در جهان امروزه یکی از امور مطرح شده در بین جوامع و مردم، ورزش و اهمّیّت پرداختن به آن است که گروه زیادی از مردم جهان علاوه بر آشنایی با عناوین و اشکال مختلف آن، در یک یا چند شاخه از آن فعالیت دارند. عده‌ای از مردم ورزشکاران حرفه‌ای‌اند و گروهی ورزشکاران آماتور. گروهی از آنها طرفدار و علاقه‌مند به ورزش و دیدن برنامه‌ها، مسابقات و نمایش‌های‌ ورزشی هستند.

فوائد ورزش برای سلامت جسم و سلامت روان انسان اثبات شده است. از اهّم این فوائد می‌توان به موارد زیر اشاره نمود:

- باعث افزایش عملکرد شناختی و تقویت حافظه و یادگیری می‌شود.

- بهترین گزینه برای درمان پوست است.

- افزایش حداکثری جذب اکسیژن در بدن که باعث بازسازی و بهبود عملکرد مغز می‌شود.

- احتمال ابتلا به بسیاری از بیماری‌ها را کاهش می‌دهد.

- ورزش مفصل‌ها، استخوان و ماهیچه‌های شما را سالم‌تر نگاه خواهد داشت.

سایت ورزش 3 (varzesh3.com) با مدیریت محمدحسین جعفری، فعالیت خود را از سال 88 آغاز نموده؛ و مالک آن محتواپردازان فراکاو است. زمینة اصلی فعالیت این سایت نشر اخبار ورزشی داخلی و خارجی و برنامة به روز لیگ‌های فوتبال است.

**ویژگی‌های ورزش 3**

با مراجعه به این سایت می‌توان خبرهای ورزشی، رده‌بندی لیگ‌ها، پخش زنده و نتایج زندة بازی‌ها، جام حذفی نقل و انتقالات و پیش‌بینی و... را دنبال نمود.

سایت ورزش 3 یکی از بزرگترین و پرترافیک‌ترین سایت‌ها در حوزة ورزشی در ایران و جهان است که بر طبق آمار الکسا، در ایران رتبة 3 و در جهان رتبة 160 را دارد. این سایت وابسته به شبکه 3 تلویزیون ایران می‌باشد که در ابتدا نام آن فوتبال 3 بوده و بعدها به ورزش 3 تغییر پیدا کرد.

عمدة تمرکز سایت ورزش 3 بر روی فوتبال است اما ورزش‌های دیگر از قبیل والیبال و بسکتبال و ... را نیز پوشش می‌دهد.

امکان مفرح سایت برای کاربران و بازدیدکنندگان علاقه‌مند به فوتبال، تیم فانتزی است. در این بخش امکان تیم‌سازی با بازیکنان واقعی فراهم شده و با مدیریت تیم‌های ورزشی همانند دنیای واقعی به رقابت خواهند پرداخت.

**از مزیت‌ها و نقطه‌های قدرت این سایت می‌توان به نکته‌های زیر اشاره کرد:**

- دارای بازدیدکنندگان ثابت

- استفاده از عکس‌های خریداری شده از عکاسان ایرانی در سایت

- استفاده از پروتکل امنیتی https

- به‌روزرسانی منظم و سریع

- طراحی ساده و استفاده آسان از سایت

- و ...

**نقطه ضعف**

- در حال حاضر عملکرد طراحی وب‌سایت ورزش 3 در موبایل ضعیف بودن ریسپانسیو بودن آن می‌باشد.