



Guía N°2 Educación Física y Salud

Nombre: _____

Curso: _____ **Fecha:** _____

Unidad: Deportes individuales atletismo.

OA: Seleccionar y aplicar estrategias y tácticas específicas para la resolución de problemas.

Habilidad: Seleccionar, aplicar.

Puntaje Real	Puntaje obtenido	NOTA
26		

ACTIVIDAD N°1: Identificar, escribir y subrayar con diferentes colores los 10 deportes que se encuentran en la sopa de letras (10 puntos).

U	K	S	E	W	Q	E	R	F	B	F	H	I	O	M	P
A	L	B	O	M	J	G	Z	N	A	T	A	C	I	O	N
V	O	L	E	I	B	O	L	J	L	U	A	Q	B	S	A
J	G	C	Z	S	Q	A	P	O	O	G	F	Y	O	H	H
K	L	W	X	V	N	I	O	X	N	A	S	Q	E	G	O
F	U	T	B	O	L	T	R	A	C	S	K	H	O	M	C
C	U	X	R	U	T	A	L	P	E	S	Q	U	I	S	K
L	H	R	O	J	C	N	B	P	S	F	A	P	N	I	E
Y	U	G	H	J	A	S	A	F	T	E	N	I	S	H	Y
F	G	M	I	B	V	Z	L	C	O	X	A	X	Q	H	I
L	S	D	G	Y	A	S	O	X	R	T	Y	U	J	K	L
Z	D	S	A	T	R	R	N	A	S	D	F	V	B	N	M
A	T	L	E	T	I	S	M	O	X	Z	S	A	D	S	J
T	B	J	P	O	N	U	A	T	R	D	F	A	D	S	U
Q	D	F	W	R	C	G	N	Q	J	O	L	A	S	R	D
P	J	D	J	T	A	O	O	N	J	Q	C	A	K	F	O

1.	6.
2.	7.
3.	8.
4.	9.
5.	10.



ACTIVIDAD N°2: Registrar peso y talla del alumno (a) (6 puntos).

NOMBRE: _____

PESO: _____ kg. **TALLA:** _____ cm.

Reseña histórica del atletismo

El atletismo es la forma organizada más antigua de deporte y se viene celebrando desde hace miles de años. Las primeras reuniones organizadas de la historia fueron los Juegos Olímpicos, que iniciaron los griegos en el año 776 antes de Cristo.



Durante muchos años, el principal evento Olímpico fue el pentatlón, que comprendía lanzamientos de disco y jabalina, carreras pedestres, salto de longitud y lucha libre.

Otras pruebas, como las carreras de hombres con armaduras, formaron parte más tarde del programa.

Los romanos continuaron celebrando las pruebas olímpicas después de conquistar Grecia en el 146 antes de Cristo. En el año 394 de nuestra era el emperador romano Teodosio terminó la celebración de los juegos. Durante ocho siglos no se celebraron competiciones organizadas de atletismo.

Restauradas en Inglaterra alrededor de la mitad del siglo XIX, las pruebas atléticas se convirtieron gradualmente en el deporte favorito de los ingleses. En 1834 un grupo de entusiastas de esta nacionalidad acordaron los mínimos exigibles para competir en determinadas pruebas.

El atletismo posteriormente adquirió un gran seguimiento en Europa y América. En 1896 se iniciaron en Atenas los Juegos Olímpicos, siendo una modificación restaurada de los antiguos juegos que los griegos celebraban en Olimpia. Más tarde, los juegos se han celebrado en varios países a intervalos de cuatro años, excepto en tiempos de guerra.

En 1913 se fundó la Federación Internacional de Atletismo Amateur (IAAF). Con sede central de Londres. La IAAF es el organismo rector de las

competiciones de atletismo a escala internacional, estableciendo las reglas y dando oficialidad a los récords obtenidos por los atletas.

A continuación, se detalla los pasos para la creación del sello de este deporte individual el “testimonio”, esperando que cada uno pueda realizarlo de la manera que más les acomode, y puedan personalizarlo, con colores y sellos propios de cada uno(a).

ACTIVIDAD N°2: Creación de testimonio (10 puntos).

Para crear un testimonio de atletismo necesitas los siguientes materiales:

- Tubo de PVC o un palo de escoba o cono de toalla nova (con relleno para que endurezca).
- Un serrucho, cierra, etc
- Guincha aisladora

Debes cortarlo con ayuda de un adulto, a las medidas que se indican en la fotografía, para que no quede muy resbaloso o áspero según el material que utilizas, se sugiere revestirlo con guincha aisladora.

