Pierwszy rozbiór Polski nastąpił w roku 1772, kiedy to 5 sierpnia w Petersburgu Rosja, Austria i Prusy podpisały akt pierwszego rozbioru Rzeczypospolitej, w jego wyniku Polska utraciła jedną trzecia swego terytorium, w tym Galicję (zagarniętą przez Austrię) i dolny bieg Wisły, dzięki czemu Prusy przejęły kontrolę nad handlem zbożem. Pretekstem do zagarnięcia ziem polskich była jakoby zła sytuacja w kraju, podtrzymywana przez samych zaborców.

W roku 1697 królem został August II Mocny, popierany przez przyszłych zaborców, który chciał panować w sposób absolutny i wciągnął kraj w wojnę północną (1700- 1721) z Rosją i Szwecją; niepowodzenia wojenne uzależniły Polskę od Rosji. Sejm niemy z 1717 roku uniemożliwił królowi rządy absolutne, próbował on więc wprowadzać łagodne reformy gospodarcze, jednak na bezładzie w kraju zależało przyszłym państwom zaborczym, zawarły one w 1732 roku traktat „trzech czarnych orłów”, mający na celu dalsze osłabianie Rzeczypospolitej.

Wybranie w 1733 roku na króla postępowego Stanisława Leszczyńskiego doprowadziło do zbrojnej interwencji Rosji i osadzenia na tronie Augusta III Sasa, człowieka uległego wobec Moskwy, którego 30-letnie rządy kojarzą się z okresem upadku i nietolerancji.

Po burzliwej ostatniej wolnej elekcji na tron wstąpił w 1764 roku Stanisław August Poniatowski, popierany przez carycę Katarzynę II i familię Czartoryskich. Ostatni władca Polski okazał się jednak człowiekiem światłym, pragnącym uzdrowienia państwa. Trzy konfederacje szlacheckie wywołane przez carycę zahamowały jednak reformy, a sejm 1767 roku przyjął prawa kardynalne (utrwalające m. in. liberum veto, wolną elekcję i umożliwiające wypowiedzenie posłuszeństwa królowi) i uczynił Polskę rosyjskim protektoratem, gwarantką ustroju państwa została Katarzyna II.

W 1768 roku zawiązała się kontrowersyjna konfederacja barska, żądająca cofnięcia wszelkich reform i niezależności od Rosji. Walki z wojskami rosyjskimi trwały w różnych miejscach kraju z przerwami do 1772 roku, kiedy Rosjanie ostatecznie pokonali konfederatów i chcąc „podzielić się kłopotami” wspólnie z Prusami i Austrią dokonały rozbioru.

Sejm roku 1773, zwany rozbiorowym, zatwierdził rozbiór (mimo apelu Tadeusza Rejtana), ale podjął też szereg ważnych reform.

Powołał Radę Nieustającą i Komisję Edukacji Narodowej, zreformował szkolnictwo. Czasy stanisławowskie (1764- 1795) to okres rozkwitu oświeceniowej kultury, ale również dalszego pogarszania się sytuacji państwa.

W latach 1788-1792 obradował w Warszawie Sejm Wielki, zwany Czteroletnim, który w roku 1791 przyjął Konstytucję 3 Maja. Druga na świecie, a pierwsza w Europie nowoczesna konstytucja znosiła liberum veto, wprowadzała trójpodział władzy i dziedziczność tronu oraz zwiększała liczebność armii.

Przeciwnicy konstytucji zawiązali w 1792 roku konfederację targowicką i zwrócili się po pomoc do Katarzyny II. Wybuchła wojna z Rosją, a 23 stycznia 1793 roku Prusy i Rosja podpisały traktat o drugim rozbiorze Polski. Ostatni sejm rozbiór w tym samym roku zatwierdził, po tym jak Rosjanie wycelowali armaty w budynek obrad.

W marcu 1794 roku generał Antoni Madaliński odmawia rozbrojenia swojej brygady kawalerii i maszeruje z Ostrołęki do Krakowa, a 24 marca na krakowskim rynku Tadeusz Kościuszko ogłasza akt powstania, mianuje się jego naczelnikiem i składa przysięgę. 4 kwietnia powstańcy odnoszą zwycięstwo pod Racławicami. Insurekcja rozszerza się, powstańcy opanowują Warszawę, Kraków i Wilno, a Kościuszko wydaje uniwersał połaniecki, aby pozyskać chłopów. 6 czerwca powstańcy przegrywają z wojskami rosyjsko- pruskimi pod Szczekocinami, Prusacy zajmują Kraków, a Warszawa zostaje oblężona. 16października, po przegranej pod Maciejowicami Kościuszko trafia do niewoli, stolica kapituluje po rzezi Pragi; w 1795 roku dochodzi do ostatecznego, trzeciego rozbioru Polski. Podzielona między Austrię, Rosję i Prusy na 123 lata znika z mapy Europy.

W 1797 roku we Włoszech generał Jan Henryk Dąbrowski tworzy Legiony Polskie, walczące u boku Napoleona. Idąc na wschód, Bonaparte zajął w 1806 roku Poznań, zachęcani przez Dąbrowskiego i Wybickiego Polacy przyłączali się do cesarza. Wojna z Rosją nie przynosiła rozstrzygnięcia i w 1807 roku Napoleon podpisał w Tylży pokój z Aleksandrem I, z ziem zaboru pruskiego utworzył namiastkę państwa polskiego- Księstwo Warszawskie.

Istniało ono do roku 1815, kiedy po klęsce Napoleona car utworzył Królestwo Polskie zwane potocznie Kongresówką, mające znaczną autonomię, choć całkowicie zależne od cara. Po kongresie wiedeńskim Kraków został wolnym miastem, wraz z okręgiem tworzył w latach 1815- 1846 Rzeczpospolitą Krakowską, która została po powstaniu krakowskim (1846) wcielona do Austrii. Prusy utworzyły zaś w Wielkopolsce Wielkie Księstwo Poznańskie.

W nocy 29/30 listopada 1830 roku wybuchło w Warszawie powstanie listopadowe. Członkowie sprzysiężenia podchorążych pod wodzą Piotra Wysockiego zaatakowali Belweder. Z pomocą ludności cywilnej zdobyto Arsenał, a ze stolicy uciekł Wielki Książę Konstanty Pawłowic. 5grudnia dyktatorem powstania został generał Józef Chłopicki, choć nie wierzył on w zwycięstwo. 25stycznia sejm ogłasza detronizacje cara Mikołaja I, co oznaczało wojnę polsko- rosyjską.

W lutym 1831 roku armia rosyjska pod wodzą feldmarszałka Iwana Dybicz wkroczyła do Królestwa Polskiego. Wygrane bitwy pod Stoczkiem, Wawrem i Dobrem udaremniły marsz Rosjan na Warszawę. 25 lutego krwawa bitwa pod Grochowem kolejny raz uratowała stolicę. Na przełomie marca i kwietnia nastąpiła wiosenna ofensywa polska, Polacy zwyciężyli pod Wawrem, Dębem Wielkim Iganiami, ale w tej ostatniej bitwie (10 kwietnia) nieudolność dowódcy- generała Piotra Skrzyneckiego uchroniła Rosjan przed totalną klęską. W maju 1831 roku zwyciężyła koncepcja „marszu na gwardie cesarskie” autorstwa generała Ignacego Prądzyńskiego. 26 maja 1831 Polacy przegrali pod Ostrołęką i inicjatywa przeszła w ręce Rosjan. 8 września, po szturmie Woli władze oddały Warszawę Rosjanom. Powstanie listopadowe zakończyło się klęską.

Po klęsce ponad 10 tysięcy osób opuściło Polskę, udając się głównie do Francji. Najważniejsze ugrupowania polityczne Wielkiej Emigracji to Hotel Lambert skupiony wokół Adama Czartoryskiego i Towarzystwo Demokratyczne Polskie. Królestwo Polskie straciło autonomię, Prusy zapobiegawczo rozszerzyły akcję germanizacyjną (obok Śląska i Pomorza) na Wielkie Księstwo Poznańskie.

Po przegranej przez Rosję wojnie krymskiej nastała odwilż, Polacy zaczęli tworzyć tajne związki. W 1862 roku naczelnikiem rządu Królestwa Polskiego został Polak Aleksander Wielopolski, pragnący autonomii państwa w zamian za lojalność wobec Rosji. Działacze narodowi podzielili się na radykalnych- „czerwonych” i umiarkowanych- „białych”. W nocy 22/23 stycznia 1864 wybuchło w Warszawie powstanie styczniowe, powstał Tymczasowy Rząd Polski, który ogłosił uwłaszczenie chłopów. Rozproszeni polscy partyzanci toczyli walki z ogromną armią rosyjską. Podczas powstania istniało „tajne państwo”, którego przywódcą był dyktator powstania, Romuald Traugutt. Przestało ono istnieć wraz z jego aresztowaniem, wiosną 1864 roku. Jesienią powstanie dobiegło końca, zaczęły się represje wobec Polaków, wywózki na Sybir, wzmogła się rusyfikacja, a Królestwo Polskie przemianowano na Kraj Przywiślański.

Na ziemiach polskich narodził się pozytywizm, którego przedstawicielem był np. Bolesław Prus, głoszono hasła pracy organicznej i pracy u podstaw.

Tymczasem w zaborze pruskim wzmogła się germanizacja, obejmująca także gospodarkę. Jej elementami były: Kulturkampf, działalność Hakaty i Komisji Kolonizacyjnej, rugi pruskie oraz nauka szkolna po niemiecku. W 1901 roku wybuchł we Wrześni strajk uczniów, protestujących przeciw nauce w tym języku. W Galicji, po klęskach Austrii Polacy otrzymali znaczne swobody.

W 1893 roku powstała Polska Partia Socjalistyczna, wśród której przywódców znalazł się Józef Piłsudski, walcząca o zmiany społeczne i niepodległość. Część jej działaczy, przeciwna walce o niepodległość założyła w 1893 roku Socjaldemokrację Królestwa Polskiego (od 1900 „i Litwy”). W tym samym roku, pod wodzą Romana Dmowskiego powstała Liga Narodowa, dająca początek obozowi endecji. W 1895 roku powstała w Galicji pierwsza partia chłopska, o demokratycznym programie, od 1903 roku znana jako Polskie Stronnictwo Ludowe.

Po „krwawej niedzieli” 22 stycznia 1905 w Petersburgu w Kongresówkę również ogarnęła rewolucja roku 1905, Polacy łączyli postulaty społeczne z niepodległościowymi. Główną formą protestu były strajki i manifestacje. Car zezwolił na używanie języka polskiego w urzędach gmin, ale robotnicy nadal byli niezadowoleni i doszło do strajku powszechnego. Car przyznał większe swobody, ale gdy podpisał pokój z Japonią, rewolucja została stłumiona. Pozostały jednak prawa do używania języka polskiego w urzędach gmin i lepsze warunki dla robotników.

Jeszcze przed wybuchem pierwszej wojny światowej Polacy podzielili się na zwolenników orientacji proaustriackiej, pod wodzą Piłsudskiego i prorosyjskiej, popieranej przez Dmowskiego. Według Piłsudskiego, największym wrogiem Polski była Rosja, Dmowski uważał zaś, że sojusz z państwami centralnymi uniemożliwi odebranie Wielkopolski i Pomorza. Wybuch wojny był oczywiście dla Polaków wielką szansą, choć żadne z państw nie było zainteresowane sprawą polską, chodził tylko o pozyskanie polskich rekrutów.

6sierpnia 1914 Piłsudski utworzył kompanię kadrową strzelców, która po nieudanym marszu do Królestwa Polskiego musiała uciekać i dołączyła do Legionów Polskich, tworzonych w służbie monarchii habsburskiej, jako pierwsza brygada. Kiedy w 1915roku Królestwo znalazło się pod władzą państw centralnych, nie wyrażono zgody na połączenie tych ziem z Galicją, również Rosjanie nie godzili się na utworzenie polskiej armii.

W Akcie 5 listopada 1916 roku cesarze austriacki i niemiecki zapowiadali wskrzeszenie państwa polskiego w zamian za pomoc Polaków oczywiście, ale państwa ententy były zaniepokojone możliwością powstania armii polskiej u boku Niemiec, więc zaczęły naciskać na Rosję, aby zaproponowałą lepsze warunki. Polska ponownie została więc dostrzeżona w Europie.

W 1917 roku powstała we Francji tzw. Błękitna armia pod wodzą generała Józefa Hallera, polityczne dowództwo nad nią objął Komitet Narodowy Polski w Paryżu, utworzony z inicjatywy Dmowskiego i uznawany za namiastkę przyszłego rządu Polski. Przeszkodą były już tylko państwa centralne; w lipcu 1917 roku Piłsudski wywołał spór o przysięgę Legionów , za co trafił do twierdzy w Magdeburgu.

Ostatecznie rewolucja w Rosji, klęska Niemiec i rozpad Austro- Węgier umożliwiły odzyskanie niepodległości Polski. Również prezydent USA Wilson wygłaszając swoje orędzie w styczniu 1918, przewidywał utworzenie niepodległej Polski z dostępem do morza.

W październiku 1918 roku Polacy opanowali Kraków i Galicję Zachodnią, w Galicji Wschodniej 1listopada wybuchły walki z Ukraińcami, po trzech tygodniach zdobyto Lwów, brały w nich udział również Orlęta Lwowskie. Konflikt jednak się nie zakończył i ostatecznie Galicja Wschodnia została zdobyta dopiero w lipcu 1919 roku, po ofensywie pod dowództwem Piłsudskiego.

W nocy 6/7 listopada 1918 roku powstał w Lublinie Tymczasowy Rząd Ludowy Republiki Polskiej Ignacego Daszyńskiego, który już ogłosił powstanie państwa polskiego. 10 listopada przybył do Warszawy zwolniony przez Niemców Piłsudski. Rozpoczęł się zamieszki i rozbrajanie żołnierzy niemieckich. 11 listopada Warszawa była wolna, gabinet Daszyńskiego podporządkował się Piłsudskiemu, a podległa Niemcom Rada Regencyjna przekazała mu zwierzchnictwo nad wojskiem. 18listopada został Naczelnikiem Państwa o uprawnieniach dyktatorskich i powołał lewicowy rząd Jędrzeja Moraczewskiego, który wprowadził reformy socjalne. W styczniu 1919 roku powstał bezpartyjny gabinet Ignacego Paderewskiego, akceptowany i przez lewicę, i przez endecję. W lutym Sejm Ustawodawczy przyjął tymczasową Małą konstytucję. Teraz Polska musiała ustalić swoje granice.

Piłsudski był twórcą koncepcji federacyjnej, chciał utworzyć bok państw na wschodzie od Litwy po Ukrainę. Autorem koncepcji inkorporacyjnej był zaś Dmowski, zakładała ona stworzenie polskiego państwa narodowego. Żaden z sąsiadów Polski nie popierał tych planów.

26 grudnia 1918 roku do Poznania przybył Ignacy Paderewski. 27 grudnia pod wpływem niemieckich prowokacji wybuchło jedyne zwycięskie powstanie w historii Polski- powstanie wielkopolskie. Powstańcy pod wodzą majora Stanisława Taczaka opanowują strategiczne punkty w mieście. 5 stycznia 1919 zostaje ostatecznie wyzwolona cała Wielkopolska. 16 lutego zostaje zwarty rozejm w Trewirze, ale konflikt skończył się dopiero wraz z podpisaniem traktatu wersalskiego- 28 czerwca 1919, który przyznawał Wielkopolskę Polsce.

Armia Czerwona rozpoczęła marsz na zachód po wycofaniu się Niemców. Zajęła Mińsk i Wilno, a następnym celem była Polska. Do pierwszych walk doszło w lutym 1919 roku. W kwietniu roku następnego Piłsudski zawarł sojusz z ukraińskim dowódcą Semenem Petlurą; Polska uznała niepodległość Ukrainy, a ta zrzekła się Galicji Wschodniej. Z łatwością zajęto Kijów, bo wojska radzieckie skupione były na północy. W maju ruszyła radziecka ofensywa i nad Polską zawisła groźba utraty niepodległości.

1 lipca powstała Pada Obrony Państwa z Piłsudskim na czele, ogłoszono apel „Ojczyzna w niebezpieczeństwie!” wzywający ochotników. Od 12 do 15 sierpnia toczyły się walki na przedpolach Warszawy. Słabo wyszkolona armia polska poniosła ogromne straty, ale Rosjanie nie zdobyli stolicy i 16 sierpnia rozpoczęli odwrót. We wrześniu Polacy ostatecznie pokonali Sowietów i w 1921 roku podpisano z Rosją Radziecką pokój ryski, ustalający polską granicę. Bitwa z sierpnia 1920 roku przeszła do historii jako „cud nad Wisłą”, pochód Armii Czerwonej na zachód został zatrzymany.

Po zwycięstwie koncepcja federacyjna nie miała sensu, bo Białoruś i Ukraina zostały podzielone między Rosje Radziecką i Polskę. Jesienią 192o roku Piłsudski upozorował jeszcze bunt generała Żeligowskiego, który zajął Wilno z okręgiem, tworząc Litwę Środkową. W 1922 roku sejm na Wileńszczyźnie, złożony głównie z Polaków przyłączył ten kraj do Polski.

W styczniu 1919 roku wojska czeskie uderzyły niespodziewanie na Bogumin i zajęły Zaolzie- część Śląska Cieszyńskiego. Wojska polskie zatrzymały Czechów pod Skoczowem. Pod naciskiem państw ententy zawarto rozejm, a o granicy czesko- polskiej zadecydowała 28 lipca 1920 roku arbitralnie Rada Ambasadorów w Paryżu. Ponad 200 tysięcy Polaków pozostało poza krajem.

Zgodnie z postanowieniami traktatu wersalskiego, na Warmii i Mazurach oraz na Śląsku miały się odbyć plebiscyty, decydujące o przynależności tych ziem. Na Mazurach prowadzono silną agitację niemiecką, a działalność polska była bardzo nieefektywna.11 lipca 1920 roku w plebiscycie przeprowadzonym pod nadzorem państw koalicji Polska przegrała, otrzymując tylko mały skrawek spornych ziem.

Inaczej sprawa miała się na Śląsku. Był to region wysoce uprzemysłowiony, właścicielami przedsiębiorstw byli głównie Niemcy, robotnikami- Polacy. W sierpniu 1919 roku wybuchło pierwsze powstanie śląskie. Było ono wyrazem sprzeciwu wobec polityki niemieckiej i zostało stłumione w ciągu tygodnia. Na Śląsk przybyły wojska państw ententy, mające gwarantować spokój do czasu plebiscytu. Nasiliła się działalność bojówek niemieckich i w sierpniu 1920 roku wybuchło drugie powstanie śląskie, w celu zapewnienia równouprawnienia ludności polskiej.

Plebiscyt przeprowadzono 20 marca 1921 roku. Niemcy sprowadzili specjalnymi pociągami ludzi, którzy się na Śląsku urodzili, ale już tam nie mieszkali, w ten sposób zyskali przewagę i wygrali plebiscyt. Niemcy zaczynają domagać się całego spornego obszaru, a 3 maja 1921 roku wybucha trzecie powstanie śląskie, którego dyktatorem został Wojciech Korfanty. Walki obejmują cały region i po dwóch miesiącach komisja koalicyjna doprowadza do rozejmu. O podziale Śląska decyduje ostatecznie Liga Narodów, przyznając Polsce 29 % tego obszaru, z większością zakładów przemysłowych.

Ostatecznie odrodzona Polska liczyła sobie 388 600 km2, czyli połowę terytorium z 1772 roku. Zjednoczony kraj składał się, wedle słów Żeromskiego, z „trzech nierównych połówek”. Przed władzami stanęło trudne zadanie ujednolicenia państwa, w którym istniały odmienne ustroje, prawa i przepisy, a nawet tory kolejowe