

I.E.S. Campiña Alta (El Casar)

Departamento de Educación Física



Atletismo

2º E.S.O.

ATLETISMO

HISTORIA

Ya en Olimpia se realizaban competiciones de lanzamiento del disco y la jabalina, carreras pedestres y salto en largo, y otras pruebas. El atletismo es la más antigua de las prácticas del desarrollo del físico. En forma organizada, comienzan con los **Juegos Olímpicos griegos, a partir del 776 antes de Cristo**. En sus comienzos, la principal actividad de los encuentros olímpicos era el pentatlón, que comprendía lanzamientos de disco y jabalina, carreras a campo traviesa, salto de longitud y lucha libre.

Los romanos continuaron celebrando las pruebas olímpicas después de conquistar Grecia en el 146 a.C. Sin embargo, en el año 394 d.C., el emperador romano Teodosio abolió los juegos. Durante 8 siglos no se celebraron.

Paulatinamente, Gran Bretaña comenzó a celebrar competiciones atléticas, y en el siglo XIX se va acrecentando el interés y la popularidad por todo tipo de juegos, prácticas y enfrentamientos deportivos.

MODALIDADES Y DISCIPLINAS ATLETICAS (olímpicas)

1. CARRERAS

- Lisas: 100m, 200m, 400m, 800m, 1500m, 5000m y 10000m.
- Vallas: 110mv (H), 100mv (M) y 400mv
- Obstáculos: 3000m obstáculos.
- Marcha 20km y 50km (solo hombres)
- Maratón.

2. LANZAMIENTOS

- Disco, peso, jabalina y martillo.

3. SALTOS

- Altura, pértiga, longitud y triple salto.

4. RELEVOS

- 4X100 Y 4X400.

5. COMBINADAS

- Décatlon (H) y Héptalon (M)

ASPECTOS REGLAMENTARIOS

