Το **δέκαθλο** είναι ένα σύνθετο αγώνισμα του [στίβου](https://el.wikipedia.org/wiki/%CE%A3%CF%84%CE%AF%CE%B2%CE%BF%CF%82) το οποίο είναι εμπνευσμένο από το [πένταθλο](https://el.wikipedia.org/wiki/%CE%A0%CE%AD%CE%BD%CF%84%CE%B1%CE%B8%CE%BB%CE%BF%CE%BD) των Ολυμπιακών Αγώνων της αρχαίας Ελλάδας. Πρόκειται αντικειμενικά για το πιο επίπονο αγώνισμα, όχι μόνο λόγω της διάρκειάς του, αλλά και της πολυδιάστατης προπόνησης που είναι υποχρεωμένοι να ακολουθούν οι αγωνιζόμενοι, ώστε να αντεπεξέλθουν σε δέκα διαφορετικά αγωνίσματα. Το γεγονός αυτό, σε συνδυασμό με την καταγωγή του, το έχουν κάνει εξαιρετικά δημοφιλές σε όλον τον κόσμο. Οι δεκαθλητές χαίρουν μεγάλου σεβασμού, ενώ στους Ολυμπιακούς Αγώνες και τις διεθνείς συναντήσεις στίβου, οι νικητές είναι από το πιο αναγνωρίσιμα πρόσωπα της διοργάνωσης.

Το δέκαθλο βρίσκεται στο πρόγραμμα του στίβου από το 1912, στους Ολυμπιακούς Αγώνες της Στοκχόλμης. Στις διεθνείς διοργανώσεις είναι αποκλειστικά ανδρικό αγώνισμα, όπου οι γυναίκες αγωνίζονται στο [έπταθλο](https://el.wikipedia.org/wiki/%CE%88%CF%80%CF%84%CE%B1%CE%B8%CE%BB%CE%BF" \o "Έπταθλο). Αποτελείται από δέκα επιμέρους αγωνίσματα και διεξάγεται σε δύο ημέρες, πέντε αγωνίσματα την ημέρα, με την ακόλουθη σειρά:

|  |  |
| --- | --- |
| **1η ημέρα**   * 100 μέτρα * Άλμα εις μήκος * Σφαιροβολία * Άλμα εις ύψος * 400 μέτρα | **2η ημέρα**   * 110 μέτρα μετ' εμποδίων * Δισκοβολία * Άλμα επί κοντώ * Ακοντισμός * 1500 μέτρα |