



## ورزشی

ورزش به فعالیت ها و مهارت های فیزیکی عادی و معمول جسمانی گفته می شود که براساس یک سری از قوانین مورد قبول همگان با اهداف تفریح، یا برای مسابقه، لذت بردن و رسیدن به ورزیدگی است. ارایه تعریف از ورزش بستگی به هدف و منظور ما از انجام دادن آن دارد؛ به این معنی که زمانی که رقابت شنا در مقابل هزاران تماشاگر در یک استخر به منظور مسابقه انجام می گیرد نوعی از ورزش است حال اگر شنا در یک استخر معمولی و یا دریا انجام گیرد یک تفریح شمرده می شود. بنابراین ورزش شامل تمامی فعالیت های فیزیکی بدن است که هر شخص می تواند به صورت منظم و سازمان یافته به منظور حفظ تناسب اندام یا برای تفریح و لذت بردن گاهی برای مسابقه در آن شرکت کند. ورزش گاهی به صورت انفرادی انجام می گیرد و گاهی به صورت دسته جمعی.

جایگاه ورزش در ایران از دیرباز مورد توجه ایرانیان بوده است. براساس نوشته هردوت، مورخ یونانی، ایرانیان از پنج سالگی تا بیست سالگی سه چیز را آموختند: ۱- سواری ۲- تیرکمان ۳ راستگویی. جوانان ایرانی تمرین های روزانه خود را از طلوع آفتاب با دویدن و پرتاب سنگ و پرتاب نیزه شروع می کردند و در این میان نیز از سواری و شکار نیز غافل نبودند. بنابراین در سرزمینی که از گذشته های دور، ورزش دارای جایگاهی ویژه ای بوده، قدر مسلم هنوز هم جایگاه خود را حفظ کرده است. به طوری که امروزه برای گسترش فرهنگ ورزش در سطح کشور فعالیت هایی انجام گرفته و از آن جمله؛ تاسیس وزارتخانه ها و ادارات ورزشی، صرف هزینه های فراوان برای ورزش، ساختن استادیوم ها، مجتمع ها و باشگاه های ورزشی، تهیه وسایل و لباس های ورزشی گویای این امر است.

بنابراین، همین برنامه ریزی ها و سرمایه گذاری ها در بخش ورزش باعث شد ایران در سال اخیر (سال ۹۰)، در رشته های مختلفی چون: وزنه برداری، کشتی آزاد و فرنگی، تکواندو والیبال، بسکتبال، پینگ پنگ، تیراندازی، تکواندو و دو میدانی در سطح آسیایی درخشیدند که دستیابی به این افتخارها را مدیون ورزشکاران و زحماتشان عرصه ورزش کشور هستیم.