PROPÓSITO:

Reconozca la prueba de salto de altura en el atletismo , sus espacios, los elementos utilizados y analizar su reglamento

MOTIVACIÓN:

EXPLICACIÓN:

Pruebas de Campo en Atletismo Olímpico

El atletismo es considerado el deporte organizado más antiguo del mundo. Abarca una gran cantidad de disciplinas las cuales se agrupadan en carreras, saltos, lanzamientos y pruebas variadas.
En atletismo los deportistas o atletas buscan superar a sus adversarios en velocidad o resistencia, en distancia o en altura.

La palabra "**atleta**" proviene del griego athletes) que quiere decir "el que compite por un premio". Esta palabra está relacionada con athlos que significa competencia y athlon que quiere decir premio.

Las ocho (8) Pruebas de Campo del Atletismo son las que se se realizan en el centro del estadio, en la zona que está circundada por la pista, y son:

1. **Salto de longitud o salto largo.**
2. **Salto triple.**
3. **Salto de altura o salto alto.**
4. **Salto con pértiga o garrocha.**
5. **Lanzamiento de bala.**
6. **Lanzamiento de disco.**
7. **Lanzamiento de martillo.**
8. **Lanzamiento de jabalina**.

Salto de longitud o salto largo

Esta competencia consiste en dar un solo salto, en forma horizontal, lo más largo posible luego de una corta carrera en busca de impulso.

El salto debe comenzar en un lugar determinado, delimitado por una línea en el piso, si el atleta pisa o pasa dicha línea, el salto se considera nulo.

Para lograr una mayor distancia, el atleta se impulsa con ambas piernas hacia adelante. La distancia saltada se mide desde la marca del piso hasta la marca más cercana hecha en la arena por el cuerpo del atleta al caer.