



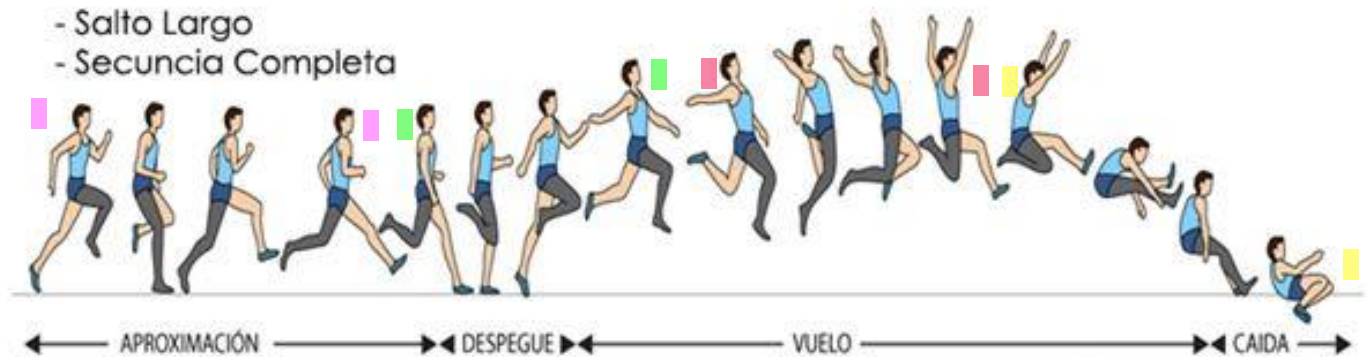
Actividad I “Atletismo en casa”

Preguntas:

- 1.- ¿Que es atletismo?
- 2.- ¿Cuales son los tipos de competecnia en el atletismo?
- 3.- ¿Reglamento de las diferentes competencias del atletismo?



Actividad II



¿Cuales son los musculos que actuan en las diferentes etapas del salto largo?

- Etapa de aproximación ■
- Etapa de despegue ■
- Etapa de vuelo ■
- Etapa de caída ■

(cada color muestra la epata que debo analizar)

Material de apoyo

<https://www.efdeportes.com/efd215/analisis-biomecanico-en-el-salto-en-largo.htm>

https://prezi.com/fmfdo_pdkzou/salto-largo/

ATTE.

Fabián Campaña profesor de educación física y salud