

# Altetica leggera – La storia

L'atletica comprende l'insieme delle discipline sportive che impegnano gli atleti in gare individuali o di squadra ispirate alle competizioni degli antichi Greci e che rientrano nelle attuali programmazioni delle Olimpiadi.

In Grecia, intorno al 760 a.C., si tenevano dei raduni ai quali partecipavano tutti i migliori giovani del tempo, i quali si sfidavano per cinque giorni in varie competizioni come la corsa, la marcia, il salto, il lancio del disco e del giavellotto, prove multiple come il pentathlon, oppure la lotta e il sollevamento pesi per quanto riguarda l'atletica pesante.

Le discipline avevano un'origine militare, cioè rappresentavano la preparazione e l'allenamento che veniva sostenuto per il combattimento in guerra: in questo modo, gli atleti davano sfoggio delle loro capacità in battaglia portando onore alla propria *polis*.

Questa tradizione continuò, anche se con modalità e importanza diverse, durante il periodo dei Romani e in tutto il Medioevo con l'aggiunta o meno di gare diverse per ogni epoca, per esempio la giostra per i cavalieri medievali, fino al 1896 quando ebbero luogo le prime Olimpiadi moderne, riservate esclusivamente agli uomini, che segnarono la nascita dello sport moderno a cui oggi ci ferisce come attività sia ludica sia professionistica.

Nel 1928 le donne poterono gareggiare ufficialmente in alcune specialità aggiudicandosi ben quattro nuovi record mondiali e un nuovo record olimpico.

