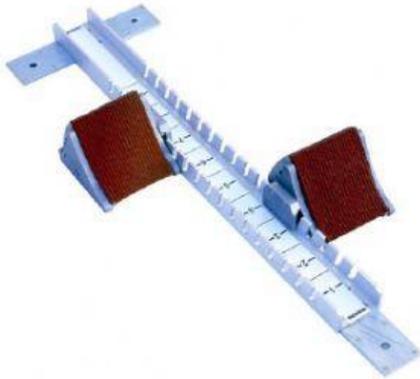


Los materiales en atletismo

MATERIAL NECESARIO PARA LAS CARRERAS



tacos de salida

Los tacos de salida son los dispositivos utilizados por los corredores para realizar las salidas en las **pruebas de velocidad**.

Antes de su existencia, los atletas excavaban unos hoyos en la propia pista para optimizar sus salidas.



vallas

Las **carreras de vallas** son pruebas de velocidad en las que el atleta debe pasar una serie de vallas de atletismo.

Las **medidas** de las vallas de atletismo **dependen de la categoría** (ya sea masculina o femenina) **y de la distancia** recorrida en la carrera.



testigos

Es un elemento fundamental para las **carreras de relevos**.

Puede estar hecho de **madera, metal o plástico** y pesa sólo **50 gr**.

Esta prueba es única de carácter atlético en la que el resultado depende del rendimiento de los participantes con respecto a este objeto **principal**.

Los materiales en atletismo

MATERIAL NECESARIO PARA LOS LANZAMIENTOS



peso o bala

El **peso** o bala es una bola maciza de metal de superficie lisa. Para **hombres** su **peso** es de 7,26 kilogramos y para **mujeres**, pesa 4 kilogramos.

Se usa para el **Lanzamiento de Peso**.

jabalina

El material más común en las jabalinas de competición es el aluminio.

Para **hombres** su **peso** es de 800 gramos y para **mujeres**, pesa 600 gramos.

Se usa para el **Lanzamiento de Jabalina**.



martillo

El martillo consiste en una **esfera metálica** de con peso de **7.26 kilogramos** para los **hombres** y de **4 kilogramos** para las mujeres, además tiene un alambre y una empuñadura con una longitud total aproximada de 117 a 125 centímetros.

Se usa para el **Lanzamiento de Martillo**.

disco

El peso del disco es de **2 kg** para hombres y de **1 kg** para mujeres.

Se usa para el **Lanzamiento de Disco**.



Los materiales en atletismo

MATERIAL NECESARIO PARA LOS SALTOS



FOSO DE ARENA

SALTO DE LONGITUD

TRIPLE SALTO



TABLA DE BATIDA



COLCHONETA

SALTO DE ALTURA



**S
A
L
T
Ó
M
E
T
R
O
S**



COLCHONETA

SALTO DE PÉRTIGA



PÉRTIGA

Los materiales en atletismo

ARRASTRA CADA MATERIAL A SU CORRESPONDIENTE PRUEBA

LANZAMIENTO DE PESO	SALTO DE LONGITUD	LANZAMIENTO DE DISCO	SALTO DE ALTURA
LANZAMIENTO DE MARTILLO	LANZAMIENTO DE JABALINA	SALTO DE PÉRTIGA	RELEVOS



Los materiales en atletismo

CONTESTA A ESTAS PREGUNTAS SOBRE LOS DIFERENTES MATERIALES UTILIZADOS EN ATLETISMO

1.- La jabalina:

- Es igual en hombres y mujeres.
- Pesa 600 gramos.
- Pesa algo más en los hombres.

2.- En mujeres, el disco pesa:

- 3 kg.
- 3,5 kg.
- 1 kg.

3.- El peso es una bola de metal que pesa:

- 7,26 kg. y 4 kg.
- 7 kg. y 4 kg.
- Sólo 4 kg.

4.- Los testigos pesan:

- 1 kg
- 50 g
- 500 g

5.- Para el salto de altura se necesita:

- Saltómetros y colchoneta
- Saltómetros, pértiga y colchoneta
- Tabla de batida

6.- El objeto más pesado que se lanza es:

- El disco
- El peso.
- El martillo y el peso.

7.- El disco en hombres pesa:

- 2 kgs.
- 4,26 kgs.
- 3 kgs.

8.- Una jabalina de 800 gramos es propia de:

- La modalidad femenina.
- Pueden usarla hombres y mujeres.
- La modalidad masculina.