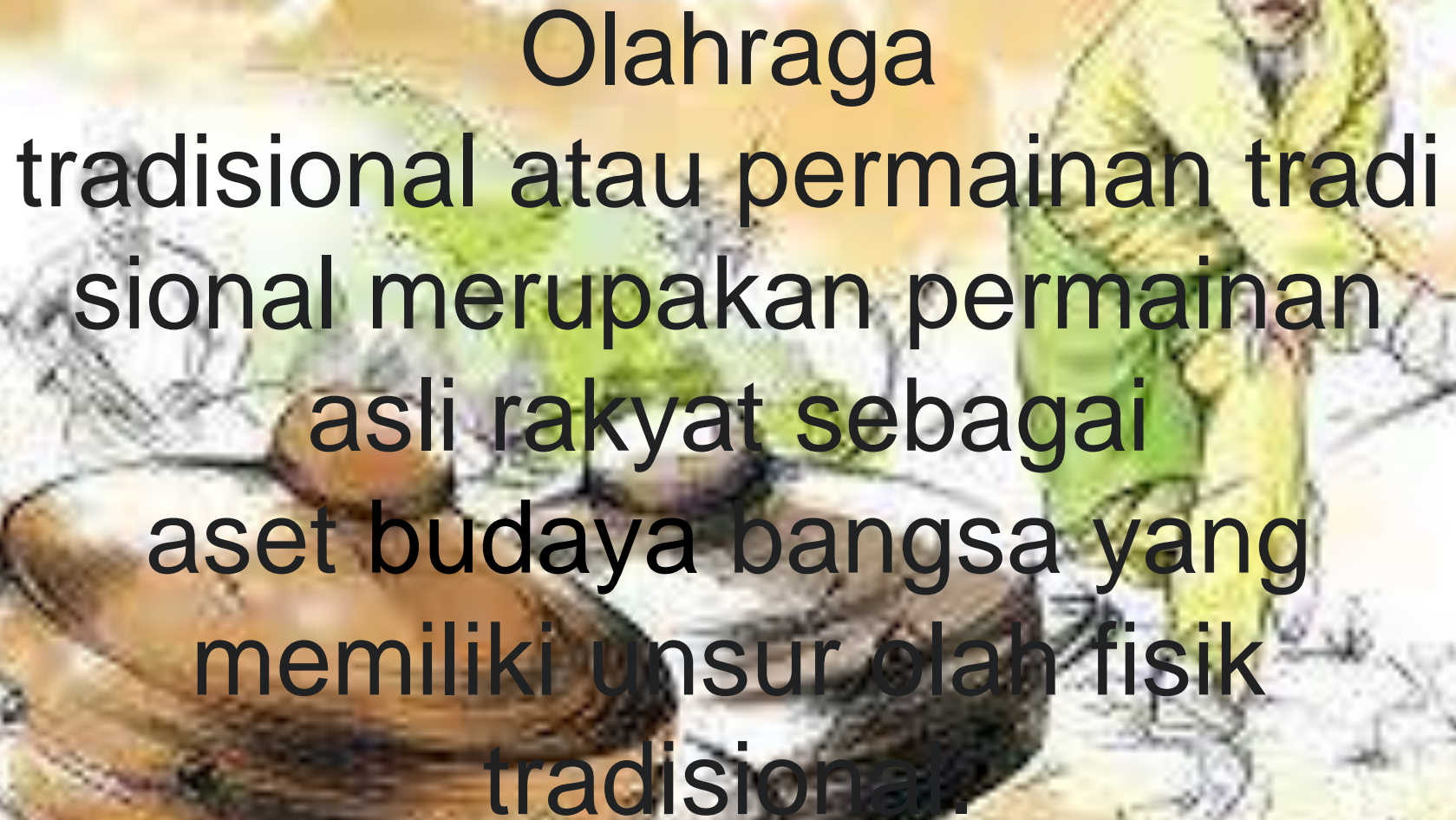


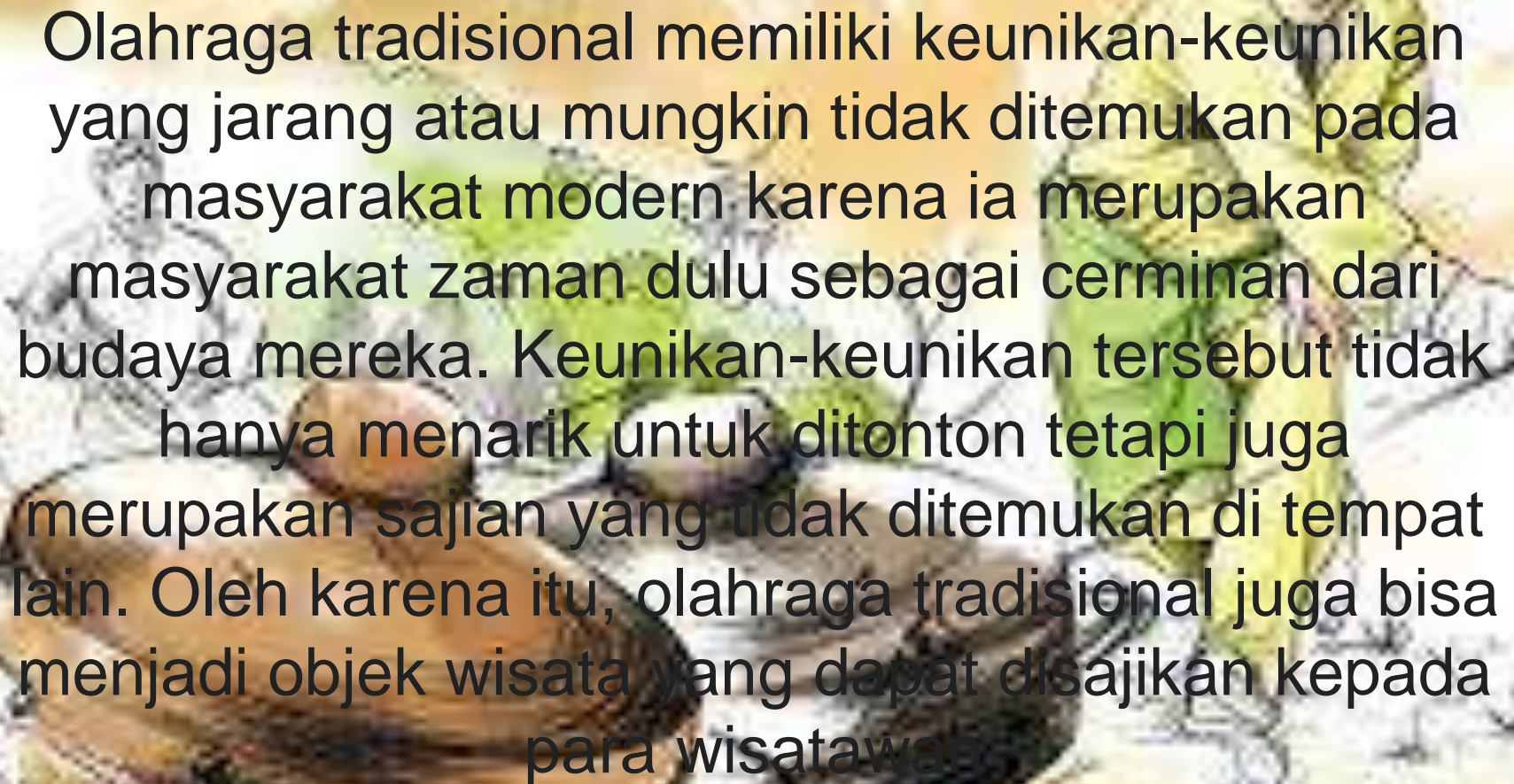


# Olahraga Rekreatif/Permainan Rakyat

Vigi Indah Permatha Sari M.Pd



Olahraga tradisional atau permainan tradisional merupakan permainan asli rakyat sebagai aset budaya bangsa yang memiliki unsur olah fisik tradisional.



Olahraga tradisional memiliki keunikan-keunikan yang jarang atau mungkin tidak ditemukan pada masyarakat modern karena ia merupakan masyarakat zaman dulu sebagai cerminan dari budaya mereka. Keunikan-keunikan tersebut tidak hanya menarik untuk ditonton tetapi juga merupakan sajian yang tidak ditemukan di tempat lain. Oleh karena itu, olahraga tradisional juga bisa menjadi objek wisata yang dapat disajikan kepada para wisatawan.

Permainan tradisional memiliki manfaat yang baik bagi perkembangan anak, baik secara fisik maupun mental.

Dalam pelaksanaannya, olahraga tradisional dapat memasukkan unsur-unsur permainan rakyat dan permainan anak. Bahkan mungkin juga memasukkan unsur seni sehingga lazim disebut sebagai seni tradisional. Suatu kegiatan dapat dikategorikan sebagai olahraga tradisional jika teridentifikasi unsur tradisinya memiliki kaitan erat dengan kebiasaan atau adat suatu kelompok masyarakat tertentu. Kegiatan tersebut juga harus kuat mengandung unsur-unsur fisik yang nyata-nyata melibatkan kelompok otot-otot besar dan adanya strategi serta dasar-dasar yang tidak terlihat seperti apa yang ditampilkannya. Pada awalnya olahraga tradisional tercipta dari permainan rakyat sebagai pengisi waktu luang karena permainan tersebut sangat menyenangkan dan tidak membutuhkan biaya besar. Akhirnya permainan tersebut semakin berkembang dan digemari masyarakat, mulai dari anak-anak sampai orang dewasa, bergantung karakter permainannya.



# 5 permainan tradisional di Provinsi Riau

1. Congkak
2. Lulu Cina Buta
3. Statak
4. Tarik Tambang
5. Patok Lele

