

"DEPORTES: EL ATLETISMO"

El **atletismo** es un deporte que abarca una serie de actividades que se realizan tanto al aire libre, como en pista cubierta. Las categorías del atletismo son varias: carreras, lanzamientos, saltos, pruebas combinadas y marcha. Es uno de los pocos deportes que se practica en todo el mundo y cuyos orígenes se remontan a las civilizaciones antiguas. En los Juegos Olímpicos que se celebran cada cuatro años, el **atletismo** es una de las disciplinas más importantes.

Completa las frases con las palabras adecuadas:

- Las pruebas de velocidad son aquellas donde se recorren distancias _____ de 400 metros.
- Las carreras de _____ van desde los 400 hasta los 3.000 metros de distancia.
- Las carreras de resistencia o fondo son todas aquellas cuya distancia a recorrer supera los _____ metros.
- La maratón es una prueba de _____.
- Existen dos modalidades distintas de carreras de _____: 4x100 metros y 4x400 metros.
- En las carreras de relevos los/as atletas tienen que entregar un _____ para dar el relevo a su compañero/a.
- En la _____ la distancia de la prueba se tiene que hacer caminando en vez de corriendo.
- La jabalina se utiliza en las pruebas de _____.
- El salto de _____ se hace sobre una colchoneta, sin pértiga.
- En los saltos de _____ el objetivo es saltar horizontalmente alcanzando la mayor distancia posible.
- El _____ es una prueba combinada que está formada por 10 pruebas individuales.



¿Sabías que...? En la actualidad el MARATÓN se corre normalmente en carretera, con la salida y la meta en el Estadio Olímpico. Durante la prueba a los corredores se les muestra la distancia recorrida en kilómetros y millas y cada 5 km los atletas pueden refrescarse.