ilgalaikis tikslas:** vyriausybės susitarė užtikrinti, kad **vidutinės temperatūros kilimas pasaulio mastu būtų gerokai mažesnis nei 2 C** palyginti su ikipramoninio laikotarpio temperatūra, ir dėti pastangas, kad ji **nepadidėtų daugiau kaip 1,5 C**;
- **veiksmai,** kuriais siekiama sumažinti jų išmetamų teršalų kiekį;
- **užmojis:** kas penkerius metus peržiūrėti tikslus ir siekti didesnio užmojo;
- **skaidrumas:** šalys sutiko viena kitai ir visuomenei pranešti, kaip joms sekasi siekti savo tikslų;
- **solidarumas:** finansavimas pažeidžiamoms šalims, siekiant joms padėti sumažinti išmetamųjų teršalų kiekį ir padidinti atsparumą kovojant su klimato kaitos poveikio padariniais.



Paryžiaus susitarimas: ES kelias į poveikio klimatui neutralumą (infografikas)

Šaltinis: <https://www.consilium.europa.eu/lt/policies/climate-change/paris-agreement/>

2019 m. ES šalys prisiėmė **lyderių vaidmenį kovoje su klimato kaita** ir patvirtino **tikslą:** užtikrinti, kad visuotinis klimato atšilimas neviršytų saugaus lygio, o **ES poveikis klimatui iki 2050 m. taptų neutralus.**

(Šaltinis: <https://www.consilium.europa.eu/lt/policies/climate-change/paris-agreement/>)



Lyčių lygybė sporte

Pirmą kartą olimpinių žaidynių istorijoje 2024 m. Paryžiuje bus pasiekta lyčių lygybė: kvotos paskirstytos po 50 proc. vyrams ir moterims.

Karolina Amell – grafikos dizainerė, šiuolaikinės vizualinės kultūros menininkė, išleido tris knygas apie moterų lygybę sporto šakose, kurios tradiciškai dažniau laikomos „vyriškomis“: **„Surf like a Girl“**, **„Skate Like a Girl“**, **„Extreme Like a Girl“**.

Kvapą gniaužiančiose fotografijose šios moterys įamžintos stulbinančiose pasaulio vietose. Kiekviena sportininkė įrašė padrašinančius ir motyvuojančius žodžius, kurie įkvėps įvairaus amžiaus ir visų kultūrų merginas siekti savo svajonių, sudaužyti „stiklines lubas“, „išmušti vyrų klubo duris“ ir leisti sau daryti tai, apie ką jos svajoja.



Carolinos Amell knyga „Surf Like a Girl“

Šaltinis: <https://rebelfins.com/en/products/surf-like-a-girl>

Knygoje **„Surf like a Girl“** pasakojama apie 30 moterų banglentininkių, kurios įkvepia siekti svajonių:

- amerikietė profesionali banglentininkė Lindsay Steinriede pasakoja, kaip ją itin sukretusi tėvo mirtis įkvėpė banglenčių sporto karjerai;
- Conchita Rossler iš Portugalijos, „Mooana Retreat“ įkūrėja, pasakoja apie proto, kūno ir dvasios susijungimą, plaukiojant banglente;
- aktyvistė Leah Dawson kalba apie moterų įgalinimą.



- Knygoje taip pat skaitysite apie banglentininkes, kurioms daugiau nei 60 metų, kurios plaukioja besilaukdamos kūdikio, kuria filmus ir pan.

„Tai unikalus ne tik puikių nuotraukų, bet ir sunkiai įgytos išminties rinkinys, kuris įrodo, kad teisė „gaudyti bangas“ priklauso kiekvienam, nepriklausomai nuo lyties ar vietos, kur gyvena. Tai stulbinamai nuostabi kolekcija“, – taip šią knygą apibūdino „Los Angeles Times“ (2019 m. gruodžio 13 d.).



Carolin Amell knyga „Skate Like a Girl“

Šaltinis: <https://new-mags.com/en-eur/products/skate-like-a-girl>

Knygoje **„Skate Like a Girl“** pasakojama apie merginas ir moteris, kurios treniruojasi riedlenčių parkuose ir varžosi riedlenčių varžybose. Nuotraukos, kuriose užfiksuotos šios nuostabios moterys iš įvairiausių pasaulio kampelių, atskleidžia neįtikėtiną etninių grupių bei amžiaus įvairovę ir parodo sparčiai augančią riedlentininkių bendruomenę visame pasaulyje.

Čia skaitysite apie riedlentininkes, kurios yra mamos, menininkės ar inžinierės, madų modeliai, riedlentininkės profesionalės ir naujokės. Jas visas sieja tai, kad važinėjimas riedlente yra jų gyvenimo būdas.

Kiekviena moteris pasakoja savo istoriją ir rašo apie savo svajonių siekimą, pakilimus ir nuopuolius bei didžiulį ryžtą eiti pirmyn. Ši knyga, kupina įkvepiančių vaizdų ir žodžių, paskatins bet kokio amžiaus merginas ir moteris užlipti ant riedlentės.





Carolinos Amell knyga „Extreme Like a Girl“

Šaltinis: <https://prestelpublishing.penguinrandomhouse.de/book/Extreme-Like-a-Girl/Carolina-Amell/Prestel-com/e590832.rhd>

Nesvarbu, ar tai nardymas nuo uolų, slidinėjimas Antarktidoje, ar laisvas kopimas į kalnus, ekstremalaus sporto moterys yra tokios pat stiprios, ryžtingos ir ambicingos kaip ir jų bendraamžiai vyrai.

Knygoje „**Extreme Like a Girl**“ Carolina Amell atskleidžia ekstremalių sporto šakų jaudulį ir grožį:

- Lynn Jung su išskirtiniu malonumu įveikia parkūro trasą;
- Anna von Boetticher nardo kelių šimtų pėdų gylyje vandenyne;
- Heather Larsen kopia kanjono siena;
- Ashley Fiolek yra vienintelė pasaulyje kurčioji profesionali motokroso BMX lenktynininkė.
- Čia sutiksime netgi „Ironman“ („Geležinio žmogaus“) rungties čempionių!

LTOK ir lyčių lygybės klausimai

Lietuvos tautinis olimpinis komitetas (LTOK) itin daug dėmesio skiria lyčių lygybei sporte skatinti. LTOK glaudžiai bendradarbiauja su Europos lyčių lygybės institutu; nuo 2014 m. Lietuvoje rengiami moterims skirti kvalifikacijos kėlimo kursai ir kiti projektai. 2017 m. Vilniuje vyko pirmasis TOK forumas „Moterų lyderystės stiprinimas Europoje“.

LTOK prezidentės Dainos Gudzinevičiūtės veikla, siekiant lyčių lygybės sporte, 2023 m. įvertinta TOK apdovanojimu „**Moterys sporte**“. Tai labai garbingas apdovanojimas, nes TOK kasmet teikia po vieną tokį apdovanojimą



penkių žemynų atstovams ir vieną pasaulinį, kuri gali gauti ne tik asmenys (moterys ir vyrai), bet ir organizacijos.



LTOK prezidentė Daina Gudzinevičiūtė (antra iš kairės) ir kitų šalių atstovės, įvertintos TOK apdovanojimu „Moterys sporte“ (2023)

Šaltinis: <https://www.ltok.lt/lyciu-lygybe-lietuvos-sporte-pagreiti-igaunantis-procesas/>



TOK apdovanojimai „Moterys sporte“ (2023)

Šaltinis: <https://www.ltok.lt/lyciu-lygybe-lietuvos-sporte-pagreiti-igaunantis-procesas/>

LTOK prezidentė Daina Gudzinevičiūtė įvertinta už indėlį siekiant lyčių lygybės sporte, atstovavimą mūsų šalies sportininkų interesams svarstant jiems svarbius klausimus Lietuvoje, aktyvią veiklą tarptautinio olimpinio judėjimo srityje. Nuo 2014 m. ji buvo Europos olimpinio komiteto (EOK) Lyčių lygybės sporte komisijos vadovė.



Lietuvos sportininkai

1924 m. Paryžiaus olimpinėse žaidynėse

1924 m. Paryžiaus olimpinės vasaros žaidynės (Prancūzija)

1924 m. Lietuvos sportininkai pirmą kartą dalyvavo VIII olimpinėse žaidynėse Paryžiuje, todėl 2024-ieji paskelbti Lietuvos olimpinio judėjimo šimtmečio metais. Šis įvykis įėjo į olimpinių žaidynių istoriją, nes Lietuvos sportininkai dalyvavo kaip nepriklausomos šalies delegacija. Į žaidynes buvo nusiųsta 13 dviejų sporto šakų – **futbolo** ir **dviračių sporto** – dalyvių.

Lietuvos futbolo rinktinėi atstovavo: Stepas Garbačiauskas, Valerijonas Balčiūnas, Vincas Bartuška, Hansas Gecas, Jurgis Hardingsonas, Stasys Janušauskas, Leonas Juozapaitis, Edvardas Mikučiauskas, Stasys Razma, Stasys Sabaliauskas, Juozas Žebrauskas.

Dėl lėšų, laiko ir bendros organizacijos stokos komanda buvo surinkta paskutinę minutę. Paskubomis sukviesti futbolininkai atvyko nei sykiu nežaidę kartu, be trenerio ir be kamuolio.



Lietuvos olimpinė futbolo rinktinė 1924 m. Paryžiuje. Iš kairės: H. Gecas, S. Sabaliauskas, S. Razma, J. Žebrauskas, E. Mikučiauskas, V. Balčiūnas, L. Juozapaitis, S. Garbačiauskas, J. Hardingsonas, V. Bartuška, S. Janušauskas

Šaltinis: <https://www.lrt.lt/tema/1924-m-paryziaus-olimpines-zaidynes>



Futbolininkai stokojo oficialių išvykimo dokumentų, profesionalių uniformų, mokymų ir praktikos. Komanda abejojo, kad galės atvykti laiku, todėl paprašė atidėti pirmąjį olimpinių žaidynių varžybų etapą. Varginga ir nuotykių kupina Lietuvos sportininkų kelionė traukiniu iš Kauno į Paryžių truko apie 40 valandų. Sportininkai atvyko 2 val. nakties, likus tiksliai 12 valandų prieš pirmą kovą su Šveicarijos komanda, kuri vėliau tapo sidabro laimėtoja.

1924 m. gegužės 25 d. Lietuvos futbolininkai žaidė dvi rungtynes su Šveicarijos komanda, bet pralaimėjo rezultatu 0:9 ir 0:4. Lietuvos futbolininkai Paryžiuje dar sužaidė draugiškas rungtynes su į olimpinių žaidynių ketvirtfinalį patekusia Egipto rinktine ir pralaimėjo 0:10.

Lietuvos dviratininkams atstovavo: Juozas Vilpišauskas ir Isakas Anolikas.

Juozas Vilpišauskas ir Isakas Anolikas varžėsi **188 km plento lenktynėse**, ir, nors distancijos nebaigė, ryžto trūkumu mūsų sportinkų neapakaltinsi: Juozas Vilpišauskas įveikęs daugiau kaip pusę trasos, griūdamas susižeidė ir pasitraukė iš lenktynių. Isakas Anolikas pasidavė tik tada, kai padangą pradūrė 7-ą kartą.



1924 m. Paryžiaus olimpinės žaidynės: Isakas Anolikas (kairėje) ir Juozas Vilpišauskas

Šaltinis: <https://sekunde.lt/leidinys/paneveziobalsas/beveik-simtmetis-su-savo-miestu/olimpieciai-lietuvos-dviratininkai-isakas-anolikas-ir-juozas-vilpisauskas-dalyvave-1924-metu-paryziaus-olimpinese-zaidynese-laikrascio-sportas-nuotr/>



Beje, žydų tautybės Isako Anoliko likimas buvo tragiškas – 1943 m. Isakas Anolikas, naciams okupavus Lietuvą, IX forte buvo sušaudytas. Kaune įrengta Isakui Anolikui skirta grindinio lentelė, žyminti vietą, kurioje jis dažnai treniravosi.

Lietuvos sportininkams pirmą kartą dalyvaujant olimpinėse žaidynėse trūko patirties ir pinigų. Dėl sporto aikščių stokos, futbolininkai buvo mažai treniravęsi. Retas iš jų spėjo pasiruošti kelionei ir pasiimti maisto. „*Jokios vilties laimėti, jokio trenerio, masažisto, net sviedinio, jokio tautinio ženklelio*“ – rašė vienas Lietuvos rinktinės futbolininkas Stasys Razma.

Tuo tarpu latvių ir estų delegacijos į Paryžių vyko geriau pasirengusios ir geriau aprūpintos. Latviai į Paryžių išsiuntė 41 atletą, estai – 44. Drauge su sportininkais, Latvijos delegacijoje buvo treneris ir masažistai, futbolininkų komanda vežėsi savo kamuolį ir savo tautines vėliavėles.

Latvijos futbolininkų komanda taip triuškinamai pralaimėjo Prancūzijai 0:7. Tuo tarpu Estijos rinktinė po vienuolikos metrų baudinio 0:1 nusileido JAV futbolininkams.



Paminklas 1924 m. Paryžiaus olimpinėse žaidynėse dalyvavusiems Lietuvos sportininkams atminti Kaune (Šančiuose), 2008 m.

Šaltinis: https://lt.wikipedia.org/wiki/Lietuva_1924_m._vasaros_olimpin%C4%97se_%C5%BEaidyn%C4%97se





Olimpiečiui Isakui Anolikui atminti Kaune įrengta grindinio lentelė

Šaltinis: https://lt.wikipedia.org/wiki/Isakas_Anolikas

Kaune yra įrengta Isakui Anolikui skirta grindinio lentelė, žyminti vietą, kurioje jis dažnai treniravosi. Ją galima rasti šaligatvyje, netoli vietos, kur Laisvės alėja pereina į Trakų gatvę.

100 metų Lietuvai Olimpinėse žaidynėse

1924-aisiais – lygiai prieš 100 metų – Lietuvos sportininkai pirmą kartą dalyvavo olimpinėse žaidynėse. Todėl 2024-aisiais metais švenčiamas olimpinio judėjimo Lietuvoje šimtmetis. Lietuvos tautinis olimpinis komitetas kviečia lietuvius visame pasaulyje prisijungti prie **Olimpinio judėjimo šimtmečio minėjimo ir dalyvauti ėjimo iššūkyje.**



OLIMPINIO JUDĖJIMO

100 MEČIO
IŠŠŪKIS



100
LIETUVOS OLIMPINIO
JUDĖJIMO ŠIMTMETIS

Šaltinis: <https://www.walk15.app/lt/issukiai/olimpinio-judejimo-100-mecio-issukis/>

Konferencija „100 metų Lietuvos olimpiniam sąjūdžiui“

Lietuvos olimpinė akademija (LOA) kartu su Lietuvos tautiniu olimpinio komitetu (LTOK), Klaipėdos universitetu bei Klaipėdos miesto savivaldybe 2024 m. balandžio 19 d. sukviėtė sporto bendruomenę į mokslinę-praktinę konferenciją „100 metų Lietuvos olimpiniam sąjūdžiui“. Konferencijoje dalyvavo olimpiečiai, pedagogai, studentai, mokiniai bei kiti svečiai, olimpiečiams įteiktos LOA bei Klaipėdos miesto savivaldybės padėkos.

„Konferencijoje skaityti pranešimai ir diskutuota apie mūsų šalies olimpinį paveldą – tai kas mūsų tautą padarė didžia ir pasaulinėje arenoje žinoma. Diskusijoje dalyvavo olimpiečiai L. Kačiušytė, Z. Gudauskas ir J. Romanovas. Konferencijos dalyviai išgirdo įdomių faktų apie olimpiečių treniruočių procesą, apie tai, kas juos paskatino pasirinkti sportininko kelią ir kas motyvavo siekti aukščiausių rezultatų sporte,“ – pranešime spaudai rašė LOA prezidentė A. Šarkauskienė.

Olimpiniai vartai Vilniaus oro uoste

Dauguma Lietuvos sportininkų į Paryžių vyks būtent iš Vilniaus oro uosto, todėl iki 2024 metų Paryžiaus vasaros olimpinų žaidynių likus 100 dienų, Vilniaus oro uoste atidaryti simboliniai olimpiniai išvykimo vartai. Prie A-15 vartų įrengta edukacinė Lietuvos šimtmečio pasiekimų siena, kurią įprasmina gatvės menininkų grupės „Spray Way Art“ nario Dariaus Janonio kūrinys.





Olimpiniai vartai Vilniaus oro uoste (kūrinio aut. Darius Janonis)

Šaltinis <https://m.kauno.diena.lt/naujienos/vilnius/miesto-pulsas/vilniaus-oro-uoste-atidaryti-olimpiniai-vartai-1170160>



„Dviračiu į Paryžių“ – simbolinė „LTeam“ akcija

Šaltinis: <https://m.kauno.diena.lt/naujienos/vilnius/miesto-pulsas/vilniaus-oro-uoste-atidaryti-olimpiniai-vartai-1170160>

Minint olimpinio judėjimo šimtmetį, LTOK ir Lietuvos oro uostas kviečia keleivius Vilniuje įrengtoje specialioje „LTeam“ platformoje minti dviratį ir kartu surinkus 2 tūkst. km simboliškai pasiekti olimpinių Paryžių.



Lietuvos sportininkai 2024 m. Paryžiaus olimpinėse žaidynėse

2020 m. Tokijuje vasaros olimpinėse žaidynėse Lietuvai atstovavo 42 sportininkai (12 sporto šakų). Lietuvos delegacija šį kartą buvo mažiausia nuo šalies nepriklausomybės atkūrimo. Lietuvai, kaip nepriklausomai valstybei, tai buvo 19-osios olimpinės žaidynės. Šiose olimpinėse žaidynėse Lietuva užėmė 77-ąją vietą.



Penkiakovininkė **Laura Asadauskaitė-Zadneprovskienė**, Tokijo olimpinėse žaidynėse iškovojusi sidabro medalį

Šaltinis: <https://www.ltok.lt/atletai/laura-asadauskaite-zadneprovskiene-2/#gallery-8>

Lietuvos sportininkai, iškovoję teisę varžytis 2024 m. Paryžiaus olimpinėse žaidynėse:

- **Danas Rapšys**. Plaukimas: 200 m laisvuju stiliumi, 400 m laisvuju stiliumi. *Asmeniniai kelialapiai*.
- **Rūta Meilutytė**. Plaukimas: 100 m krūtine. *Asmeninis kelialapis*.
- **Mykolas Alekna**. Lengvoji atletika: disko metimas. *Asmeninis kelialapis*.
- **Laura Asadauskaitė-Zadneprovskienė**. Šiuolaikinė penkiakovė. *Kelialapis šaliai*.
- **Andrius Gudžius**. Lengvoji atletika: disko metimas. *Asmeninis kelialapis*.



- **Aleksas Savickas.** Plaukimas: 200 m krūtine. *Asmeninis kelialapis.*
- **Kotryna Teterevkova.** Plaukimas: 100 m krūtine, 200 m krūtine. *Asmeniniai kelialapiai.*
- **Simonas Maldonis, Mindaugas Maldonis, Ignas Navakauskas ir Artūras Seja.** Baidarių ir kanojų irklavimas, keturviečių baidarių 500 m rungtis. *Kelialapis šaliai.*
- **Mindaugas Maldonis ir Andrej Olijnik.** Baidarių ir kanojų irklavimas, dviviečių baidarių 500 m rungtis. *Kelialapis šaliai.*
- **Viktorija Senkutė.** Irklavimas: vienviečių valčių klasė. *Kelialapis šaliai.*
- **Dovilė Rimkutė ir Donata Karalienė.** Irklavimas: porinių dviviečių valčių klasė. *Kelialapis šaliai.*
- **Kamilė Kralikaitė ir Ieva Adomavičiūtė.** Irklavimas: pavienių dviviečių valčių klasė. *Kelialapis šaliai.*
- **Dovydas Nemeravičius.** Irklavimas: vienviečių valčių klasė. *Kelialapis šaliai.*
- **Dominika Banevič.** Breikas. *Asmeninis kelialapis.*
- **Moteris.** Dviračių sportas: grupinės lenktynės. *Kelialapis šaliai.*
- **Raitelis Aistis Vitkauskas ir žirgas Commander VG.** Žirginis sportas: trikovė. *Kelialapis šaliai.*
- **Raitelė Justina Vanagaitė ir žirgas Nabab.** Žirginis sportas: dailusis jojimas. *Kelialapis šaliai.*
- **Danas Rapšys, Tomas Navikonis, Tomas Lukminas ir Rokas Jazdauskas.** Plaukimas: vyrų 4×200 m laisvuoju stiliumi estafetė. *Kelialapis šaliai*
- **Viktorija Andrulytė.** Buriavimas: ILCA 6 klasė. *Kelialapis šaliai.*
- **Mindaugas Venckaitis.** Graikų-romėnų imtynės. Svorio kategorija iki 97 kg. *Kelialapis šaliai*
- **Ieva Gumbs.** Lengvoji atletika: disko metimas. *Asmeninis kelialapis*
- **Robert Tvorogal.** Sportinė gimnastika. *Asmeninis kelialapis*
- **Olivija Baleišytė.** Dviračių trekas: omniumas. *Kelialapis šaliai*
- **Vasilijus Lendel.** Dviračių trekas: sprintas ir keirinas. *Kelialapis šaliai*
- **Rytis Jasiūnas.** Buriavimas: iQFoil burlenčių klasė. *Kelialapis šaliai*

(2024-05-04 <https://www.ltok.lt/paryzius2024/>)

Lietuvos sportininkų delegacija į 2024 m. Paryžiaus olimpinės žaidynes dar gali pasipildyti, nes sportininkai vis dar kovoja dėl paskutinių kelialapių.



Lietuvos sportininkai

1924 m. Paryžiaus paralimpinėse žaidynėse

Lietuvos sportininkai paralimpinėse žaidynėse pradėjo dalyvauti po Nepriklausomybės atgavimo ir debiutavo 1992 m. Barselonoje, Ispanijoje. Pirmąją delegaciją sudarė keturi lengvaatlečiai: Vytautas Girnius, Sigita Kriaučiūnienė, Danutė Smidek, Malda Baumgartė. Visi pelnė bent vieną medalį, o Sigita Kriaučiūnienė laimėjo keturis. Iš viso 1992 m. lietuviai iškovojo 7 medalius. Kitose paralimpinėse žaidynėse 1996 m. buvo iškovota 11 medalių, ir tai yra geriausias pasirodymas šalies sporto istorijoje, užimta 34 vieta bendrąkomandinėje įskaitoje.

1992–2016 m. Lietuvos paralimpiečiai iš viso pelnė 33 medalius. Tai geriausias pasiekimas tarp Baltijos šalių.

2020 m. Tokijuje vasaros paralimpinėse žaidynėse Lietuvai atstovavo Lietuvos vyrų golbolo rinktinė, plaukikas Edgaras Matakas, lengvaatlečiai Oksana Dobrovolskaja, Donatas Dundzys, Andrius Skuja, dziudo imtynininkas Osvaldas Bareikis – iš viso 11 narių. Plaukikas E. Matakas iškovojo bronzos medalį, plaukdamas **50 metrų laisvuju stiliumi**.

Nuo nepriklausomybės atkūrimo 27 Lietuvos paralimpiečiai mūsų šaliai iškovojo net 40 paralimpinių medalių. Lietuvos nacionalinė paralimpinė komanda pasiryžusi tęsti pergalingas tradicijas ir Paryžiuje, kur 2024 m. rugpjūčio 28 – rugsėjo 8 d. vyks XVII vasaros paralimpinės žaidynės, kurios į Prancūzijos sostinę pakvies 4 400 elitinių paraatletų iš 184 šalių. Sportininkai iš visos planetos grumsis dėl 549 medalių komplektų 22 paralimpinėse sporto šakose.

Paryžiuje pirmą kartą bus transliuojamos visų sporto šakų paralimpinės žaidynės – jas bus galima stebėti ir Lietuvoje.

Lietuvos sportininkai, iškovoję teisę varžytis 2024 m. Paryžiaus paralimpinėse žaidynėse:

- **Raimeda Bučinskytė.** Šaudymas: rungtis – šaudymas iš 10 metrų.
- **Edgaras Matakas.** Plaukimas.





Raimeda Bučinskytė

Šatinis: Lietuvos parolimpinio komiteto nuotr.

Raimeda Bučinskytė – Lietuvos parolimpinės rinktinės šaulė. 2023 m. rugpjūtį Roterdame vykusiame Europos paračempionate šaudymo iš 10 m rungtyje ji iškovojo sidabro medalį ir kelialapį į 2024 m. Paryžiaus parolimpines žaidynes. Lietuvos parolimpinis komitetas pabrėžė, kad ši sportininkė iš Šiaulių tapo pirmąja Lietuvos šaule, iškovojusia Lietuvai kelialapį į parolimpines žaidynes.

Lietuvos parolimpinio komiteto prezidentas Mindaugas Bilius teigia: „Labai džiaugiamės, kad pirmoji iš lietuvių vietą Paryžiuje užsitikrino šaulė Raimeda Bučinskytė. Ji ilgai ir nuosekliai siekė savo svajonės. Džiugu, kad ir parolimpinis komitetas su savo rėmėjų pagalba šaulei padėjo nueiti šį kelią. Tikiu, kad Raimeda, jeigu padarys savo maksimumą, Paryžiuje gali nudžiuginti.“

Žiniasklaidoje buvo rašoma: „Į Europos paračempionatą 2023 m. rugpjūtį Roterdame (Nyderlandai) R. Bučinskytė išvyko žinodama, kad padarė viską, kas nuo jos priklauso, siekdama svarbiausio šių metų tikslo – parolimpinio kelialapio. Ir ji tai padarė. Šaudydama iš 10 metrų pneumatiniu pistoletu finale surinko 227,6 taškus ir tapo Europos vicečempione. Už lietuvių finale taikliau šaudė tik 4 taškais daugiau surinkusi turkė Aysegul Pehlivanlar. Turkijos šaulė kelialapį į Paryžių jau buvo gavusi anksčiau, tad vienintelis tame čempionate skirtas kelialapis teko Raimedai.“



Edgaras Matakas – Lietuvos paralimpinės rinktinės plaukikas. Edgaras Matakas pateko į 2024 m. Paryžiaus paralimpines žaidynes. Plaukimo specialisto Ramūno Leono treniruojamam kauniečiui, kuris turi regėjimo negalią, tai bus jau trečiosios žaidynės išpūdingoje jo sportinėje karjeroje. Lietuvai kelialapis buvo skirtas už aukštus pasiekimus tarptautinėse varžybose per atrankos į Paryžiaus paralimpines žaidynes laikotarpį.



Plaukikas Edgaras Matakas

D. Ožalo nuotr. / LPAK. Šaltinis: <https://www.lrt.lt/naujienos/sportas/10/2198494/edgaras-matakas-varzysis-paryziaus-paralimpinese-zaidynese>

Šiam plaukikui iš Kauno tai bus jau trečios paralimpinės žaidynės. 2016 m., dar būdamas paauglys, jis debiutavo Rio de Žaneiro žaidynėse, kur „apšilo kojas“, o jau 2021 m. Tokijo žaidynėse pasipuošė bronzos medaliu. Lietuvos paralimpinio komiteto prezidentas Mindaugas Bilius neabejoja, kad ir Paryžiuje plaukikui Edgarui Matakui pavyks pasiekti ne mažesnių rezultatų nei prieš trejus metus Japonijos sostinėje vykusiose paralimpinėse žaidynėse.

„Tai, kad Edgaras iškovojo Lietuvai vietą paralimpinėse žaidynėse, parodo elitinį plaukiko lygį. Prasibrauti į paralimpines žaidynes kasmet darosi vis sunkiau ir sunkiau – atranka griežtėja, o konkurencija auga. Aš nuoširdžiai sveikinu Edgarą ir jo trenerį Ramūną bei linkiu Paryžiuje pasiekti savo svajonę, dėl kurios jie sunkiai dirba“, – sakė Lietuvos paralimpinio komiteto prezidentas Mindaugas Bilius.



Kiti sportininkai dar gali iškovoti olimpinis kelialapius į 2024 m. Paryžiaus olimpines žaidynes. Atranka į žaidynes tęsiasi, ji vyks ir 2024 m.

Maratonininkė Aušra Garunkšnytė, triatlonininkas Ernestas Česonis, lankininkas Rolandas Baranauskas, dziudo imtynininkas Osvaldas Bareikis pretenduoja į paralimpines žaidynes. Kas sudarys visą paralimpinę rinktinę, sužinosime tik 2024 m. birželį–liepą, kai baigsis atrankos varžybos, susidėlios atrankiniai reitingai.

Lietuvos paralimpinio komiteto prezidentas Mindaugas Bilius apgailestavo, kad į Paryžiaus paralimpines žaidynes nepateko Lietuvos vyrų golbolo rinktinė, kuriai atrankos turnyruose pritrūko vos vieno žingsnelio, ir teigė, kad į Paryžiaus paralimpines žaidynes golbolo žaidėjams patekti dabar yra sunkiau nei į ankstesnes, nes vietoje 10 komandų paralimpiniame golbolo turnyre dalyvaus tik 8 ekipos.



Lietuvos sportininkai

Jaunimo vasaros olimpinėse žaidynėse

Lietuvai pirmosiose 2010 m. jaunimo vasaros olimpinėse žaidynėse atstovavo 24 dešimties sporto šakų sportininkai. Žaidynių metu penki šalies atstovai iškovojo medalius, kurių trys buvo aukso. Tai geriausias Lietuvos pasirodymas lyginant ir su suaugusiųjų olimpinėmis žaidynėmis.

Pirmosios jaunimo vasaros olimpinės žaidynės 2010 m.



SINGAPORE 2010
YOUTH OLYMPIC GAMES

Sostinė	 Singapūras, Singapūras
Šūkis	Liepsnojantis takas (angl. <i>Blazing the Trail</i>)
Valstybių skaičius	204
Sportininkų skaičius	3 524
Rungčių skaičius	201 (26 sporto šakos)

Šaltinis: https://lt.wikipedia.org/wiki/Jaunimo_olimpin%C4%97s_%C5%BEaidyn%C4%97s

Lietuva 2010 m. jaunimo vasaros olimpinėse žaidynėse

Lietuva 2010 m. jaunimo vasaros olimpinėse žaidynėse Singapūre		
Dalyviai	24 dalyviai (10 sporto šakų)	
Vieta	19	
Aukso 3	Sidabras 0	Bronza 1

Šaltinis: https://lt.wikipedia.org/wiki/Jaunimo_olimpin%C4%97s_%C5%BEaidyn%C4%97s



Medalininkai

Medalis	Sportininkas	Sporto šaka
1 Auksas	Rolandas Maščinskas	Irklavimas
1 Auksas	Evaldas Petrauskas	Boksas
1 Auksas	Ričardas Kuncaitis	Boksas
3 Bronza	Laura Naginskaitė	Dziudo
3 Bronza*	Lukas Kontrimavičius	Modernioji penkiakovė

Šaltinis: https://lt.wikipedia.org/wiki/Jaunimo_olimpin%C4%97s_%C5%BEaidyn%C4%97s

2010 m. jaunimo olimpių žaidynių medalininkai



Rolandas Maščinskas – Pirmųjų jaunimo olimpių žaidynių (2010 m., Singapūras) vienvietės irklavimo varžybų aukso medalininkas (1 000 m per 3 min. 13,82 s)

Šaltinis: https://lt.wikipedia.org/wiki/Rolandas_Ma%C5%A1%C4%8Dinskas



Ričardas Kuncaitis ir Evaldas Petrauskas – Pirmųjų jaunimo olimpių žaidynių (2010 m., Singapūras) bokso varžybų aukso medalių laimėtojai

Šaltinis: <https://www.delfi.lt/sportas/kitos-sporto-sakos/boksininkai-epetrauskas-ir-rkuncaitis-jaunimo-olimpiadoje-iskovojo-aukso-medalius-35803985>





Laura Naginskaitė – Pirmųjų jaunimo olimpinių žaidynių (2010 m., Singapūras) dziudo bronzos medalio laimėtoja

Šaltinis: <https://www.delfi.lt/sportas/kitos-sporto-sakos/dziudo-imtynininke-lnaginskaite-jaunimo-olimpinese-zaidynese-iskovojo-bronzos-medali-35710515>



Lukas Kontrimavičius – Pirmųjų jaunimo olimpinių žaidynių (2010 m., Singapūras) moderniosios penkiakovės bronzos medalio laimėtojas

Šaltinis: https://m.kauno.diena.lt/naujienos/kitos-sporto-sakos/penkiakovininkui-lkontrimaviciui-jaunimo-olimpiniu-zaidyniu-bronza#google_vignette



2014 m. jaunimo vasaros olimpinės žaidynės, arba Antrosios jaunimo vasaros olimpinės žaidynės, vyko Nankine, Kinijoje, 2014 m. rugpjūčio 16–28 dienomis.

Antrosios jaunimo vasaros olimpinės žaidynės 2014 m.



Sostinė	Nankinas, Kinija
Šūkis	Olimpiada iš jaunimo jaunimui (angl. <i>Olympics for the young, by the young</i>)
Valstybių skaičius	204 (apytikriai)
Sportininkų skaičius	3 600 (apytikriai)
Rungčių skaičius	222 (28 sporto šakos)

Šaltinis: https://lt.wikipedia.org/wiki/Jaunimo_olimpin%C4%97s_%C5%BEaidyn%C4%97s

Lietuva 2014 m. jaunimo vasaros olimpinėse žaidynėse

Lietuva 2014 m. jaunimo vasaros olimpinėse žaidynėse Kinijoje		
Dalyviai	19 dalyvių (8 sporto šakos)	
Vieta	19	
Auksas 0	Sidabras 0	Bronza 2

Medalininkai

Medalis	Sportininkas	Sporto šaka
3 Bronza	Akvilė Paražinskaitė	Tenisas

Šaltinis: https://lt.wikipedia.org/wiki/Jaunimo_olimpin%C4%97s_%C5%BEaidyn%C4%97s



2014 m. jaunimo olimpinų žaidynių medalininkai



Akvilė Paražinskaitė – Antrosiose jaunimo olimpinėse žaidynėse laimėjo du bronzos medalius

Šaltinis: <https://www.lrt.lt/naujienos/sportas/10/1474140/pergales-tunise-skynusi-akvile-parazinskaite-sugrizo-i-lietuva-grizau-labai-motyvuota-ir-mylinti-tenisa>

Akvilė Paražinskaitė – 2014 m. Antrosiose jaunimo olimpinėse žaidynėse Kinijoje laimėjo net du bronzos medalius – vienetų ir dvejetų varžybose. Pasaulio jaunių reitinge ji buvo pakilusi net iki 19-os vietos. Ir tai yra aukščiausia Lietuvos tenisininkų užimta pozicija. Baigusi bakalauro ir magistro studijas Kentukio universitete (JAV), po šešerių metų pertraukos tenisininkė vėl treniruojas Lietuvoje.

2018 m. jaunimo vasaros olimpinėse žaidynėse Buenos Airėse (Argentinoje) pirmą kartą olimpinėse žaidynėse dalyvavo vienodas moterų ir vyrų sportininkų skaičius – sporto šakose varžėsi 1 999 moterys ir 1 999 vyrai.

Argentinoje rungėsi 15 Lietuvos sportininkų. Geriausiai sekėsi plaukikėms, laimėjusioms tris medalius. Agnė Šeleikaitė tapo 50 metrų plaukimo krūtine čempione. Kotryna Teterėvkova iškovojo sidabrą, plaukdama tuo pačiu stiliumi 200 metrų, bronzą – 100 metrų nuotolius.



Trečiosios jaunimo vasaros olimpinės žaidynės 2018 m.



Sostinė	Buenos Airėse, Argentina
Šūkis	Aš gyvenau ateitimi (angl. <i>Feel the future</i>) (isp. <i>Viví el future</i>)
Valstybių skaičius	206
Sportininkų skaičius	3 997
Rungčių skaičius	239 (32 sporto šakose)

Šaltinis: https://lt.wikipedia.org/wiki/Jaunimo_olimpin%C4%97s_%C5%BEaidyn%C4%97s

Lietuva 2018 m. jaunimo vasaros olimpinėse žaidynėse

Lietuva 2018 m. jaunimo vasaros olimpinėse žaidynėse Argentinoje		
Dalyviai	15 dalyvių (8 sporto šakos)	
Vieta	52	
Auksas 1	Sidabras 1	Bronza 1

Šaltinis: https://lt.wikipedia.org/wiki/Jaunimo_olimpin%C4%97s_%C5%BEaidyn%C4%97s

Medalininkai

Medalis	Sportininkas	Sporto šaka
1 Auksas	Agnė Šeleikaitė	Plaukimas (50 metrų krūtine)
2 Sidabras	Kotryna Teterevkova	Plaukimas (200 metrų krūtine)
3 Bronza	Kotryna Teterevkova	Plaukimas (100 metrų krūtine)

Šaltinis: https://lt.wikipedia.org/wiki/Jaunimo_olimpin%C4%97s_%C5%BEaidyn%C4%97s



2018 m. jaunimo olimpijų žaidynių medalininkai



Agnė Šeleikaitė – Trečiųjų jaunimo olimpijų žaidynių prizininė, iškovojo aukso medalį Kipro Štreimikio nuotr.; Šaltinis: https://www.15min.lt/sportas/naujiena/vandens-sportas/agne-seleikaite-pries-triumfa-argentinajo-plaukima-buvo-metusi-dukart-863-1057390?utm_medium=copied

Agnė Šeleikaitė jaunimo olimpinėse žaidynėse Argentinoje iškovojo pirmąją vietą 50 metrų plaukimo krūtine rungtyje. Prisiminimai apie šią pergalę iki šiol šildo merginos širdį.

Agnė Šeleikaitė – Trečiųjų jaunimo olimpijų žaidynių aukso medalio laimėtoja – sako: „*Tai buvo geriausias varžybos mano gyvenime. Tikrai tikėjausi finalo, bet apie medalį negalvojau. Kai prisimenu, – taip gera širdyje, labai smagu. Vis dar gyvenimu tais prisiminimais. Buvo labai geros emocijos.*“



Kotryna Teterevkova – Trečiųjų jaunimo olimpijų žaidynių prizininė, laimėjusi sidabro ir bronzos medalius

Kipro Štreimikio nuotr. / LTOK; Šaltinis: <https://www.lrytas.lt/sportas/startai/2021/07/25/news/kotryna-teterevkova-ir-jos-varzoves-kas-yra-kas-plaukiant-100-metru-krutine-20214504>



Kotryna Teterevkova bando tęsti šlovingas Lietuvos brasistų tradicijas. Būtent šio stiliaus atstovai iškovojo didžiausias Lietuvos plaukimo pergales: Lina Kačiušytė, Robertas Žulpa ir Rūta Meilutytė tapo olimpiniais čempionais, Arvydas Juozaitis laimėjo olimpinį bronzos medalį. 19-metė vilnietė apie tokias aukštumas dar tik svajoja, bet užtikrintai iriasi į priekį.

2018 m. Europos jaunių čempionė, Trečiujų jaunimo olimpinių žaidynių prizininė, laimėjusi sidabro ir bronzos medalius.

2021 m. pateko į Europos pirmenybių pusfinalį. „*Nuo mažens svajojau tapti plaukike*“, – teigia Kotryna Teterevkova.



Savitikros klausimai

- 1. Kokiais metais lietuviai pirmą kartą dalyvavo olimpinėse žaidynėse ir kur jos vyko?**
- 2. Kiek Lietuvos sportininkų pirmą kartą išvyko dalyvauti olimpinėse žaidynėse?**
- 3. Kokių sporto šakų atstovai iš Lietuvos pirmą kartą vyko į olimpines žaidynes 1924 m.?**
- 4. Kiek sporto šakų įtraukta į vasaros olimpines žaidynes 2024 m. Paryžiuje?**
- 5. Kokios naujos sporto šakos atsiras 2024 m. Paryžiaus vasaros olimpinėse žaidynėse?**
- 6. Kaip išrenkama olimpinių žaidynių vieta?**
- 7. Su koku miestu konkuravo Paryžius tapti olimpinių žaidynių šeimininku?**
- 8. Koks susitarimas įvyko tarp Paryžiaus ir Los Andželo?**
- 9. Kaip sportininkui patekti į olimpines žaidynes?**
- 10. Kaip iškovoti asmeninį kelialapį?**
- 11. Kuo skiriasi asmeninis kelialapis nuo „Wild Card“ (laisvo dalyvavimo teisės)?**
- 12. Kada vyks vasaros olimpinės varžybos 2024 m. Paryžiuje?**
- 13. Kada vyks vasaros paralimpinės varžybos 2024 m. Paryžiuje?**
- 14. Kokioje Paryžiaus vietoje vyks olimpinių žaidynių atidarymas?**
- 15. Kuo ypatingos 2024 m. Paryžiaus olimpinės žaidynės lyčių lygybės požiūriu?**



LITERATŪRA

1 skyrius

1. „Skandalingosios” Spartos moterys. Prieiga per internetą: <https://www.delfi.lt/gyvenimas/istorijos/skandalingosios-spartos-moterys-4643056>
2. Ancient Olympic Games. Prieiga per internetą: https://www.worldhistory.org/Olympic_Games/
3. Cartledge, Paul. The Spartans. Vintage, 2004.
4. Cynisca of Sparta. Prieiga per internetą: https://www.worldhistory.org/Cynisca_of_Sparta/
5. Cynisca. Prieiga per internetą: <https://en.wikipedia.org/wiki/Cynisca>
6. Įdomioji sporto istorija: kaip atsirado stadionai? Prieiga per internetą: <https://www.ltok.lt/idomioji-sporto-istorija-kaip-atsirado-stadionai/>
7. International olympic committee (2017). Olympic values Education Programme. Prieiga per internetą: www.olympic.org/olympic-values-and-education-program
8. International Olympic Committee. Prieiga per internetą: <https://olympics.com/ioc/overview>
9. Kunas. N. (2022). *Senovės Graikijos legendos ir mitai*. Vilnius: Alma littera.
10. Laužikienė, A., Laužikas R. (2020). *Graikija: alyvmedis, vynmedis ir laivas*. Kaunas: Tera Publica.
11. Miestas, kuriame gimė olimpinės žaidynės ir stovėjo vienas iš septynių pasaulio stebuklų. Prieiga per internetą: <https://vilniausgalerija.lt/2023/04/13/miestas-kuriame-gime-olimpines-zaidynes-ir-stovejo-vienas-is-septyniu-pasaulio-stebuklu/>
12. Miller, Stephen G. Ancient Greek Athletics. Yale University Press, 2006.
13. Pasaulio stebuklai. Olimpijos Dzeuso statula. Prieiga per internetą: <https://pasauliostebuklai.wordpress.com/olimpijos-dzeuso-statula/>
14. Pausanias & Newberry, John & Levi, Peter. Guide to Greece, Vol. 2. Penguin Classics, 1984.
15. Plutarch & Talbert, Richard J. A. & Pelling, Christopher & Talbert, Richard J. A. & Talbert, Richard J. A. On Sparta . Penguin Classics, 2005. Pomeroy, Sarah B. Spartan Women. Oxford University Press, 2002.
16. Poviliūnas, A. (2019). *Olimpinės žaidynės: raida, dabartis, perspektyvos*. Vilnius: BMK leidykla
17. The history of the Olympic Games. Prieiga per internetą: <https://www.paris2024.org/en/history-of-olympic-games/>
18. The Sports Events. Prieiga per internetą: <https://olympics.com/ioc/ancient-olympic-games/the-sports-events>
19. Vive la France! Kaip švenčiama ir ką reiškia Liepos 14d. Prancūzijos nacionalinė šventė. Prieiga per internetą: <https://prancuzu24.lt/prancuzijos-nacionaline-svente>
20. Welcome to the Ancient Olympic Games. Prieiga per internetą: <https://olympics.com/ioc/ancient-olympic-games>



21. Dingęs Feidijo šedevras – Dzeuso statula Olimpijoje. Prieiga per internetą: <https://www.klasikai.lt/dinges-feidijo-sedevras-dzeuso-statula-olimpijoje/>
22. Olimpijos Dzeuso statula. Prieiga per internetą: <https://pasauliostebuklai.wordpress.com/olimpijos-dzeuso-statula/>

2 skyrius

1. Baron de Coubertin. Prieiga per internetą: <https://www.uipmworld.org/hall-fame/baron-pierre-de-coubertin-fra-2018>
2. International Fair Play Committee. Prieiga per internetą: <http://www.fairplayinternational.org/what-is-fair-play->
3. Olimpiados giesmė. Prieiga per internetą: <https://www.lse.lt/himnas/>
4. Paiškino, kodėl buvo pakeistas olimpinis šūkis. Prieiga per internetą: <https://www.delfi.lt/sportas/tokyo-2020/paaiskino-kodel-buvo-pakeistas-olimpinis-sukis-87743961>
5. Pierre de Coubertin. Prieiga per internetą: <https://olympics.com/ioc/pierre-de-coubertin>
6. Pierre de Coubertin. Prieiga per internetą: <https://olympics.com/ioc/pierre-de-coubertin>
7. Pierre, baron de Coubertin. Prieiga per internetą: <https://www.britannica.com/biography/Pierre-baron-de-Coubertin>
8. The Olympic symbol. Prieiga per internetą: <https://olympics.com/ioc/olympic-rings>
9. World Olympians Association. Olympism. Prieiga per internetą: 2023-08-07 <https://olympians.org/woa/olympism>

3 skyrius

1. European Olympic Academy,. Prieiga per internetą: <https://www.eoaolympic.org/>
2. Integruojanti vaikų ir jaunimo olimpinio ugdymo programa, 2007.
3. International Paralympic Comiteee. Prieiga per internetą: <https://www.paralympic.org/>
4. Kontautaitė, I. (2023). Sporto mokslas, 2(104), 96-97. ISSN 1392-1401 (Print) / ISSN 2424-3949 (Online), <https://doi.org/10.15823/sm.2023.104>
5. Lietuvops olimpinė akademija. Prieiga per internetą: <https://www.loa.lt/>
6. Lietuvos tautinis olimpinis komitetas. Prieiga per internetą: <https://www.ltok.lt/>
7. Olimpinė chartija (2019). Lozana: Tarptautinis Olimpinis komitetas. Prieiga per internetą: <https://www.ltok.lt/wp-content/uploads/2020/01/2019-06-26-Olimpine-Chartija.pdf>
8. Olimpiinių vertybių ugdymo programa (OVUP). Prieiga per internetą: <https://www.ltok.lt/ovup/>
9. The Academy. A leading institution for Olympic Education. Prieiga per internetą: <https://www.ioa.org.gr/>



4 skyrius

1. Bakutis, R. Prancūzijos istorija. Ikiistoriniai ir antiklos laikai. Prieiga per internetą: <https://www.vle.lt/straipsnis/prancuzijos-istorija/>
2. Čepinskienė, G. Prancūzijos literatūra. Prieiga per internetą: <https://www.vle.lt/straipsnis/prancuzijos-literatura/>
3. Darijus Veteikis, D., Gudžinskas, Z. Prancūzijos gamta. Prieiga per internetą: <https://www.vle.lt/straipsnis/prancuzijos-gamta/>
4. Discover all 40 French-speaking countries and territories with this comprehensive guide. (2023-02-24). Prieiga per internetą: <https://berlitzthailandonline.com/blogs/exclusive-articles/french-speaking-countries>
5. French Empire. Prieiga per internetą: https://www.newworldencyclopedia.org/entry/French_Empire
6. Įdomiausi Mireille Mathieu stulbinančios karjeros faktai. Prieiga per internetą: <https://www.delfi.lt/veidai/muzika/iodomiausi-mireille-mathieu-stulbinancios-karjeros-faktai-47308221>
7. Janonienė, R. (2013). LDK istorija: Mitai apie Šv. Onos bažnyčią. Prieiga per internetą: https://www.15min.lt/naujiena/aktualu/istorija/ldk-istorija-mitai-apie-sv-onos-baznycia-582-390494?utm_medium=copied
8. Kandrotas V. (2019). Pažink Prancūziją: keliauk, ragauk, patirk. Kaunas: Tera Publica.
9. Klaipėdos krašto atgavimui – teatralizuota rekonstrukcija „Prefektūros šturmas“. Prieiga per internetą: https://www.15min.lt/naujiena/aktualu/lietuva/klaipedos-krasto-atgavimui-teatralizuota-rekonstrukcija-prefekturos-sturmas-56-1992284?utm_medium=copied
10. Mirej Matjė: „Dėl nieko nesigailiu“. Prieiga per internetą: <https://www.alfa.lt/straipsnis/39407/alfalt/>
11. Mirej Matjė: „Dėl nieko nesigailiu“. Prieiga per internetą: <https://www.alfa.lt/straipsnis/39407/alfalt/>
12. Pagrindinis Klaipėdos krašto prijungimo renginių akcentas - Prefektūros šturmas. Prieiga per internetą: <https://ve.lt/gyvenimas/pagrindinis-klaipedos-krasto-prijungimo-renginiu-akcentas-prefekturos-sturmas>
13. Prancūzija – lankytinos vietos. Prieiga per internetą: [Prancūzija – Lankytinos vietos, gražiausios Prancūzijos vietos, Įdomiausi objektai \(kontikis.lt\)](http://www.kontikis.lt/prancuzija-lankytinos-vietos-ir-graiziausios-prancuzijos-vietos-iodomiausi-objektai)
14. Prancūzija. Prieiga per internetą: <https://www.vle.lt/straipsnis/prancuzija/>
15. Prancūziški simboliai ir jų reikšmė. Prieiga per internetą: <https://avareurgente.com/lt/prancuziski-simboliai-ir-ju-reiksme>
16. Šatavičiūtė, L. Prancūzijos dailė. Prieiga per internetą: <https://www.vle.lt/straipsnis/prancuzijos-daile/>
17. Viktoras Dikmonas, V., Tauragis, A. Prancūzijos muzika. Prieiga per internetą: <https://www.vle.lt/straipsnis/prancuzijos-muzika/>
18. Umbrasaitė, E. (2017). Prancūzija Mon amour. Vilnius: Alma littera



19. Kandrotas, V. (2019). Pažink Prancūziją: keliauk, ragauk, patirk. Kaunas: Terra Publica.
20. Prancūzijos kolonijinė imperija. Prieiga per internetą: https://lt.wikipedia.org/wiki/Pranc%C5%ABzijos_kolonijin%C4%97_imperija
21. Glynn Borders. Les Années folles – 0the crazy years. Prieiga per internetą: <https://www.thedarkstarfromharlem.com/les-annes-folles-the-crazy-years>
22. Marion Guyonvarch. C'était quoi les années folles? Prieiga per internetą: <https://www.caminteresse.fr/histoire/cetai-quoi-les-annees-folles-11170502/>
23. The Irresistible Magnetism of Kiki de Montparnasse. Prieiga per internetą: <https://www.anothermag.com/fashion-beauty/8793/the-irresistible-magnetism-of-kiki-de-montparnasse>

5 skyrus

1. 2024 m. Paryžiaus vasaros olimpinės žaidynės. Prieiga per internetą: <https://www.ltok.lt/paryzius2024/>
2. Bilius, M. Žengiame į paralimpinius metus, kurie yra ypatingai svarbūs. Žiūrėta: 2024-01-04. Prieiga per internetą: <https://parateam.lt/naujienos/mindaugas-bilius-zengiame-i-paralimpinius-metus-kurie-yra-ypatingai-svarbus/>
3. Bočia. Prieiga per internetą: <https://en.wikipedia.org/wiki/Boccia#>
4. Boursier C, (2018) De l'intervention empirique à la recherche en sciences de l'activité physique adaptée, in Activité Physique Adaptée : un parcours identitaire, coll. Partages, eds. INSHEA & revue EPS, Suresnes
5. Boursier C, (2019) E-APA as a tool to enhance prevention, health and inclusion. Proceedings of the National College Centenary international congress on renaissance in sports, strategies, challenges and choices, Tiruchirappalli, January 6-10, 2019, Ed. Prasanna Balaji, pp. 44-47.
6. Competition Schedule for the Olympic Games. Prieiga per internetą: <https://www.paris2024.org/en/competition-schedule-olympic-games/>
7. Do you know the 22 adapted summer sports in the Paralympic Games? Prieiga per internetą: <https://www.sunrisemedical.com.au/blog/adapted-paralympic-summer-sports>
8. Ivanovas, P. (2000). Palenktyniaukime. Šiauliai: Šiaurės Lietuva.
9. Jaunimo olimpinės žaidynės. Prieiga per internetą: Vikipedija (wikipedia.org)
10. Jenny Mccoy. 40 Most Powerful Female Athletes of All Time. (2020). Prieiga per internetą: <https://www.glamour.com/story/most-powerful-female-athletes-of-all-time>
11. Lyčių lygybė sporte. Prieiga per internetą: <https://www.ltok.lt/lyciu-lygybe-sporte/>



12. Lietuvos paralimpiečiams Tokijuje – japonų šypsenos ir ilgos biurokratinės procedūros. Žiūrėta: 2021-08-18. Prieiga per internetą: https://www.15min.lt/sportas/naujiena/kita/lietuvos-paralimpieciams-tokijuje-japonu-sypsenos-ir-ilgos-biurokratinės-procedūros-26-1551402?utm_medium=copied
13. Lietuvos sportininkų pasirodymų olimpiadose istorija. Prieiga per internetą: <https://krepsinioideja.lt/lietuvos-sportininku-pasirodymu-olimpiadose-istorija/>
14. LTOK. Informacija atnaujinta 2023.09.26 https://www.ltok.lt/paris2024_duk/
15. Official Sitting Volleyball Rules 2017–2020. Prieiga per internetą: <https://www.worldparavolley.org/wp-content/uploads/2017/06/2017-2020-SITTING-Volleyball-Rules-with-Diagrams.pdf>
16. Olympic Legacy. Prieiga per internetą: <https://olympics.com/ioc/legacy/living-legacy/london-2012>
17. Olimpinė sporto šaka. Prieiga per internetą: [Olimpinė sporto šaka – Vikipedija \(wikipedia.org\)](https://lt.wikipedia.org/wiki/Olimpinė_sporto_šaka)
18. Olimpinio judėjimo 100-čio ėjimo iššūkis. Prieiga per internetą: <https://www.walk15.app/ro/provocari/olimpinio-judejimo-100-mecio-issukis/>
19. Olimpinio judėjimo šimtmečio iššūkis. Prieiga per internetą: <https://www.walk15.app/lt/issukiai/olimpinio-judejimo-100-mecio-issukis/>
20. Paryžiaus susitarimas dėl klimato kaitos. Prieiga per internetą: <https://www.consilium.europa.eu/lt/policies/climate-change/paris-agreement/>
21. Paskelbti 2024 m. Paryžiaus olimpiinių žaidynių atrankos kriterijai. Prieiga per internetą: <https://www.ltuswimming.com/kita/paskelbti-2024-m-paryziaus-olimpiniu-zaidyniu-atrankos-kriterijai.html>
22. Prasidėjo Olimpinio judėjimo iššūkis: prisijungė Dominika Banevič ir Mindaugas Maldonis. Prieiga per internetą: <https://zmones.15min.lt/naujiena/prasidejo-olimpinio-judejimo-issukis-prisijunge-dominika-banevic-ir-mindaugas-maldonis-wZBNnwYXB4m>
23. Strict eligibility conditions in place as IOC EB approves Individual Neutral Athletes (AINs) for the Olympic Games Paris 2024. Prieiga per internetą: <https://olympics.com/ioc/news/strict-eligibility-conditions-in-place-as-ioc-eb-approves-individual-neutral-athletes-ains-for-the-olympic-games-paris-2024>
24. Tinklinis sėdint. Prieiga per internetą: <http://lztba.lt/tinklinis-sedint/>



BREIKAS:

1. Bartkutė, G. (2023). Kaip breikas tapo olimpine sporto šaka? (2023-09-25) Prieiga per internetą: <https://77.lt/kaip-breikas-tapo-olimpine-sporto-saka>
2. Breikas (Breaking). Šokių stilius. Prieiga per internetą: <https://antstudija.lt/stilius/break-dance-arba-b-boying/>
3. Didžiulis darbas atsipirko: Dominika Banevič tapo pasaulio breiko čempione ir užsitikrino vietą Paryžiuje. Prieiga per internetą: <https://www.lrytas.lt/sportas/startai/2023/09/24/news/didziulis-darbas-atsipirko-dominika-banevic-tapo-pasaulio-breiko-cempione-ir-uzsitikrino-vieta-paryziuje-28498593>
4. History of Breaking. Prieiga per internetą: <https://olympics.com/en/sports/breaking/>
5. Jahns, M. Breakdance becomes Olympic Sport in 2024. Prieiga per internetą: <https://www.ispo.com/en/news-trends/breakdance-becomes-olympic-sport-2024-olympics-paris>
6. Jiwani, R. [2023 WDSF World Breaking Championship in Leuven: B-Boy Victor and B-Girl Nicka win world titles to secure Paris 2024 quota spots](https://olympics.com) olympics.com
7. Kitoks rugpjūčio sekmadienis per LRT Plius – breikas ir hiphopas! Prieiga per internetą: <https://www.dancesport.lt/kitoks-rugpjucio-sekmadienis-per-lrt-plus-breikas-ir-hiphopas/>.
8. Lietuvos sportinių šokių federacija. Prieiga per internetą: <https://www.dancesport.lt/>
9. Sam Blum. How Did Breakdancing Become an Olympic Sport? Prieiga per internetą: <https://lifehacker.com/how-did-breakdancing-become-an-olympic-sport-1845833212>
10. Teenage world champion B-Girl Nicka wants the world to take notice 'here and now'. Prieiga per internetą: <https://olympics.com/en/news/lithuania-teenager-b-girl-nicka-european-champion-interview>

BANGLENČIŲ SPORTAS

1. 35 things you probably didn't know about John John Florence. Prieiga per internetą: <https://www.surfertoday.com/surfing/things-you-probably-didnt-know-about-john-john-florence>
2. A Chat With Moore, Conlogue, and Fitz. Prieiga per internetą: <https://www.surfer.com/features/moore-conlogue-fitzgibbons-wct>
3. Alaia. Prieiga per internetą: <https://en.wikipedia.org/wiki/Alaia>
4. Bethany Hamilton: 'My fear of losing surfing was greater than my fear of sharks'. Prieiga per internetą: <https://www.theguardian.com/sport/2020/mar/07/bethany-hamilton-unstoppable-film-my-fear-of-losing-surfing-was-greater-than-my-fear-of-sharks>



5. Girmantas Neniškis. Banglentininkas, keliautojas, Lietuvos bangų sporto asociacijos prezidentas. Prieiga per internetą: <https://www.passport-journal.com/girmantas-neniskis/>
6. Hawaii fans celebrate Carissa Moore's fourth world surfing title and Olympic qualification. Prieiga per internetą: <https://www.staradvertiser.com/2019/12/04/sports/sports-breaking/hawaii-fans-celebrate-carissa-moores-fourth-world-surfing-title-and-olympic-qualification/>
7. John Florence. Prieiga per internetą: <https://www.surfertoday.com/surfing/things-you-probably-didnt-know-about-john-john-florence>
8. John John FLORENCE. Prieiga per internetą: <https://olympics.com/en/athletes/john-john-florence>
9. Lietuvos Bangų Sporto Asociacija (LBSA). Prieiga per internetą: <https://www.lbsa.lt/>
10. Lietuvos bangų sporto asociacija. Prieiga per internetą: <https://www.lbsa.lt/>
11. Po pasaulio čempionato banglentininkai tikisi daugiau dėmesio sulaukti ir Lietuvoje. (2023.06.08). Prieiga per internetą: <https://www.lrt.lt/naujienos/sportas/10/2008669/po-pasaulio-cempionato-banglentininkai-tikisi-daugiau-demesio-sulaukti-ir-lietuvoje>
12. Rokas Bakstys – pasaulio banglenčių čempionate: apie bangų brolius ir nustebinusi Salvadorą. Prieiga per internetą: <https://zmones.15min.lt/naujiena/pasaulio-banglenciu-cempionate-pasirodes-rokas-bakstys-apie-bangu-brolius-ir-nustebinusi-salvadora-aNBXy9NyQ69>
13. Surfing Like Ancients. Tom Pōhaku Stone - *Traditional Surfboard Shaper*. Prieiga per internetą: <https://www.gohawaii.com/hawaii-rooted/Tom-Pohaku-Stone>
14. Tokyo 2020 Summer Olympics - Shortboard Surfing - Tokyo 2021. Prieiga per internetą: <https://www.boardriding.com/events/tokyo-2020-surfing>

LAIPLOJIMO SPORTAS

1. Aleksandra Miroslaw. Prieiga per internetą: <https://www.ifsc-climbing.org/athlete/2848/aleksandra-miroslaw>
2. Britain's teenage sensation Toby Roberts: "There's never been a day where I didn't want to go climbing". Prieiga per internetą: <https://olympics.com/en/news/toby-tristan-roberts-sport-climbing-teenager-father-son-interview>
3. Climbing in Paris. Prieiga per internetą: <https://parisjetaime.com/eng/article/climbing-in-paris-a1618>
4. Garnbret and Roberts win Wujiang golds. Prieiga per internetą: <https://www.ifsc-climbing.org/news/garnbret-and-roberts-win-wujiang-golds>
5. How sport climbers train: Training secrets that help the world's best reach the top. Prieiga per internetą: <https://olympics.com/en/news/sport-climbing-training-regime-schedule-recovery-mental-strength-gym>



6. IFSC Asian Qualifier 2023: Schoolboy Anraku Sorato is no ordinary teenager once he scales a wall. Prieiga per internetą: <https://olympics.com/en/news/asian-qualifier-paris-2024-sport-climbing-japan-anraku-sorato-school>
7. IFSC. Prieiga per internetą: <https://www.ifsc-climbing.org/>
8. Koreivaitė, M., Kieraitė-Aleksandrova, I., Balkaitytė, A., Kochetkov M. (2020). Laipiojimo sportas visiems. Lietuvos laipiojimo federacija. Vilnius: UAB Balto print.
9. Lietuvos laipiojimo sporto federacija. Prieiga per internetą: <https://laipiojimofederacija.lt/>
10. Mirosław makes it a dozen as Wu defends title. Prieiga per internetą: <https://www.ifsc-climbing.org/news/miroslaw-makes-it-a-dozen-as-wu-defends-title>
11. Natalia Grossman shines with another bouldering medal in Switzerland. Prieiga per internetą: <https://www.teamusa.com/news/2022/april/10/natalia-grossman-shines-with-another-bouldering-medal-in-switzerland>
12. OLYMPIC GAMES PARIS 2024. Prieiga per internetą: <https://www.ifsc-climbing.org/olympics/index>
13. Sport climbing. Brief overview of the rules. Prieiga per internetą: <https://olympics.com/en/paris-2024/sports/sport-climbing>
14. Suaugusiųjų rinktinė. Prieiga per internetą: <https://laipiojimofederacija.lt/suaugusiu-rinktine-2>

RIEDLENČIŲ SPORTAS

1. 15 interesting skateboarding facts. Prieiga per internetą: <https://www.redbull.com/us-en/interesting-skateboarding-facts>
2. A new life for used or broken skateboards makes the rides more sustainable and supports the local community. Prieiga per internetą: <https://circulareconomy.europa.eu/platform/en/good-practices/new-life-used-or-broken-skateboards-makes-rides-more-sustainable-and-supports-local-community>
3. CDIY.EU. Recent Projects. Prieiga per internetą: <https://www.cdiy.eu/portfolio-item/mitsubishi-double-shift-knob-set/>
4. CGS projektai. Prieiga per internetą: <https://cgs-projektai.lt/portfolio/klaidedos-sajudzio-skate-parkas/>
5. Finding level ground: A look inside the world of inclusive skating. Prieiga per internetą: <http://theglitterandgold.com.au/australian-skateboard-culture/>
6. Gui Khury. Prieiga per internetą: <https://kids.guinnessworldrecords.com/records/young-achievers/gui-khury>
7. How Many Skateboards Are There in the World? (2023 Updated). Prieiga per internetą: <https://www.concretewavemagazine.com/how-many-skateboards-are-there-in-the-world/>



8. Lietuvos riedlenčių federacija. Prieiga per internetą: federacija@ltrf.lt
9. Natas Kaupas – 2014. Prieiga per internetą: <https://skateboardinghalloffame.org/shof-2014/natas-kaupas-2014/>
10. Natas Kaupas. Prieiga per internetą: https://en.wikipedia.org/wiki/Natas_Kaupas
11. Olympic champion at 13: Momiji Nishiya becomes Japan's youngest gold medalist. Prieiga per internetą: <https://www.japantimes.co.jp/sports/2021/07/26/summer-olympics/skateboarding/nishiya-nakayama-skateboarding/>
12. People in Japan thought skate culture was dangerous. Now it's going mainstream. Prieiga per internetą: <https://edition.cnn.com/style/article/japan-skateboarding-osaka-rebels-hnk-dst-intl/index.html>
13. SKATE HUB Vilnius. Prieiga per internetą: <https://www.cdiy.eu/skate-hub/>
14. Skateboarding. Prieiga per internetą: <https://en.wikipedia.org/wiki/Skateboarding>
15. Skateboarding. Prieiga per internetą: <https://olympic.ca/sports/skateboarding/>
16. Skateboarding. Prieiga per internetą: <https://www.worldskate.org/skateboarding.html>
17. The History of Skateboarding. Prieiga per internetą: <https://www.slickwillies.co.uk/blogs/news/the-history-of-skateboarding>



PRIEDAI

