

ATLETISMO

¡A correr, saltar y lanzar! · Cuadernillo interactivo de 10 actividades

Educación Física · Completa, marca y une con tu mejor energía

Nombre:

Curso:

Fecha:

1 Encierra la imagen correcta

Marca el círculo que está debajo de la imagen que responde a la pregunta.

¿Qué objeto se pasan los corredores en una carrera de relevos?



¿Qué instrumento se usa para medir el tiempo de los atletas?



2 Selecciona lo correcto

Elige una sola respuesta en cada pregunta.

a) ¿Cuántos metros mide una vuelta a la pista de atletismo?



100 metros



200 metros



400 metros

b) ¿Cuál de estas pruebas es un salto?



Maratón



Salto de altura



Lanzamiento de disco

c) ¿Dónde nacieron los Juegos Olímpicos antiguos?



Roma (Italia)



París (Francia)



Olimpia (Grecia)

3 Verdadero o falso

Lee cada frase y marca si es verdadera (V) o falsa (F).

1. El atletismo incluye carreras, saltos y lanzamientos.
2. El salto de altura se practica con una jabalina.
3. En los relevos, los corredores se pasan un testigo.
4. El maratón es una carrera de 100 metros.
5. La meta es el lugar donde termina una carrera.

☐ Verdadero ☐ Falso

☐ Verdadero ☐ Falso

☐ Verdadero ☐ Falso

☐ Verdadero ☐ Falso

☐ Verdadero ☐ Falso

4 Une con líneas

Une cada prueba con su descripción. Usa la herramienta de dibujo (línea/lápiz) de tu lector de PDF.

Maratón

Se lanza una esfera de metal muy pesada.

Salto de longitud

Carrera de velocidad en línea recta, muy corta.

Lanzamiento de bala

Se salta lo más lejos posible hacia un foso de arena.

100 metros planos

Carrera de larga distancia de 42 kilómetros.

5 Sopa de letras

Encuentra las 10 palabras. Pueden estar en horizontal, vertical o diagonal.

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

Palabras escondidas

Marca la casilla al encontrarla

- ☐ SALTO
- ☐ META
- ☐ PISTA
- ☐ CARRERA
- ☐ VALLA
- ☐ DISCO
- ☐ BALA
- ☐ TESTIGO
- ☐ MARATON
- ☐ JABALINA

6 Ordena las letras

Las letras están desordenadas. Escribe la palabra correcta de atletismo.

LLAVA

Obstáculo que se salta en una carrera.

SCIDO

Se lanza girando el cuerpo.

TAME

Lugar donde termina la carrera.

OLSTA

Prueba de altura o de longitud.

STAPI

Lugar donde corren los atletas.

7 Completa las frases

Escribe en cada espacio la palabra correcta del banco de palabras (¡sobra una!).

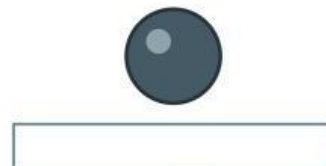
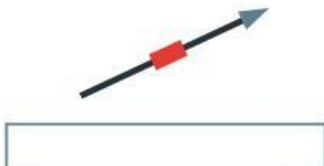
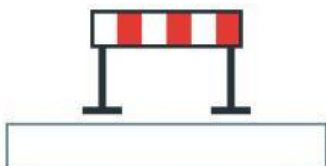
pista · relevos · jabalina · maratón · cronómetro · salto

1. El atletismo se practica en una con calles marcadas.
2. En los cuatro corredores se pasan el testigo.
3. La es una prueba de lanzamiento.
4. El es una carrera de 42 kilómetros.
5. El sirve para medir el tiempo de los atletas.

8 Escribe el nombre de cada imagen

Observa los dibujos y escribe su nombre debajo.

Banco de palabras: valla · jabalina · bala · cronómetro · testigo · medalla



9 Clasifica las pruebas

Elige en la lista desplegable si cada prueba es una carrera, un salto o un lanzamiento.

100 m planos	Elige...	Salto de altura	Elige...
Salto de longitud	Elige...	Lanzar bala	Elige...
Lanzar jabalina	Elige...	Relevos 4x100	Elige...
400 m con vallas	Elige...	Maratón	Elige...

10 ¿Quién soy? Adivinanzas

Lee la pista y escribe la respuesta.

- 1 Soy una vara larga y puntiaguda que se lanza lo más lejos posible. ¿Qué soy?

Soy:

- 2 Voy de mano en mano durante una carrera de relevos. ¿Qué soy?

Soy:

- 3 Soy la carrera más larga del atletismo: tengo 42 kilómetros. ¿Qué soy?

Soy:

- 4 Cuelgo del cuello del ganador y puedo ser de oro, plata o bronce. ¿Qué soy?

Soy:



¡Felicidades, campeón!

Has completado las 10 actividades de atletismo.

Autoevaluación: ¿cuántas respuestas acertaste?

/ 10