

18 02 21

Scribe

Tarea

1 Consultar las modalidades del atletismo con sus respectivos dibujos o recortes.

Desarrollo

Lanzamientos deportivos

• Lanzamientos de peso

El objetivo a lanzar (generalmente una bola) debe tener un peso de 16 libras. La idea es enviarla lo más lejos posible



• Lanzamiento de disco

Con un disco que para las competencias oficiales debe ser de 2 lbs y un diámetro de 22 centímetros.



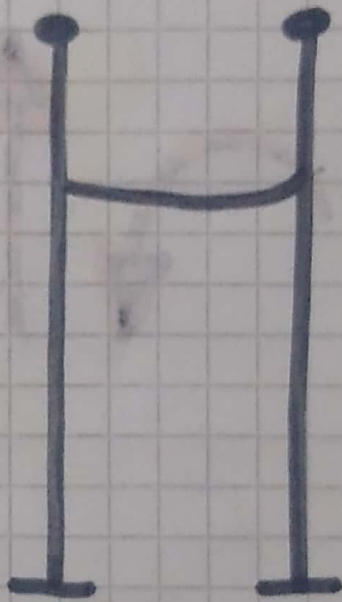
• Lanzamiento de martillo

Se usa una bola de acero de 16 libras la cual está unida a un cable de acero con mango.



• Salto con jabalina

Para lanzar la jabalina, los competidores no deben pisar la línea o el círculo de un lanzamiento.



• Saltos de longitud

El atleta debe recorrer un tramo y luego efectuar un salto con el objetivo de abarcar la mayor distancia posible.



• Triple salto

Es una variante del anterior y consiste en realizar tres saltos largos de manera consecutiva.

