**الرّياضة :**

هي شكلٌ من أشكالِ التنافسيّة من خلال النّشاط البدني للألعاب، وتَهدف في المقام الأوّل إلى تَحسين القُدرة البدنية، والمهارات الجسمية، ويُمكن مُمارسة الرّياضة بشكلٍ فردي أو ضمن جماعات. توجد العديد من أنواعِ الرّياضات؛ كممارسة كرة القدم، والسلّة، واليد، والبيسبول، والمُصارعة، والتنس، والطائرة. تتمّ ممارسة الرياضة عادةً بشكلٍ رسميٍ من قِبَل مُنظماتٍ دولية وإقليمية، وأخرى عالميّة بين خصمين أو أكثر، ولا تقتصر الرّياضة على النشاط البدني فقط؛ إذ توجد بعض الرّياضات التي تَعمد بشكلٍ كبيرٍ على النّشاط العقلي كالشطرنج.

**تاريخ الرّياضة** :

**عصور ما قبل التاريخ :**

كانت الرّياضة تُمارس قديماً؛ حيث تمّ العثور على لوحاتٍ تصويريةٍ في كهوفِ لاسكو الفرنسية خلال العصر الحجري القديم، أي قبل أكثرِ من سبعة عشر ألف عام كالرّكض، والمُصارعة، كما تمّ العثور في منغوليا على آثارٍ تعود للعصر الحجري الحديث تحتوي على صورٍ مرسومةٍ توضّح وجود مبارياتٍ لِرياضةِ المُصارعة مع وجودِ حشدٍ كبيرٍ للاستمتاع بمشاهدة هذه المُباريات المقامة. في وادي سورة بالقرب من منطقة الجلف الكبير الموجودة في ليبيا كانت تُمارس رياضتا السباحة، والرماية في عام 6000 قبل الميلاد، ثمّ مورست بعض الرّياضات في مناطق سومر، واليونان، ومصر القديمة.

**العصور الوسطى**:

 مورست العديد من الرّياضات خلال هذه الفترة في دولةِ إنجلترا؛ كألعاب كالتشيو، وفيورنتينو، كما أنّ الأوروبيين ذوي الطبقة الأرستقراطية كانوا يرعون مبارياتٍ قتاليةٍ كالمبارزة، والخيل، وكانت تَعتمد سياسة الرّياضة آنذاك على وضع شروطٍ مالية بين الرُّعاة؛ بحيث يختار كلّ راعٍ شخصاً قبل المباراة يُراهن عليه بأنّه الفائز، وفي حال انتصاره يَحصل على المبلغ الذي تراهنوا عليه.