

CUADERNILLO DE ATLETISMO



Nombre: _____ Curso: _____ Fecha: _____

1 Encierra la imagen correcta

Lee cada pregunta y dibuja un círculo alrededor de la imagen que responde correctamente.

a) ¿Qué se pasa de mano en mano en una carrera de relevos?



b) ¿Cuál es el implemento que se lanza en la prueba de jabalina?



c) ¿Qué obstáculo se salta en la carrera de vallas?



2 Sopa de letras

Encuentra las 9 palabras escondidas. Están en horizontal, vertical y diagonal. ¡Márcalas con colores!

P	J	U	S	V	A	L	L	A	S	V	L
F	M	F	L	A	M	V	I	J	N	D	A
U	E	J	S	H	L	I	H	L	F	O	M
D	D	V	L	L	H	T	P	F	C	L	E
C	A	R	R	E	R	A	O	M	D	G	T
U	P	I	H	P	E	S	O	A	I	D	A
B	S	G	L	U	F	I	L	R	S	C	R
V	M	U	E	O	J	S	I	A	C	P	E
M	O	J	O	U	O	B	O	T	O	E	L
J	A	B	A	L	I	N	A	O	G	A	E
R	V	S	O	T	H	B	P	N	S	J	V
T	L	H	C	U	J	D	H	B	B	S	O

PALABRAS

- ☐ CARRERA
- ☐ DISCO
- ☐ JABALINA
- ☐ MARATON
- ☐ META
- ☐ PESO
- ☐ RELEVO
- ☐ SALTO
- ☐ VALLAS

¡Tacha cada palabra al hallarla!

3 Une con líneas

Une cada prueba del atletismo con su descripción. Traza una línea de un punto al otro.

100 metros planos



Carrera de 42 km y 195 m



Salto de longitud



Cuatro atletas se pasan un testigo



Lanzamiento de peso



Carrera de velocidad en línea recta



Maratón



Se lanza una bola metálica pesada



Relevos 4x100



Se cae en un foso de arena



4 Selecciona lo correcto

Marca con una X el cuadrado de la respuesta correcta.

1. ¿Cuántos metros mide una vuelta a una pista de atletismo?

☐ 200 m

☐ 400 m

☐ 800 m

2. ¿Dónde nacieron los Juegos Olímpicos de la antigüedad?

☐ Olimpia (Grecia)

☐ Roma

☐ París

3. ¿Qué prueba tiene una distancia de 42 km?

☐ Las vallas

☐ El salto triple

☐ La maratón

4. ¿Qué usan los velocistas para salir rápido?

☐ Raquetas

☐ Bloques de salida

☐ Patines

5 Verdadero o falso

Lee cada frase y encierra la V si es verdadera o la F si es falsa.

1. El atletismo es considerado el "deporte rey" de los Juegos Olímpicos.

☐ V

☐ F

2. En el lanzamiento de disco se usa una pelota de fútbol.

☐ V

☐ F

3. En los relevos, los atletas se pasan un testigo.

☐ V

☐ F

4. La maratón es una carrera de solo 100 metros.

☐ V

☐ F

5. En el salto alto hay que pasar un listón sin derribarlo.

☐ V

☐ F

6. La jabalina es una prueba de salto.

☐ V

☐ F

6 Ordena las letras

Las letras de estas palabras del atletismo están desordenadas. Escribe la palabra correcta en los cuadros.

1. L L A V A S →
2. T L O S A →
3. T A M E →
4. S O C D I →
5. N A I B A J L A →

7 Clasifica con colores

Pinta el círculo de cada prueba según su grupo: rojo = Carreras, azul = Saltos, verde = Lanzamientos.

● Carreras

● Saltos

● Lanzamientos

100 m planos

☐

Salto triple

☐

Disco

☐

Maratón

☐

Salto alto

☐

Peso

☐

Vallas

☐

Garrocha

☐

Jabalina

☐

8 Ordena la carrera

Escribe los números del 1 al 5 para ordenar lo que ocurre en una carrera, de principio a fin.

Los atletas corren por su carril.

Los atletas reciben su medalla en el podio.

Los atletas se colocan en la línea de salida.

Se cruza la meta y se registra el tiempo.

Suena el disparo de salida.

9 Completa las frases

Escribe en cada espacio la palabra correcta. Usa el banco de palabras.

rey

velocidad

pista

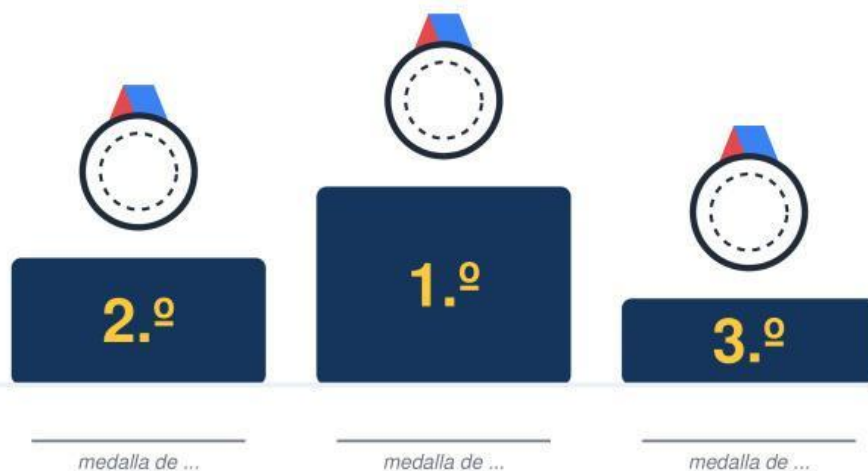
testigo

garrocha

1. El atletismo es conocido como el "deporte _____".
2. Las carreras cortas, como los 100 m planos, son pruebas de _____.
3. Los atletas compiten sobre una _____ de 400 metros.
4. En los relevos, cada corredor entrega el _____ al siguiente.
5. En el salto con _____ se usa una vara flexible.

10 Pinta las medallas del podio

Pinta cada medalla del color que le corresponde a su puesto y escribe en la línea si es de oro, plata o bronce.

**¡Felicitaciones, campeón!**

Terminaste todas las pruebas del cuadernillo.

Puntaje: ____ / 10