

Pruebas Combinadas del Atletismo:

Actividad:

1. Contestar las preguntas planteadas en la motivación de acuerdo con la imagen.
2. Realiza una tabla con las pruebas combinadas.
3. Realiza un sinoptico donde indique las pruebas por la Heptatlon y Decathlon.
4. Realiza un esquema conceptual de los eventos combinados.

Actividad Motivación:

- Que observas en la imagen
- que movimientos se estan ejecutando

Evaluación:

¿Que Aprendio?

¿Que le costo?

¿Que se le dificulto?

Solucion

Solucion Actividad 8

1. Tabla Pruebas Combinadas.

triathlon	heptathlon	pentathlon	Decathlon
Natacion	60 metros	carrera 120m	100 mt 1100 mt
	Lisos/Vallas		Lisos Vallas
	Salto longitudinal	Lucha	Lanzamiento
	Atleta/Pertiga		peso/disco
Ciclismo	Lanzamiento	Salto de longitud	salto de
	Peso		Atleta/pertiga
	1000 mt lisos	Jabalina	salto
			de longitud
carrera pie	salto con longitud	Disco	1500 mt
			Lisos

2. Cuadro sinoptico pruebas

Decathlon y Heptathlon.

- Cuadro Sinoptico

Decatlon { Pruebas

- 100 metros lisos
- Salto de longitud
- Lanzamiento de peso
- Salto de altura
- 400 metros lisos

- 110 metros vallas
- Lanzamiento de disco
- Salto con pértiga
- Lanzamiento de jabalina
- 1500 metros lisos

Heptatlon { Pruebas

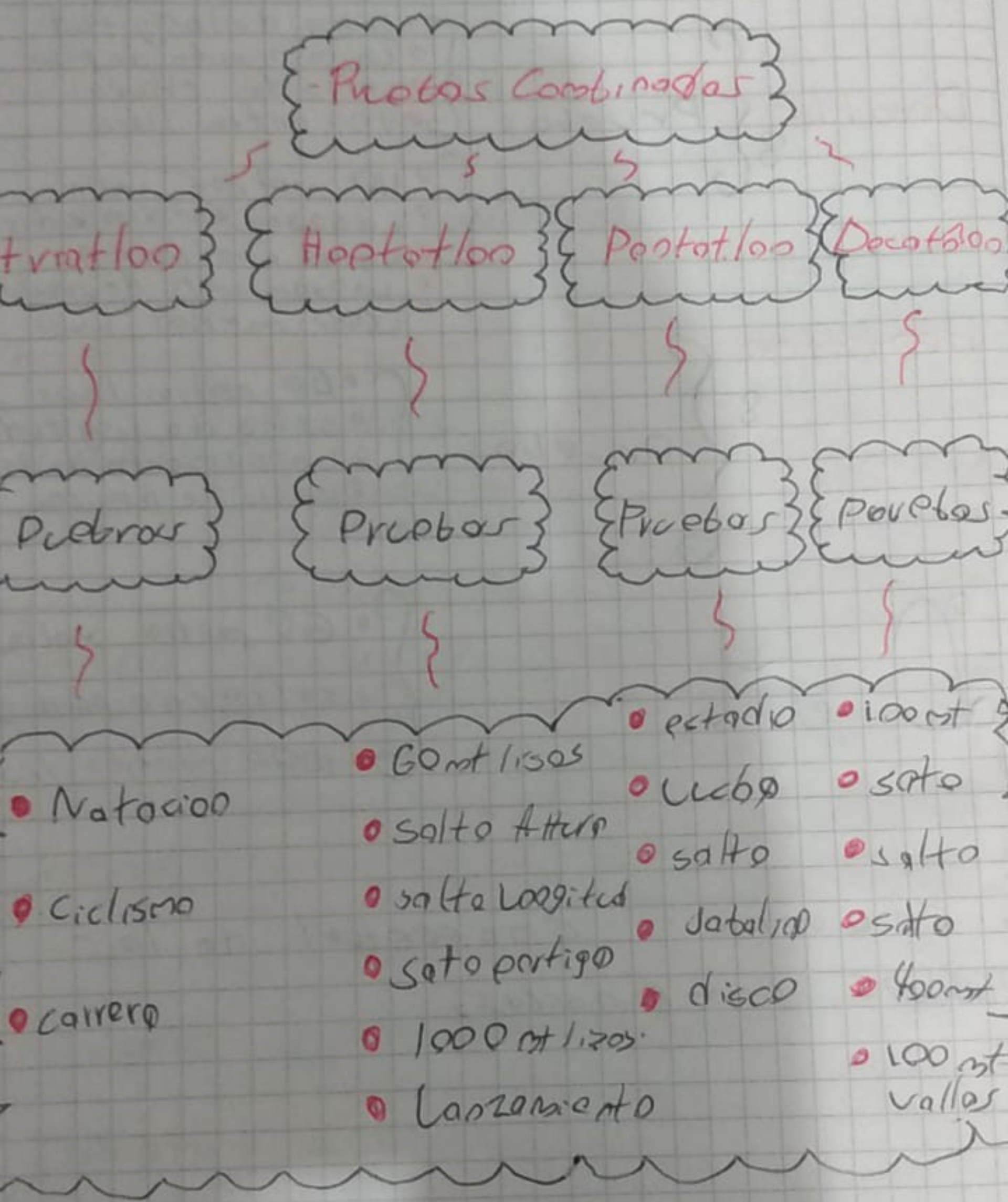
- 60 metros lisos
- Salto de longitud
- Lanzamiento de peso
- Salto de altura

D-H

- 60 metros vallas
- Salto con pértiga
- 1000 metros lisos

4. es esquema conceptual de las pruebas combinadas.

Esquema Conceptual



Actividad Motivo cruz

1. Ejemplos y explicaciones del tema, variados.

2. Estan ejecutando las posiciones y movimientos propios de cada faceta del ejercicio.

Evolucioo

¿Que Aprendio?

- Aprendi sobre el Triatlon, Heptatlon, Pentatlon, Decatlon y sus respectivos pruebas.

¿Que le gusta?

- La verdad, solo el triatlon.

¿dificulto?

- pensar en hacer con libro mano.