

F-8872

UNIVERSIDAD DE SEVILLA
COMITÉ ORGANIZADOR MUNDIAL SEVILLA' 99

4/10/79

LBS 1166302

EL MEJOR ATLETISMO EN CASA
"De la Escuela al Estadio"

1. ...
2. ...
3. ...

R68.217.



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

AUTORES:

GRUPOS DE INVESTIGACIÓN:

- Educación Física, Salud y Deporte. S. Romero, P. Díaz, A. Calvo, M. J. Pedrosa, M. A. Bejarano.
- Investigación, Evaluación y Tecnología Educativa. J. de Pablos, P. Colás, R. García, M. A. Rebollo, M. C. Fernández.

COLABORAN:

A. Molina, C. García, S. Menchón, L. Real, A. Alvarado.

EL MEJOR ATLETISMO EN CASA
"De la Escuela al Estadio"

AUTORES: GRUPOS DE INVESTIGACIÓN:

- Educación Física, Salud y Deporte.
S. Romero, P. Díaz, A. Calvo, M. J. Pedrosa, M. A. Bejarano.
- Investigación, Evaluación y Tecnología Educativa.
J. de Pablos, P. Colás, R. García, M. A. Rebollo, M. C. Fernández.

Esta Publicación ha sido patrocinada
por el Comité Organizador de Sevilla'99

COLABORAN:

A. Molina, C. García, S. Menchón, L. Real, A. Alvarado.

DISEÑO GRÁFICO: Lara Molina Gago

I.S.B.N.: 84-699-0067-6

Depósito Legal: SE-674-99(I)

Imprime: El Adalid Seráfico, S. A. · Sevilla

ÍNDICE

PRÓLOGO	6
PRESENTACIÓN	7
CAPÍTULO 1. EL ATLETISMO COMO MODALIDAD DEPORTIVA.	
1. Ideas iniciales	13
2. Federación Internacional de Atletismo (I.A.A.F.)	15
3. Real Federación Española de Atletismo (R.F.E.A.)	16
4. Récords del mundo	17
5. Competiciones	19
6. Campeonatos del Mundo. Participación Española	20
7. Posibilidades de los atletas andaluces en el Campeonato del Mundo Sevilla' 99	22
8. Posibilidades de los atletas españoles en el Campeonato del Mundo Sevilla' 99	24
9. Atletas más destacados en los Campeonatos del Mundo	27
CAPÍTULO 2. ORIENTACIONES DIDÁCTICAS	
1. Orientaciones para el desarrollo de las actividades	31
2. La práctica del Atletismo. Recomendaciones	33
3. El calentamiento en Atletismo	36
4. Determinación de objetivos de los cuadernos de actividades .	36
4.1. Cuadernos de actividades 6-9 años	36
4.2. Cuadernos de actividades 10-12 años	41
5. Fuentes Documentales	46
CAPÍTULO 3. ORIGEN, EVOLUCIÓN Y DESARROLLO DE LAS TÉCNICAS EN LAS DIFERENTES ESPECIALIDADES.	
1. Introducción	51
2. La marcha	51
3. La carrera	52

4. El salto	55
5. El lanzamiento	68
6. Pruebas combinadas	82
7. El Maratón	84
CAPÍTULO 4. CAMPEONATO DEL MUNDO SEVILLA '99.	
1. Introducción	87
2. Saludo de Su Majestad el Rey de España al Campeonato del Mundo de Atletismo 1999 en Sevilla	88
3. Escenario incomparable. Andalucía	89
4. Sevilla, ciudad del deporte	90
5. Nacimiento de la idea y opiniones de los dirigentes institucionales sobre la candidatura de Sevilla	91
5.1. Presidente de la I.A.A.F.	92
5.2. Presidente de la Junta de Andalucía	93
5.3. Presidente de la Diputación de Sevilla	94
5.4. Alcaldesa de Sevilla	95
6. Organización	96
7. Mascota y logotipo	97
8. Un estadio para el siglo XXI	99
9. Participantes	100
10. Pruebas y horarios	101
11. Voluntarios	103
12. Control doping	105
13. Control doping en Sevilla' 99	108
14. Alojamiento	110
15. Transporte	111
16. Promoción y medios de comunicación	112
17. Seguridad	115
18. Financiación	116
19. Repercusiones deportivas	117
BIBLIOGRAFÍA	119
ANEXO I	121
ANEXO II	125

PRÓLOGO

Dicen los textos oficiales que un Mundial de Atletismo pertenece a la IAAF (Federación Internacional de Atletismo Amateur), y que este organismo cede la organización a la Federación Nacional de un país determinado, en nuestro caso a la Real Federación Española de Atletismo.

Pues bien, en lo que nos ocupa, aunque formal y oficialmente esto sea así, en la realidad el 7º IAAF Campeonato del Mundo de Atletismo Sevilla'99 ya pertenece a Sevilla y a su gente y, a pesar de ello, la IAAF y la RFEA no sólo no han perdido nada sino que han ganado a Sevilla como compañera y aliada para realizar el mejor Campeonato de la historia del Atletismo: el que marcará un antes y un después en la forma de entender la organización de un gran acontecimiento. Y en este caso hablamos, no del último gran acontecimiento del milenio, sino del acontecimiento que abre las puertas del siglo XXI.

Buena muestra de ello es la importancia que Sevilla'99 está dando a difundir, a dar a conocer el Campeonato que celebramos, especialmente entre los más jóvenes, en este caso a través de un programa educativo que pretende extender el conocimiento y la práctica de este bellissimo deporte

que es el atletismo, uno de los más antiguos de la historia de la Humanidad.

Agradezco la dedicación del equipo de expertos y profesionales que bajo la dirección de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Hispalense, han hecho posible este trabajo para Sevilla y los Sevillanos.



Alfredo Sánchez Moteseirín
Presidente del Comité Organizador
SEVILLA'99

PRESENTACIÓN

En la actualidad el deporte en sus distintas manifestaciones es un fenómeno complejo y altamente desarrollado en nuestra sociedad, con unas características cada vez más universales y con unas repercusiones muy importantes en terrenos como el social, el económico, el formativo o el político. El deporte en sus propuestas cara al ciudadano es un fenómeno valorado genéricamente como positivo. Parece lógico pensar que son los ciudadanos los que principalmente deben ser los destinatarios de la mejora en la calidad de vida que se derive de su relación con el deporte.

Tal como afirma Charles Taylor uno de los rasgos definitorios de lo que denominamos *modernidad* consiste en revalorizar la vida corriente. Esta propuesta surge como alternativa al concepto de vida heroica, arriesgada, ennoblecedora, tan ensalzada en épocas pretéritas de la historia humana. La idea de hacer mejor, de dotar de más interés la vida cotidiana representa una auténtica revolución social. Esta argumentación tiene una clara línea de aplicación en el caso del deporte y su utilización como generador de modelos sociales. El deporte es una importante fuente de personajes y de argumentos para la

sociedad contemporánea, habitualmente contados y muchas veces ensalzados por los medios de comunicación. Fenómenos tan trascendentes como la generación de una identidad colectiva, la adscripción a unos ideales o la privilegiación de determinados valores éticos, hoy están muy vinculados a la celebración de diferentes manifestaciones deportivas.

Una clara consecuencia del cambio que han representado en la práctica estas concepciones, es que de una imagen de la práctica deportiva, vinculada acaso exclusivamente a la edad juvenil, hemos pasado a aceptar que dicha práctica es asumible también para la edad madura. Por lo tanto, una primera consideración se apoya en fomentar una visión del deporte basado en su accesibilidad, su normalización, modernizando en este sentido el mensaje deportivo. El deporte en su práctica se desarrolla en base a diferentes facetas o dimensiones, hoy día ya muy analizadas y estructuradas. Así, las dimensiones básicas más aceptadas son las siguientes:

- 1) Deporte para todos
- 2) Deporte de Rendimiento
 - 2.1 Deporte de base
 - 2.2 Deporte de tecnificación y alto rendimiento deportivo
- 3) Deporte de espectáculo

Se trata de dimensiones que en un análisis general o global sobre el deporte deben contemplarse como complementarias entre sí. Aunque en sí mismas implican trabajar con objetivos, infraestructuras, concepciones y destinatarios muy diferenciados.

La iniciativa presentada en estas páginas responde a un Proyecto apoyado por la Organización del Mundial de Atletismo Sevilla'99, y en consecuencia por las instituciones integradas en ella. Se trata de desarrollar un Programa de promoción del deporte por excelencia: el atletismo, en el ámbito escolar, tomando como referencia la celebración del VII Campeonato del Mundo de Atletismo. Este evento se llevará a cabo entre el 20 y el 29 de agosto de 1999 en la ciudad de Sevilla. Esta propuesta, por tanto es la concreción de un Programa formativo, dirigido a los centros educativos de enseñanza primaria, públicos y privados, de Sevilla. Con él, fundamentalmente se persiguen los siguientes objetivos:

- a) Informar, a través de las propuestas integradas en una actividad presencial, sobre el mundo del atletismo, su historia, sus modalidades, su práctica y sus principios éticos.
- b) Motivar acerca de la práctica de diferentes pruebas atléticas, para lo cual se propondrán actividades y normas.
- c) Promocionar, en el ámbito escolar público y privado, el Campeonato del Mundo de Atletismo Sevilla'99.

Las diferentes fases o etapas que dan forma a esta iniciativa de carácter formativo son:

- 1) Elaboración de un conjunto de materiales en diferentes soportes (material escrito, material audiovisual, y material multimedia
- 2) Creación de un equipo docente que llevará a cabo la actividad presencial en los centros educativos.
- 3) Aplicación de la actividad presencial, denominada "El mejor atletismo en casa". Basada en el desarrollo, dentro del centro educativo, de un conjunto de propuestas dirigidas al

conocimiento del Atletismo con ocasión de la celebración del Campeonato del Mundo de Atletismo. Para ello se llevarán a cabo, una presentación basada en el material audiovisual, y se desarrollarán una serie de actividades a partir de los materiales escritos. Estos han sido realizados en dos versiones "Cuaderno del alumno" y "Cuaderno del profesor". Este último recoge propuestas para que los profesores puedan desarrollar "a posteriori" actividades en el marco de diferentes materias escolares. Además, en cada centro educativo quedará depositada una copia del material utilizado en la visita. Estas actividades específicamente escolares estarán complementadas con una serie de juegos y prácticas al aire libre.

Los materiales escritos (Cuadernos), dirigidos a los alumnos, cuyo diseño supone el desarrollo de actividades por parte de aquellos (no se trata de un material linealmente informativo o promocional). Estas actividades tendrán como objetivo sensibilizar y poner en contacto a los alumnos, con el mundo del atletismo, y sus diferentes facetas. Se les planteará la existencia de diferentes ámbitos de responsabilidad.

Las diferentes áreas, presentadas a continuación como vertientes necesarias para el desarrollo del Atletismo, tratan de dar una "visión desde dentro", además de buscar una referencia de conjunto para el alumno. Así, el Área Técnica integra información referida al origen, evolución y desarrollo de las técnicas en las diferentes especialidades atléticas. También se abordará una aproximación al reglamento, y al calendario y programa de competición del Mundial. La participación española en las diferentes ediciones del Campeonato del Mundo de Atletismo (7 ediciones hasta ahora), y su significación en el progreso del atletismo español, será objetivo de un tratamiento específico.

El Área Educativa hace referencia a la amplia serie de consecuencias que la práctica del atletismo conlleva, haciendo hincapié en facetas como la salud, el equilibrio mental, el ocio, la socialización, etc. El desarrollo de estos contenidos, tomará forma sobre distintos soportes. Así, "El libro de actividades" para los alumnos, que al igual del resto de los materiales, será de distribución gratuita, con un diseño atractivo y didáctico contendrá actividades e informaciones adaptadas al nivel de los alumnos. Este texto, servirá de base para la puesta en práctica de las sesiones presenciales. De tal manera que, si el vídeo tendrá un carácter fundamentalmente motivador, el texto pretenderá que el alumno conecte directamente con las temáticas propuestas, más allá de transmitir una información concreta.

El Área Organizativa recoge la estructura orgánica y funcional de los componentes integradores del Mundial "Sevilla'99". Los procesos que han dado lugar a la elección de la ciudad de Sevilla como sede de este evento. El diseño logístico, entre otros, es una de las claves en la organización de celebraciones a este nivel. Aspectos como la cobertura médica, el trabajo de los medios de comunicación, o la labor del voluntariado serán explicados con detenimiento a los receptores de este programa. Conviene tener en cuenta el interés específico que una iniciativa de estas características puede conllevar cara a la captación de ese voluntariado entre el alumnado de los centros educativos.

Este material estará complementado por el texto dirigido al profesor, en él la información es más amplia, y se sugieren propuestas de trabajo integradas en el curriculum escolar vinculadas al evento "Sevilla'99".

4) Finalmente el diseño de un material multimedia en soporte CD Rom, que está integrado por los materiales anteriores y otros complementarios, posibilitando ser consultados con la facilidad de manejo que permiten las nuevas tecnologías, completa la propuesta didáctica.

Los autores del Proyecto
Sevilla, enero de 1999.

CAPÍTULO 1

EL ATLETISMO COMO MODALIDAD DEPORTIVA

1. IDEAS INICIALES

La actividad atlética nació como consecuencia de la lucha del hombre por la supervivencia. Correr, saltar y lanzar se convirtieron muy pronto en actitudes normales de la humanidad que debía cubrir una serie de necesidades básicas.

Las primeras competiciones se desarrollaron de forma arcaica aunque respondiendo a nociones que se aplican en las competiciones actuales, en los que se combina resistencia, velocidad y fuerza.

Los primeros en desarrollar el atletismo como deporte fueron los egipcios (12ª dinastía), pronto apareció la modalidad de carrera gracias a las "Carreras de cuádrigas". En estas un hombre prestaba un báculo y corría delante de su señor abriendo paso.

Manifestaciones como ésta se dieron también en Japón, Asia Central (tribus como los Kirghizes o los turkumenes hacían juegos con ejercicios físicos como la carrera a pie, tiro con arco y otros lanzamientos). Pero fueron los griegos los que incorporaron ejercicios gimnásticos al rudimentario atletismo de la época.

La diferencia entre la carrera y el atletismo está en que éste último busca la armonía, la belleza, un sentimiento de competición más próximo a los cánones del siglo XX.

Nace el concepto de atleta (athos= recompensa). La historia recoge la fecha del año 776 a.C. como la del comienzo de la relación de vencedores olímpicos. La primera carrera fue el "estadio", éste medía 192,27 m. en Olimpia. El origen de la prueba fue una carrera de portadores de antorchas.

Contrariamente a los griegos, los pueblos del norte (Celtas y Vikingos) no supieron preservar sus eventos deportivos, éstos eran esporádicos y sin fecha fija, aunque seguro que estos pueblos tuvieron influencias sobre los ingleses, auténticos impulsores del atletismo.

La idea de competición atlética fue madurando con el paso de los años y de los siglos, introduciéndose en todas las manifestaciones deportivas.

En el desarrollo de esta primitiva forma de atletismo en el Reino Unido apareció una división clara:

Un atletismo como actividad lúdica y otro puramente profesional.

Las competiciones "profesionales" se inician a partir del año 1740:

1740: 1º récord de la hora; Thomas Carlisle 17.300 m.

1750: carrera de 4 millas entre 2 célebres corredores: Abron y Temple (100 guineas al ganador) Gana Abron.

1762: John Hague cubre 100 millas (160 km) a marcha en 23 h. 15' Josep Headley hace 9'45" en dos millas en un hipódromo.

1785: Woolft recorre en marcha 40 millas (65 km) durante 6 días consecutivos empezando a las 6 de la mañana y parando a las 6 de la tarde.

1787: Walpole se enfrenta a Pope en una milla (1.609'32 m.) ganándole con 4'30" en un hipódromo.

España se incorpora a la corriente atlética a través de los Pirineos, siendo Cataluña la zona más influida ya que pudo organizar los primeros campeonatos. La primera competición que se realizó en Barcelona fue el 9 de diciembre de 1898 organizada por un profesor de Educación Física llamado Jaume Vila.

A partir de aquí se fueron celebrando distintas competiciones hasta consolidarse y constituirse la Federación Española de Atletismo el 27 de marzo de 1920 en Bilbao. Éste mismo año, el atletismo español mandó su primera delegación a los Juegos Olímpicos: Amberes, obteniendo resultados discretos.

El primer estadio en España se construyó en 1929 y fue el estadio de Montjuïc en Barcelona, coincidiendo con la Exposición Universal, organizada en esta ciudad.

2. FEDERACIÓN INTERNACIONAL DE ATLETISMO AMATEUR. (I.A.A.F)

I.A.A.F. son las siglas de la Federación Internacional de Atletismo Amateur, la que en el marco del deporte mundial, establece las reglas relativas a la práctica del atletismo, y vela por su aplicación, asegura la promoción y desarrollo del mismo en todo el mundo y contribuye a la realización de los objetivos fijados en la **CARTA OLÍMPICA** (Código que resume los principios fundamentales, las normas y los textos de aplicación adoptados por el Comité Olímpico Internacional para

al desarrollo del Movimiento Olímpico y celebración de los Juegos Olímpicos).

Ésta se fundó como tal el 17 de julio de 1912 con motivo de los Juegos Olímpicos de Estocolmo. En esa fecha se reunieron diecisiete representantes de diecisiete países los cuales constituyeron la primera Junta Directiva de la IAAF.(International Amateur Athletics Federation). Estos fueron: Australia, Austria, Bélgica, Canadá, Chile, Dinamarca, Egipto, Finlandia, Francia, Alemania, Grecia, Hungría, Noruega, Rusia, Suecia, Reino Unido, y E.E.U.U.

En Berlín, 1913, se celebra el 21º congreso de la Federación Internacional de Atletismo, se acepta la constitución de esta Federación y la lista de miembros aumenta a 34 países.

Por ser la Federación Sueca de atletismo el motor para la creación de la Federación Internacional, en 1913 en el congreso de Berlín es elegido como primer presidente de la Federación Internacional de Atletismo el sueco J. Edström.

Edström fue presidente desde 1913 a 1946, 33 años de servicio directivo a la Federación Internacional de Atletismo.

Presidentes:

J. Sigfrid Edströms	1913-1946
Lord Burghley	1946-1976
Adriaan Paulen	1976-1981
Primo Nebiolo	1981- actualidad

3. REAL FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE ATLETISMO (R.F.E.A.)

El atletismo español inició su vida oficial en 1.915, año en que se fundó la primera Federación Regional, que fue la de

Cataluña, más tarde la de Guipúzcoa, 1.916, y no teniendo éstas un organismo superior hasta el 27 de febrero de 1.918, fecha en que se constituyó la Confederación Española de Atletismo, cambiando su nombre el 24 de julio de 1.920 por el de Real Federación Atlética Española, más tarde el 23 de mayo de 1.924 pasa a ser Real Confederación Española de Atletismo, y en mayo de 1.935 Federación Española de Atletismo.

Joaquín Agulla, fue el primer presidente y rector del atletismo español, al que le sucedieron diferentes presidentes hasta salir elegido en 1989 José María Odriozola, que sigue ocupando este cargo en la actualidad.

4. RÉCORDS DEL MUNDO

La lista inaugural de los récords del mundo es publicada en 1914, esta contaría 53 récords masculinos de carreras, vallas y relevos, 30 para marcha y carreras en ruta y 12 para concursos incluido el decatión. En esta primera lista no aparecen récords femeninos, la Federación Internacional de Atletismo los reconoce a partir de 1936. En 1987 aparecen los récords junior de aire libre y los de pista cubierta masculinos y femeninos. El número cambia durante el 30º Congreso en Montreal el 1976. Aquí aparecen 23 récords para carreras, vallas y relevos, unos 4 para pruebas de ruta, 9 para concursos más el decatión.

La lista femenina la comprenden 21 récords para carreras, vallas y relevos, 2 para ruta y 6 para concursos más el heptatlón.

Récords Masculinos

PRUEBA	ATLETA	MARCA	FECHA	LUGAR
100 m	Donovan Bailey (CAN)	9.84	27/07/96	Atlanta
200 m	Michael Johnson (USA)	19.32	01/08/96	Atlanta
400 m	Harry Reynolds (USA)	43.29	17/08/96	Zurich
800 m	Wilson Kipketer (DIN)	1:41.11	24/08/97	Colonia
1.500 m	Hicham el Guerrouj (MAR)	3.26.00	14/07/98	Roma
3.000 m	Daniel Komen (KEN)	7:20.67	01/09/96	Rieti
5.000 m	Haile Gebreselassie (ETI)	12.39.36	13/06/98	Helsinki
10.000 m	Haile Gebreselassie (ETI)	26:22.75	01/06/98	Hangelo
Maratón	Ronaldo da Costa (BRA)	2.06:05	20/09/98	Berlin
110 m.v.	Colin Jackson (GBR)	12.91	20/08/93	Stuttgart
400 m.v.	Kevin Young (USA)	46.78	06/08/92	Barcelona
3.000 m.o.	Bernard Barmasai (KEN)	7:55.72	24/08/97	Colonia
Altura	Javier Sotomayor (CUB)	2,45 m	27/07/93	Salamanca
Pértiga	Sergey Bubka (UCH)	6,14 m	31/07/94	Sestriere
longitud	Mike Powell (USA)	8,95 m	30/ 08/ 91	Tokio
Triple	Jonathan Edwards (GBR)	18,29 m	07/08/ 95	Göteborg
Peso	Randy Barnes (USA)	23,12 m	20/05/90	Westwood
Disco	Jurgen Schult (GRD)	74,08 m	06/06/86	Neubradenburgo
Martillo	Yuri Sedykh (URS)	86,74 m	30/08/86	Stuttgart
Jabalina	Jan Zelezny (RCH)	98,48 m	25/05/96	Jena
Decatlón	Dan D'Brien (USA)	8,891	05/09/92	Talence
4 x 100 m	Marsh-Burrell			
	Mitchell-Lewis (USA)	37.40	08/08/92	Barcelona
	Drummond-Cason			
	Mitchell-Burrell (USA)		21/08/93	Stuttgart
4 x 400 m	Young-Pettigrew			
	Washington-Johnson (USA)	2.54.20	22/07/98	Nueva York

Récords Femeninos

PRUEBA	ATLETA	MARCA	FECHA	LUGAR
100 m	Florence Giffith (USA)	10.49	16/07/88	Indianápolis
200 m	Florence Giffith (USA)	21.34	29/09/88	Seúl
400 m	Marita Koch (GDR)	47.60	06/10/85	Camberra
800 m	Jarmila Kratochvilova (CHE)	1.53.28	26/07/83	Munich
1.500 m	Qu Yunxia (CHI)	3.50.46	11/09/93	Beijing
3.000 m	Wang Junxia (CHI)	8.06.11	13/09/93	Beijing
5.000 m	Jiang Bo (CHI)	14.28.09	23/10/97	Shangai
10,000 m	Wang Junxia (CHI)	29.31.78	08/09/93	Beijing
Maratón	Tegla Lorupe (KEN)	2:20.47	19/04/98	Rotterdam
100 m. v.	Yordanka Donkova (BUL)	12.21	20/08/88	Stara Zagora
400 m. v.	Kim Batten (USA)	52.61	11/08/95	Göteborg
2.000 m. o.	Svetlana Rogova (RUS)	6:14.52	11/06/92	Moscú
Altura	Stefka Kostadinova (BUL)	2,09m	30/08/87	Roma
Pértiga	Emma George (AUS)	4,58m	14/02/98	Melbourne
longitud	Galina Chistyakova (URS)	7,52m	11/06/88	Leningrado
Triple	Inessa Kravets (UCR)	15,50m	11/08/95	Goteborg
Peso	Natalia Lisovskaya (URS)	22,63m	07/06/87	Moscú
Disco	Gabriele Reinsch (GDR)	76,80m	09/07/88	Neubradenburgo
Martillo	Michaela Melinte (ROM)	73,14m	15/07/98	Poiana Brasow
Jabalina	Petra Folke (GDR)	80,00m	09/09/88	Postdam
Heptatlón	Jackie Joyneer (USA)	7.291	24/09/88	Seúl
4 x 100 m	Gladish-Riege			
	Áuerswald-Gohr (RDA)	41.37	06/10/85	Camberra
4 x 400 m	Ledovskaya-Nazarova			
	Pinigina-Bryzgina (URS)	3.15.17	01/10/88	Seúl

5. COMPETICIONES

La Federación Internacional de Atletismo Amateur, como hemos visto, es la responsable y encargada, aunque delega en Federaciones

Nacionales, de organizar todos los Campeonatos Oficiales de ámbito internacional, destacando entre todos ellos, los Campeonatos del Mundo al Aire Libre, que han sido:

AÑO	CIUDAD	PAÍS
1983	Helsinki	Finlandia
1987	Roma	Italia
1991	Tokio	Japón
1993	Stuttgart	Alemania
1995	Göteborg	Suecia
1997	Atenas	Grecia
1999	SEVILLA	ESPAÑA

La primera competición organizada independientemente por la Federación Internacional de Atletismo fue la Copa del Mundo de marcha en Luga, 1961.

6. CAMPEONATOS DEL MUNDO. PARTICIPACIÓN ESPAÑOLA.

España ha presentado una delegación de atletas en todos los Campeonatos del Mundo disputados hasta ahora obteniendo grandes resultados:

— **Helsinki'83**: nuestro mayor logro fue conseguido por el gran marchador José Marín el cual ganó la medalla de plata en la final de 50 km. marcha También fueron finalistas: José Marín en 20 km marcha (4°), Antonio Corgos en longitud (7°).

— **Roma'87**: nos deparó otras alegrías con la medalla de plata de uno de nuestros mejores atletas: José Luis González en 1500 metros lisos y el bronce conseguido por José Marín nuevamente, pero esta vez en la prueba de 20 km. marcha. También fueron finalistas: Carlos Sala en 100 metros vallas (6°), Jose Alonso Valero en 400 metros valla (8°), Mari Cruz Díaz en 10 km. marcha (4°) (Campeona de Europa absoluta en 1986 en categoría junior).

— **Tokio'91**: nos trajo la primera medalla para el atletismo femenino de manos de nuestra mejor velocista y atleta, Sandra Myers que fue bronce en la prueba de 400 metros lisos. Fueron finalistas: Tomás de Teresa en 800 metros lisos (8°), Fermín Cacho en 1500 metros lisos (5°), Valentín Massana en 20 km. marcha (5°), el equipo 4x400 metros femenino (Julia Merino, Blanca Lacambra, Sandra Myers y Gregoria Ferrer) fue 7°.

— **Stuttgart'93**: en este campeonato comienzan nuestros grandes logros, un total de 5 medallas y 4 finalistas. Las medallas corrieron a cargo de: Fermín Cacho, plata en 1500 metros lisos, Valentín Massana, oro en 20 km. marcha, Daniel Plaza bronce en 20 km. marcha, Jesús Ángel García Bragado, oro en 50 km. marcha y Encarna Granados bronce en 10 km. marcha. Los finalistas fueron: Arturo Ortiz en Altura (7°), Jaime Barroso en 20 km. marcha (4°), Basilio Labrador en 50 km. marcha (5°) y Sandra Myers en 400 metros lisos (6°).

— **Göteborg'95**: comienzan a dar fruto los éxitos obtenidos en Stuttgart aunque fallan algunas de nuestras estrellas. El bagaje conseguido es de 2 medallas y 6 finalistas. Después del "triple" en Helsinki (Campeonato de Europa) nuestros maratonianos realizan un grandísimo papel en Göteborg. Así

Martín Fiz se proclamó campeón del mundo. Otro medallista habitual es Valentín Massana que en este caso consiguió la medalla de plata en 20 km. marcha. Los finalistas fueron: Fermín Cacho en 1500 metros lisos (8º), Alberto Juzgado en maratón (5º), Diego García en maratón (6º), Jesús García Bragado en 50 km. marcha (5º), Maite Zuñiga en 1500 metros lisos (8º) y Mónica Pont en maratón (6º).

— **Atenas'97**: última cita antes del gran acontecimiento de Sevilla que se saldó con los siguientes resultados: para empezar hablemos del medio-fondo, donde conseguimos dos medallas, plata y bronce en la prueba de 1500 metros lisos, Fermín Cacho y Reyes Estévez (jovencísimo campeón de Europa absoluto en 1500 metros lisos, 1998). Después hay que destacar a nuestros maratonianos que hicieron doblete en su prueba: oro para Abel Antón y plata para Martín Fiz. Nuestra ya "obligada" medalla en las pruebas de marcha la consiguió esta vez Jesús A. García Bragado, plata en 50 km. marcha. Total: 5 medallas. Los finalistas fueron: Enrique Molina en 5000 metros lisos (8º), Julio Rey en 10000 metros lisos (8º), Fabián Roncero en maratón (6º), equipo 4x100 metros (Frutos Feo, José Murcia, Jordi Mayoral y Luis Verlanga) (7º) y Maite Zuñiga en 1500 metros lisos (4º).

7. POSIBILIDADES DE LOS ATLETAS ANDALUCES EN EL CAMPEONATO DEL MUNDO "SEVILLA'99".

Con los galardones conseguidos en Campeonatos Europeos y Juegos Olímpicos esperamos que nuestros atletas andaluces y sevillanos consigan grandes resultados en nuestro Campeonato del Mundo de Sevilla'99. Estos atletas andaluces que pueden llegar al Campeonato de Sevilla'99 son:

— ENRIQUE MOLINA, 10.000 metros lisos, de la Zubia (Granada): consiguió su mejor logro en el mundial de pista cubierta celebrado en Toronto donde fue medalla de bronce en 3.000 metros lisos, 7º en los juegos de Atlanta en 1996 en 5.000 metros lisos y 8º en los Campeonatos del Mundo de Atenas en 1997 en la misma prueba además de sus grandes marcas en las pruebas de 5000 metros lisos (ex récords nacional) y 10.000 m. (6º puesto en el Europeo 98). Son sus grandes credenciales para la gran cita de Sevilla'99.

— MANUEL PANCORBO, 5.000 metros lisos, de Torredelcampo (Jaén): ha conseguido grandes logros a lo largo de su carrera, presente en dos Olimpiadas, en tres Campeonatos del Mundo y 3 Campeonatos de Europa, solo en 1998 consiguió su mejor resultado: subcampeón de Europa de 3000 metros lisos al aire libre. Por su gran final de carrera es una de nuestras bazas.

— DANA CERVANTES, pértiga (Málaga): joven saltadora que ha conseguido batir el récord nacional absoluto en 27 ocasiones y que se está consolidando dentro de la élite europea de la disciplina; se esperan grandes resultados en Sevilla. Esta será la primera vez que sea disputada de manera oficial en un Campeonato del Mundo.

— FRANCISCO FERNÁNDEZ "Paquillo", de Guadix (Granada): medalla de bronce en el Campeonato de Europa Budapest'98 en 20 km. marcha. Ganador de la prueba de 20 km. marcha en la Copa de Europa de Dudince'98. Campeón del Mundo júnior de 10 km. marcha en Sidney'96. máxima esperanza andaluza para la obtención de una medalla. Lo ha conseguido todo en categorías junior, promesas, y por lo que ha demostrado conseguirá también grandes logros en categoría absoluta.

— Otros atletas destacados:

Diego Moisés Santos en 100 metros lisos y 4x100 metros (Huelva)

José Manuel Cerezo en 800 metros lisos (Málaga)

Alejandro Cambil en 20 km marcha (Granada)

Lisette Ferri en 4x400 metros (Sevilla)

Miguel de los Santos en 110 metros vallas (Málaga)

Marco A. Rufo en 5.000 metros lisos (Sevilla)

Eduardo Vargas en 5.000 metros lisos (Sevilla)

Laura Real en 4x100 metros lisos (Sevilla)

Antonio M. Martínez en 3.000 obstáculos (Sevilla)

Isabel Siles en heptatlón (Jaén)

Mercedes Chilla en jabalina (Cádiz)

José Luis Martínez en peso (Granada)

Raúl Fernández en longitud (Sevilla)

Alejandro Ferrer en 200 metros lisos (Algeciras)

8. POSIBILIDADES DE LOS ATLETAS ESPAÑOLES EN EL CAMPEONATO DEL MUNDO "SEVILLA '99".

El plazo que la Real Federación Española de Atletismo ha marcado a los competidores nacionales para conseguir las mínimas del VII Campeonato del Mundo Sevilla '99 es el 1 de agosto, tan sólo podemos preveer una serie de nombres que posiblemente destacarán por su excelente trayectoria deportiva.

— FERMÍN CACHO. Agreda (Soria). 16.02.69 - 1,75m/65kg. Entrenador: Enrique Pascual. Campeón Olímpico en Barcelona'92 y subcampeón olímpico en Atlanta'96 en

1.500m. Recordman de Europa de 1500m al aire libre (3.28.95) y de 3000m. en pista cubierta (7.36.61). Subcampeón del mundo en Stuttgart'93 y Atenas'97 en 1500m. Campeón de Europa en Helsinki'94 y medalla de bronce en Budapest'98. Ha sido 10 veces campeón de España de 1500m. entre aire libre y pista cubierta.

— REYES ESTÉVEZ. Barcelona. 02.08.76 - 1,87m/70kg. Entrenador: Gregorio Rojo. Medalla de bronce en el Campeonato del mundo de Atenas'97 en 1500m. Campeón de Europa de 1500m. en Budapest'98. Recordman de Europa sub'23 en 1500m. (3.30.87). Campeón de Europa sub'23.

— ISAAC VICIOSA. Cervatos de la Cueva (Palencia). 26.12.69 - 1,76m/64kg. Entrenador: Eladio Barrero. Recordman de Europa de 3000m. al aire libre (7.29.34), siendo el único atleta no africano en bajar de la frontera de los 7.30.00 en la prueba. Campeón de Europa en Budapest'98 de 5000m. Ganador de la famosa Milla de Nueva York en 1995, 1997 y 1998. Representante del equipo de Europa en dos Copas del Mundo (La Habana'94 y Johannesburgo'98).

— MANUEL PANCORBO. Torredelcampo (Jaén). 07.07.66 - 1,78m/63kg. Entrenador: José de Dios. Ex-recordman de Europa de 3000m. Subcampeón de Europa de 5000m. en Budapest'98. Subcampeón de Europa de 3000m. en Pista Cubierta en Valencia'98.

— MARTA DOMÍNGUEZ. Palencia. 03.11.75 - 1,63m/52kg. Entrenador: Mariano Díez. Medalla de bronce en el Campeonato de Europa Budapest'98 en 5000m. Medalla de bronce en los Campeonatos de Europa en Pista Cubierta Estocolmo'96 y Valencia'98 en 3000m.

— ABEL ANTÓN. Ojoel (Soria). 24.10.62 - 1,79m/61kg. Entrenador: Enrique Pascual. Campeón del Mundo en Atenas'97 en marathon. Campeón de Europa de 10.000m y medalla de bronce de 5000m en Helsinki'94. Ganador de las maratones de Berlín (1996) y Londres (1998).

— MARTÍN FIZ. Vitoria. 03.03.63 - 1,69m/53kg. Entrenador: Sabino Padilla. Campeón del Mundo en Göteborg'95 y subcampeón en Atenas'97 en maratón. Campeón de Europa de Maratón en Helsinki'94. Ha vencido en 6 de las doce maratones que ha corrido desde 1993.

— FABIÁN RONCERO. Madrid. 19.10.70. 1,71m/58kg. Entrenador: Guillermo Ferrero. 6º en el Campeonato del Mundo de Atenas'97 en maratón. Recordman de España de maratón (2h07.26) y de 10.000m (27.14.44). Ganador de la Challenge Europea de 10.000 en Lisboa'98.

— VALENTÍN MASSANA. Barcelona. 05.07.70. 1,68m/51kg. Entrenador: José Marín. Campeón del Mundo en Stuttgart'93 y subcampeón en Göteborg'95 en 20km. marcha. Medalla de bronce en los Juegos Olímpicos de Atlanta'96 en 50 km. marcha. Medalla de bronce en el Campeonato de Europa de Helsinki'94 en 20 km. marcha. Recordman de España de 20 y 50 km. marcha. 10 veces campeón de España entre 20 y 50 km. marcha.

— JESÚS A. GARCÍA. Madrid. 17.10.69 - 1,71m/62kg. Entrenador: Jordi Llopart. Campeón del mundo en Stuttgart'93 y Subcampeón de Atenas'97 en 50 kms. marcha. Ganador de la prueba de 50 km. marcha en la Copa del Mundo de Podebrady'97, siendo segundo (en la misma prueba) en las ediciones de Monterrey'93 (Mexico) y Pekín'95. Ganador de la

prueba de 50 km. marcha en la Copa de Europa de La Coruña'96 y segundo en Dudince'98.

— JULIA VAQUERO. Chamonix (Francia). 18.09.70 - 1,61m/50kg. Entrenador: Alfonso Ortega. Recordwoman de España de 3000m. (8.41.23), 5000m. (14.44.95) y 10.000m. (31.14.52). 7 veces campeona de España de Campo a Través (desde 1992 hasta 1998).

Todos estos atletas se preparan actualmente para estar en su mejor forma física y conseguir el mayor número de medallas para nuestro país.

La pretensión de la Federación es superar los logros del Campeonato del Mundo de Atenas '97, donde se consiguieron cinco medallas.

9. ATLETAS MÁS DESTACADOS EN LOS CAMPEONATOS DEL MUNDO.

En lo que a categoría masculina se refiere, hay que destacar por encima de todos a varios atletas que han conseguido con sus logros, engrandecer el deporte olímpico por excelencia: el atletismo. Algunos de éstos atletas son:

— Carlton Frederik Lewis (Carl Lewis): posiblemente el mejor atleta de todos los tiempos. Además de sus logros en los Juegos Olímpicos y de sus récords del mundo, Carl Lewis ha sido el atleta masculino que más medallas ha conseguido a lo largo de los 4 primeros campeonatos celebrados hasta ahora: 1983 Helsinki: oro en 100 metros lisos, en 4x100 metros y en longitud. En 1987 en Roma: oro en 100 metros lisos (descalificado Ben Johnson), en 4x100 metros y longi-

tud. En 1991 en Tokio: oro en 100 metros lisos y 4x100 metros y plata en longitud. Y en 1993 en Stuttgart: 4º puesto en 100 metros lisos y bronce en 200 metros lisos.

— Sergey Bubka: Ucrania, considerado el mejor saltador de pértiga de la historia, primer hombre en conseguir franquear la barrera de los 6 metros. Recordman mundial de pértiga, batió el récord del mundo en más de 35 ocasiones. Aunque en los Juegos Olímpicos sólo ha conseguido ser una vez Campeón Olímpico, en los Campeonatos del Mundo ha sido el dominador de la prueba de forma aplastante: 6 veces Campeón del Mundo en los 6 Campeonatos celebrados hasta ahora (83-87-91-93-95-97).

— Marlene Ottey: Jamaica. Se puede afirmar sin miedo a equivocarse que la atleta más destacada en categoría femenina es la grandísima velocista Marlene Ottey, llamada la "dama de bronce". Esta atleta tiene en su palmarés 14 medallas en los 6 Campeonatos del Mundo celebrados hasta ahora, aunque sólo en tres de éstas ha sido medalla de oro. En Helsinki'83: 4º en 100 metros lisos, plata en 200 metros lisos y bronce en 4x100 metros; En Roma'87: bronce en 100 y 200 metros lisos; En Tokio'91: bronce en 100 y 200 metros lisos y oro en 4x100 metros; En Stuttgart'93: plata en 100 metros lisos, oro en 200 metros lisos y bronce en 4x100 metros; En Göteborg'95: plata en 100 metros lisos y 4x100 metros, y oro en 200 metros lisos, En Atenas'97: bronce en 200 metros lisos.

— Javier Sotomayor: Cuba, nació el 13 de octubre de 1967. Fue el primer hombre en franquear 2,44 metros en 1989. Medalla de oro en los Juegos Olímpicos de Barcelona de 1992, con 2,34 metros. En 1993 batió el récord del mundo con un salto de 2,45 metros.

— Michael Jonhson: Estados Unidos, nació el 13 de septiembre de 1967. Corredor de velocidad, pulverizó el récord del mundo de 200 metros con un tiempo de 19" 32 centésimas, y colocó el récord olímpico de 400 metros en 43" 49 centésimas. Ha sido el primer hombre en ganar las dos distancias en los mismos Juegos Olímpicos, Atlanta 1996. Campeón del mundo de 200 metros en dos ocasiones, 1991 y 1995, y tres veces campeón del mundo en 400 metros, 1993, 1995 y 1997.

— Heike Drechsler: Alemania, nació el 16 de diciembre de 1964. Saltadora y velocista colocó el récord del mundo de salto de longitud en 7,93 metros en 1988. Campeona del mundo de salto de longitud en 1983 y 1993. Medalla de oro en los Juegos olímpicos de Barcelona en 1992 en esta misma modalidad. Medallas de plata en longitud y bronce en 100 y 200 metros, en la Olimpiada de Seúl en 1988. Actualmente está retirada.

— Haile Gebreselassie: Etiopía. Corredor de 5.000 y 10.000 metros destaca a nivel internacional en 1992 ganando la final de 5.000 metros del Campeonato del Mundo Junior. Posee catorce plusmarcas mundiales en los cuatro últimos años. En 1998 recuperó los récords del mundo de 5.000 y 10.000 metros que ostenta en la actualidad con 12' 39" 36 y 26' 22" 75 centésimas respectivamente. Es uno de los favoritos para el oro de dichas pruebas en Sevilla.

Los países más importantes y representativos en el medallero son Estados Unidos, Gran Bretaña y Alemania.

CAPÍTULO 2

ORIENTACIONES DIDÁCTICAS

1. ORIENTACIONES PARA EL DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES.

El movimiento se encuentra en la base de toda la evolución y desarrollo de los alumnos/as de primaria, siendo el desarrollo psicomotor requisito de todos los aprendizajes escolares.

Las actividades psicomotrices y de Educación Física de Base que se proponen corresponden a dos bloques de edad 6-9 y 10-12 años y no configuran dentro del tercer nivel de concreción (programación de aula) una Unidad Didáctica en si misma. Siendo la finalidad principal de las mismas que los alumnos/as vivan el atletismo y concretamente el Mundial de Sevilla 99 como un centro de interés , variable en tiempo y forma según las características de cada centro y con una visión amplia, no limitándose a una práctica de carreras, saltos y lanzamientos sino aprovechar este acontecimiento como un recurso más para todo el proceso de enseñanza.-aprendizaje.

De las actividades propuestas algunas son para realizar en clase (rellenar, dibujar, observar, etc.) y otras para vivenciar en la práctica de gimnasio o patio del colegio, pero en todas debemos tener presente:

1º El carácter global e interdisciplinar de las mismas,

sacándole el máximo de posibilidades de relación con todas las áreas de primaria.

2º Fomentar la exploración y experimentación en el trabajo de aula y en el gimnasio o patio.

3º La verbalización de las actividades debe estar integrada en todo el proceso educativo de enseñanza-aprendizaje, es decir, antes, durante y después de su realización.

4º Procurar que las actividades propuestas den respuesta a la diversidad del grupo/clase no discriminando por sexo o nivel de habilidad motriz.

5º Introducir y relacionar el atletismo Mundial- Sevilla 99, con los temas transversales de educación del consumidor (publicidad de material deportivo, etc.). Educación para la igualdad (estereotipos sexistas) por lo que hay que tratar de potenciar la coeducación en todas las actividades. Educación para la paz (potenciando el respeto, solidaridad, participación) y así en todos los demás temas transversales.

6º La realización y creación de otros materiales por los propios alumnos/as, relacionados con el atletismo y Sevilla 99, reforzará el valor educativo de esta propuesta.

Las actividades se presentan en los cuadernos correspondientes mediante cuatro bloques de contenidos, los tres primeros hacen referencia a las carreras, saltos y lanzamientos, el cuarto está relacionado con la organización del mundial Sevilla '99.

La numeración de las actividades no significa que estén secuenciadas en grado de dificultad, teniendo el profesor la posibilidad de seleccionar de cualquier bloque según la edad y nivel del curso.

2. LA PRÁCTICA DEL ATLETISMO. RECOMENDACIONES.

Es necesario organizar la forma de vida del niño, la actividad escolar y el medio ambiente para crear las condiciones y actitudes más favorables para su normal desarrollo y eliminar las posibles influencias perjudiciales.

Debemos destacar la imprescindible colaboración que debe existir entre los profesores de Educación Física en las escuelas y el trabajo profiláctico-terapéutico de los médicos generales y pediátricos.

Así, los profesores de Educación Física deben:

1. Asegurarse de que los alumnos/as han pasado los reconocimientos mínimos de salud.
2. Dosificar el trabajo en función de la edad, desarrollo corporal y las destrezas motrices.
3. Agrupar a los escolares en distintos niveles para actividades deportivas regladas.
4. Procurar una progresiva mejora del rendimiento físico.
5. Elegir el momento de iniciar las competiciones a nivel intra o extraescolar.
6. Individualizar la clase de Educación Física para aquellos escolares que presenten unas incapacidades o minusvalías conocidas.
7. Establecer los descansos necesarios en relación con el calendario escolar y las actividades docentes de otras disciplinas.

A nivel médico es importante:

1. Conocer la tolerancia al ejercicio de los niños.
2. Informar sobre las necesidades energéticas y sobre las particularidades de la alimentación a los padres/tutores/niños.
3. Evaluar la cronobiología del desarrollo de los escolares.
4. Informar al profesor de Educación Física de posibles problemas de los niños.

Ejercicios aeróbicos y anaeróbicos.- Básicamente al realizar una actividad física, ésta puede ser de dos tipos:

— El ejercicio aeróbico: estas actividades generan en el organismo una capacidad de resistencia, lo cual mejora la práctica de ejercicio en los que el esfuerzo se mantiene durante un tiempo más o menos prolongado. Son ejercicios aeróbicos: caminar, carrera continua, ciclismo, natación, etc. Su práctica contribuye a mejorar el sistema vascular y la capacidad respiratoria.

— El ejercicio anaeróbico: su práctica va dirigida a aumentar la potencia muscular y la capacidad de reacción del deportista. Supone invertir una gran cantidad de energía en un periodo corto de tiempo. Su práctica desarrolla la musculatura y la fuerza. Son ejercicios anaeróbicos: el levantamiento de pesas, la carrera de velocidad, el salto, etc.

Desde un punto de vista formativo estos dos tipos de ejercicios deben combinarse y complementarse entre sí.

La práctica del **atletismo** influye positivamente en el organismo, contribuye al perfeccionamiento de las cualidades y los hábitos motores necesarios, y tienen una gran importancia aplicada.

Los aspectos más interesantes en la higiene en la edad escolar podrían ser:

— La ropa de los deportistas en verano debe ser ligera y de color preferiblemente claro, si el tiempo es lluvioso, se debe utilizar tejido impermeable y que proteja del viento. En invierno se debe entrenar abrigado (ropa gruesa, incluso si fuera necesario con gorro y guantes de lana).

— El calzado. Las zapatillas de entrenamiento debemos procurar que sean ligeras, con suela blanda, el talón sensiblemente más elevado que la punta y que sean transpirables. Se deben utilizar calcetines finos, para evitar rozaduras. Para las pruebas de velocidad, saltos, medio-fondo y fondo se utilizan zapatillas de clavos, especializadas en la prueba que se vaya a realizar. En las pruebas de marcha y gran fondo se utilizan zapatillas muy ligeras y en los lanzamientos utilizan zapatillas especializadas, las cuales tienen una suela gruesa y material duro.

— La alimentación. En las comidas se debe tener en cuenta, que sean ricas principalmente de carbohidratos, seguido de las proteínas y por último de grasas. El alimento debe ser rico en productos que contengan: proteínas, carbohidratos, vitaminas, fósforo y sobre todo en la mujer es muy importante el aporte de hierro.

— La importancia del agua y las sales minerales. Se debe beber mucha agua antes, durante y después del entrenamiento, aunque no se tenga sed, para no quedarse deshidratado. El agua es fundamental en el organismo, su ingestión es más importante incluso que la alimentación. (Se puede aguantar muchos más días sin comer que sin beber). Con respecto a los minerales son muy importantes para tener suficiente energía. Se recomienda beber al menos 3 litros de agua, desde las dos horas antes de comenzar el entrenamiento hasta media hora después de finalizarlo.

3. EL CALENTAMIENTO EN ATLETISMO.

El calentamiento en Atletismo se compone de tres partes diferenciadas: carrera continua, flexibilidad y ejercicios localizados.

Las tres partes tienen como objetivo preparar el organismo para el ejercicio específico.

La carrera continua se desarrollará de forma suave, la duración variará dependiendo de la especialidad del atleta (entre 5' y 25').

La parte de flexibilidad se compone de ejercicios de estiramientos realizados de forma suave sobre todo del tren inferior. Su duración es de 5'-10' aproximadamente.

La parte de ejercicios localizados engloba tanto los ejercicios de movilidad articular (tobillos, rodillas, caderas, hombros, etc.) como los de técnica de carrera (skipping). Éstos serán los ejercicios más específicos y se desarrollarán dependiendo de la especialidad. Su duración ronda los 10 minutos.

4. DETERMINACIÓN DE OBJETIVOS DE LOS CUADERNOS DE ACTIVIDADES.

4.1 CUADERNO DE ACTIVIDADES 6-9 AÑOS.

Comprende cuatro bloques: aprendemos a correr, aprendemos a saltar, aprendemos a lanzar y aprendemos a organizarnos. Dentro de cada bloque se proponen actividades que serán globales o interdisciplinarias con las siguientes áreas de conocimiento:

- Lengua. Dando a conocer un vocabulario técnico y desarrollando aspectos formales del lenguaje verbal y no verbal.

- Conocimiento del Medio Natural, Social y Cultural. A través del conocimiento del cuerpo humano contactaremos con la naturaleza y vivenciaremos el entorno más cercano. La implicación cultural del Campeonato del Mundo es muy importante en la ciudad de Sevilla.
- Educación Artística. Las actividades están directamente relacionadas con la composición plástica, la elaboración pretecnológica, el movimiento rítmico, expresión corporal y danza.
- Matemáticas. Formas en el espacio, Regularidad, Simetría, Orientación y Representación.

Bloque I. APRENDEMOS A CORRER.

La carrera es la forma más elemental y básica de los movimientos locomotores, pero no tenemos que preocuparnos por los aspectos cuantitativos o técnicos de la ejecución, sino de todas aquellas manifestaciones que nos indican el nivel madurativo de los niños/as. De ahí la importancia de los aspectos perceptivos de uno mismo, de las posibilidades de movimiento y la percepción del entorno como aspectos fundamentales en la carrera, luego es necesario que los niños dominen y comprendan las diversas nociones relativas al espacio, el tiempo y la estructuración espacio-tiempo.

Actividad I.- "¿Quién corre rápido y quién corre lento?". Tiene por objetivo la vivencia general del espacio y del tiempo por lo que se trabajarán los conceptos de delante-detrás, derecha-izquierda, lento-rápido, mucho-poco.

Actividad II.- "Islas". Trata de que los alumnos mejoren el ritmo, la frecuencia y amplitud en la carrera, primero correrán

libremente y después tratarán de dar el mismo número de pasos entre los distintos aros.

Actividad III.- "Blanco y negro". Juego cuyo objetivo es mejorar la velocidad de reacción.

Actividad IV.- "Pelota en carrera". Trata de coordinar las acciones de correr y saltar en situaciones cambiantes.

Actividad V.- "Relevos". Trata de coordinar movimientos amplios y cuantitativos (motricidad gruesa) con movimientos de habilidad manual (motricidad fina).

Actividad VI.- "Mantener la estructura". Implica la percepción del entorno cambiante puesto que los 7 compañeros como estructura tienen que tratar de tocar a los compañeros en movimiento. Este juego implica a nivel de carrera un trabajo de velocidad-resistencia.

BLOQUE II. APRENDEMOS A SALTAR.

El salto considerado en un sentido amplio significa un despegue del suelo, es decir que el cuerpo queda suspendido en el aire durante un determinado tiempo. En todo salto podemos distinguir las fases de impulso, vuelo y caída y pueden ser en altura, longitud y combinados.

Pero en el campo educativo el salto permite reconocer si existe una maduración adecuada a la edad, a nivel de motricidad fina y gruesa, pues la insuficiencia de coordinación en el salto es un síndrome de inestabilidad motriz general que comprende defectos cualitativos de una interacción imperfecta senso-neuro-muscular.

Actividad I.- "¿De qué eres capaz?". Sobre la percepción de uno mismo y de sus posibilidades, el alumno tendrá que marcar lo que considera que es capaz de realizar o no.

Actividad II (1ª Parte).- "Corto-largo". Tratamos de que los alumnos perciban los conceptos de corto-cerca o lejos de uno mismo con respecto a la posición de un objeto.

Actividad II (2ª Parte). "Corto-largo". Comprende la representación gráfica de trayectorias cortas y largas.

Actividad III.- "Sopa de letras". Percepción visual de las letras y capacidad para configurar palabras.

Actividad IV.- "Batida y caída". Coordinar la carrera y salto con precisión en la caída y descubrir todas las formas posibles de salto con una pierna, con las dos etc.

BLOQUE III. APRENDEMOS A LANZAR.

Los lanzamientos implican una acción de lanzar o arrojar un objeto sobre el entorno con impacto del mismo y desarrollan un proceso cognitivo de "llegar sin ir" e implicando una representación mental de unas trayectorias.

Los lanzamientos serán fundamentales para el conocimiento y control del propio cuerpo incidiendo en la afirmación de la lateralidad, y los elementos que le van a caracterizar son la velocidad, la distancia y la precisión.

Actividad I.- "¿Qué cosas puedes lanzar?". Consiste en la identificación de los objetos que pueden ser lanzados con las manos.

Actividad II.- "¿Quién lanza más lejos?". Desarrollo gráfico a través de las trayectorias de la pelota.

Actividad III. "Crucigrama". Rellenar las casillas con peso, disco, martillo, jabalina.

Actividad IV.- "El saco". Identificación del lanzamiento.

Actividad V.- "Tipos de lanzamientos". Identificar los diferentes tipos de lanzamientos.

BLOQUE IV.- APRENDEMOS A ORGANIZARNOS.

Este bloque comprende una serie de actividades para que los alumnos/as comprendan que en un campeonato de atletismo están implicados todos los sectores de una ciudad y que no es tan simple la organización de un evento de estas características, por otra parte hacer ver como la participación puede ser de diferentes formas y todas igual de importantes.

Actividad I.- "Sopa de letras". Identificar las palabras relacionadas con la organización.

Actividad II.- "Colorear y relacionar". Colorear e identificar cada palabra con su dibujo.

Actividad III.- "Colorear y adivinar". Colorear y escribir las funciones de cada dibujo.

Actividad IV.- "Sopa de palabras". Identificación de todo lo relacionado con el mundial. No corresponden a la organización los siguientes términos: saltómetro, cronómetro, martillo, disco, calzonas y pértiga.

Actividad V.- "Circuito del Maratón". Dibuja el circuito de Maratón de otro color e indica qué monumentos están dentro y fuera del recorrido.

Actividad VI (1ª y 2ª Parte) .- "Montaje escénico". Expresar y representar las funciones de los participantes en la organización del mundial.

4.2. CUADERNO DE ACTIVIDADES 10-12 AÑOS.

Comprende cuatro bloques: vamos a correr, vamos a saltar, vamos a lanzar y vamos a organizarnos. Dentro de cada bloque se proponen actividades que serán interdisciplinares con las siguientes áreas de conocimiento:

- Lengua. Dando a conocer un vocabulario técnico y desarrollando aspectos formales del lenguaje verbal y no verbal.
- Conocimiento del Medio Natural, Social y Cultural. A través del conocimiento del cuerpo humano contactaremos con la naturaleza y vivenciaremos el entorno más cercano. La implicación cultural del Campeonato del Mundo es muy importante en la ciudad de Sevilla .
- Educación Artística. Las actividades están directamente relacionadas con la composición plástica, la elaboración pretecnológica, el movimiento rítmico, expresión corporal y danza.
- Matemáticas. Formas en el espacio, regularidad, simetría, orientación y representación.

BLOQUE I: "VAMOS A CORRER".

Ya hemos aprendido que la carrera es una forma elemental de desplazamiento, y deberemos empezar a preocuparnos por mejorar su técnica. A pesar de ello no es necesario orientar la clase en función de ejercicios de aplicación y de asimilación, que aunque no deberemos desechar, si que podemos "enmascarar" a través de juegos y actividades lúdicas.

El factor competitivo queda relegado a un segundo plano, dando preferencia a los componentes de diversión y participación.

En este bloque se trabajarán aspectos relacionados con la carrera: lisas, obstáculos, vallas y marcha.

Actividad I.- "Salida sorpresa". El objetivo es la introducción del concepto de velocidad de reacción, factor indispensable para las carreras de velocidad.

Actividad II.- "Correr entre bancos suecos". Trataremos de introducir a los alumnos-as a las carreras de obstáculos, realizando un trabajo de carreras salvando los bancos. Mejoraremos aparte de la condición física del salto, la coordinación y la percepción espacial.

Actividad III.- "Marchando". Todos colocados en filas marchamos haciendo eses con los brazos en jarras o en cruz. Básicamente se pretende incidir sobre la oscilación de cadera a la hora de marchar.

Actividad IV.- "Vallas". Pretendemos la asimilación global de la carrera indicando factores elementales de esta técnica como son: la elevación de rodillas o el braceo.

Actividad V.- "Cuartelero". Aquí incidiremos en el paso de un obstáculo sin pisarlo, en este caso, el obstáculo será un compañero-a. Fomentaremos el trabajo cooperación-oposición. Lo más importante en este juego será el que el niño-a pierda el miedo al paso de un obstáculo (una valla).

Actividad VI.- "Pasar el reloj". Comenzaremos a trabajar el concepto de relevos transformando el testigo en cualquier otro elemento que pueda portarse en la mano. La percepción del entorno para localizar a nuestros compañeros y los factores cooperativos están presentes en el juego.

Actividad VII.- "Imitar al Jefe". Trabajaremos la técnica de marcha, ya que no estará permitido correr. Desarrollaremos

a la vez la atención y la coordinación espacio-temporal, ya que los grupos no deben interceptarse.

Actividad VIII.- "Pulsaciones". Tomamos pulsaciones antes y después de una carrera que durará cinco minutos. El profesor/a dará la señal de salida, y los alumnos/as deberán parar cuando crean que han transcurrido esos cinco minutos.

BLOQUE II: "VAMOS A SALTAR".

El salto es otra habilidad básica que se convierte en indispensable en nuestra vida cotidiana. En el atletismo, como ya sabemos se trabaja sobre los saltos en altura y en longitud. Existen cuatro pruebas de saltos, de las cuales tan sólo trabajaremos sobre dos: longitud y altura. Las otras dos especialidades, triple y pértiga son de un impacto muy grande y no se aconseja en estas edades.

Todos los aspectos coordinativos de segmentos corporales (brazos-pies), son imprescindibles para la correcta ejecución de los saltos.

Actividad I.- "Saltos encadenados". Tiene como objetivo el desarrollo de la habilidad del salto en horizontal e introducir a los alumnos-as a estas pruebas. La coordinación brazos-pies es otro objetivo de esta actividad.

Actividad II.- "Tocar objetos". Este juego pretende desarrollar las capacidades implícitas en el salto de altura como es el detente vertical.

Actividad III.- "Medir mi salto". En esta ocasión haremos partícipe al alumno-a de su propia progresión, dándole a conocer los avances de sus saltos. No es necesario que se use una cinta métrica, se puede señalar con una tiza sobre cualquier pared.

Actividad IV.- "Salto en el foso o colchoneta". Saltar al foso o colchoneta con dos piernas desde parado. Salto de longitud.

Actividad V.- "Salto de tijera sobre la goma". Colocados, al menos, por tríos saltamos a tijera variando la altura.

BLOQUE III: "VAMOS A LANZAR".

Los lanzamientos son las técnicas más peligrosas del atletismo. Por ello intentamos simplificarlas al máximo, no obviando ninguna de ellas. Hemos modificado el material, ya que es de las pruebas que mayores riesgos entraña. Con el uso alternativo de discos voladores, pelotas de tenis, o balones metidos en redes, modificamos la situación real sin desfigurar la técnica.

Actividad I.- "Formas de Lanzar". Pondremos a los alumnos-as en contacto con los implementos que pueden ser lanzados y que no impliquen un peligro físico. Mediante la búsqueda podremos plantearles que inventen formas de lanzar, y trabajaremos los diferentes grupos musculares implicados en los lanzamientos. De igual forma afianzaremos las habilidades básicas como son las del lanzamiento.

Actividad II.- "Disco". Como objetivo nos planteamos el lanzamiento de disco, y para introducir el factor lúdico cambiamos el implemento por un disco volador. Los sistemas de agarre deben ser por debajo, para que el lanzamiento sea más fácil y por encima, para acercarnos más a la técnica real del lanzamiento del disco.

Actividad III.- "Pelota de tenis". Para el lanzamiento de jabalina podremos usar pelotas de tenis, o jabalinas de goma-

espuma. Intentaremos, mediante huellas enseñar los últimos apoyos del lanzamiento de jabalina.

Actividad IV.- "Lanzamientos con giros". Trabajaremos más concienzudamente dos habilidades a la vez: lanzamientos y giros. La coordinación es otro factor que desarrollaremos con ésta actividad.

BLOQUE IV: VAMOS A ORGANIZARNOS.

En este bloque queremos saber si el alumno-a ha captado la esencia de los aspectos organizativos del Mundial Sevilla '99, para ello proponemos actividades más sedentarias, que algunas se pueden realizar en el aula, pero que otras deben trasladarse a la realidad.

Actividad I.- "Sopa de letras". Trataremos de que el alumno-a trabaje la atención selectiva y la precisión o motricidad fina.

Actividad II.- "Circuito del Maratón". Coloca los nombres de los monumentos en los espacios. Figura en el anexo I, Circuito de Maratón y Marcha.

Actividad III.- "Gran juego del mundial". Esta actividad tiene dos partes, en la primera tendremos que elaborar el tablero y la batería de preguntas. En la segunda parte jugaremos sobre el tablero. Para ello un grupo (cuatro personas), organiza el juego y actúa como juez, y otra parte del grupo ejecuta el juego. Pueden intercambiar los papeles en una nueva sesión.

Actividad IV.- "Montaje escénico". Es la que exige una organización más complicada, con lo que estamos desarrollando el trabajo en grupo. El montaje escénico requiere un líder que dirija, y colaboración por parte de todos los compañeros.

5. FUENTES DOCUMENTALES.

Con el ánimo de mantener actualizada la información sobre Educación Física y Atletismo hemos seleccionado una serie de fuentes documentales, revistas específicas, fuentes de acceso a listas, revistas y publicaciones electrónicas, videos y libros para los que deseen conocer más sobre todo lo relacionado con el atletismo.

A) Revistas específicas.

- **Apunts:** Educación Física y Deportes. Barcelona. Generalitat de Catalunya. Instituto Nacional de Educación Física.
- **Elide:** Anaya. Madrid.
- **Habilidad Motriz.** Colegio Oficial de Profesores y Licenciados en Educación Física. Andalucía. Córdoba.
- **Investigación en Ciencias del Deporte.** Consejo Superior de Deportes. Madrid.
- **Motricidad.** Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. Granada.
- **Perspectivas de la Actividad Física y el Deporte.** Instituto Educación Física. Castilla León.
- **Revista de Educación Física. Renovar la teoría y la práctica.** La Coruña. Boidecanto.
- **Revista Española de Educación Física y Deportes:** Consejo General del Colegio Oficial de Profesores y Licenciados en Educación Física. Madrid.
- **El Patio de Asemef.** Asociación Sevillana de Maestros de Educación Física.

- **Atletismo Español.** Real Federación Española de Atletismo.

B) Fuentes de acceso a listas (Páginas web).

- **Campeonato del Mundo de Atletismo Sevilla '99.** Federación Internacional de Atletismo.
<http://www.iaaf.org>
- **Ayuntamiento de Sevilla.**
<http://www.sevilla.org/sev99.html>
- **Instituto Andaluz del Deporte.**
E-mail: yolmedo@uida.es
<http://www.uida.es>
- **Información sobre olimpismo.**
<http://www.blues.uab.es/olympic.studies>
- **Eventos y competiciones deportivas.**
<http://www.elpais.es/p/d/temas/calen98.html>
<http://www.sportec.com/index/agenda.html>
- **VII Campeonato del Mundo de Atletismo.**
E-mail: sevilla99@sevilla99.org

C) Revistas y publicaciones electrónicas.

- **Lecturas: Educación Física y Deportes, Revista Digital.**
<http://www.sirc.ca/revista>
- **Askesis.**
<http://www.akesis.arrakis.es>
- **Boletín de Información y documentación "Deporte Andaluz".**
<http://www.uida.es>

- Educación Física y Deporte en la Red.
<http://www.luanet.com>

D) Listas de revistas electrónicas sobre deporte y temas relacionados.

El siguiente listado es de revistas electrónicas a las cuales puedes suscribirte usando la dirección que indicamos:

Con la dirección <http://www.listserv@uida.es> puedes acceder a:

- Proyecto Sportcom. Deporte en Castellano.
- Historia del Deporte y la Educación Física.

Con la dirección <http://www.listserv@listserv.rediris.es> puedes acceder a:

- La Educación Física en España.

Con la dirección <http://www.listserv@server.unicamp.br> puedes acceder a:

- Recreación y Juego

Con la dirección <http://www.listserv@vm.tau.ac.il> puedes acceder a:

- Información y Documentación Deportiva.

E) Videos de Atletismo.

- Correr en Sevilla. (Facultad de Ciencias de la Educación. Universidad de Sevilla).
- Videos IAAF.
- Campeonato del Mundo Junior. Sidney '96.
- Final Grand Prix IAAF.

- Campeonato del Mundo de Medio Maratón, Palma de Mallorca '96.
- Campeonato del Mundo de Cross. Marrakech, 21 y 22 de Marzo de 1998.

F) Libros. Últimas publicaciones de la Real Federación Española de Atletismo.

- **Atletismo 1: Carreras y Marcha.** Editado: por la RFEA (3ª edición). Autores: Julio Bravo, Mariano Gª Verdugo, Francisco Gil, Luis M. Landa.
- **Reglamentación Temporada 1998/99.** Editado: por RFEA.1998.
- **100 años de maratón olímpica 1896-1996.** Editado: por RFEA con el patrocinio de NIKE. Autor: Pedro Escamilla.
- **El Maratón. Aspectos técnicos y científicos.** Editado: por Alianza Deporte (Alianza Editorial; Consejo superior de Deportes y Ayuntamiento de Jerez). Autores: Fermín Plata, Nicolás Terrados y Pedro Vera.
- **Cómo correr el Maratón.** Editado: por Martínez Roca. Autor: Hal Higdon.
- **La Medicina Natural aplicada al Deporte.** Editado: Soria Natural. Autor: Javier Macarrón.

CAPÍTULO 3

ORIGEN, EVOLUCIÓN Y DESARROLLO DE LAS TÉCNICAS EN LAS DIFERENTES ESPECIALIDADES

1. INTRODUCCIÓN.

A continuación vamos a desarrollar de una manera lo más sencilla posible las diferentes cuestiones técnicas en cada una de las cuatro especialidades del atletismo: marcha, carreras, saltos y lanzamientos. Pretendemos dar más una visión global que se adapte a la realidad de la iniciación del atletismo, no una visión tecnicista y analítica. Cada descripción técnica estará acompañada de ilustraciones de la secuencia técnica, donde se muestra la fórmula más idónea, pero tan sólo como orientación.

2. LA MARCHA.

Existen hasta el momento tres pruebas de marcha en el programa olímpico, dos son masculinas (20 y 50 Km) y una femenina (10 Km. aunque en 1999 cambiarán a 20 Km.). Todas se celebrarán en ruta aunque finalizarán en el estadio.

— **Aspectos reglamentarios:** Existen dos aspectos fundamentales a nivel de reglamento:

- a) la pierna de apoyo debe mantenerse extendida.
- b) al menos uno de los dos pies debe estar apoyado en el suelo en todo momento.

— **Fundamentos Técnicos:** La marcha es una prueba natural que por circunstancias técnicas se convierte en antinatural. La técnica para la marcha es más complicada de lo que aparenta. Los apoyos deben ser muy activos en el suelo, "flotando" todo el pie sobre el mismo suelo desde el talón hacia la punta, traccionando hacia atrás. La pierna de apoyo se mantiene extendida sólo pudiendo ser flexionada cuando abandona el suelo. Los apoyos se hacen en línea recta casi cruzándose, el braceo es muy enérgico y se realiza bloqueándolos a la altura de los hombros.

Para la marcha lo más importante no es la amplitud de zancada sino la frecuencia gestual de la misma. Hay que intentar que las caderas sigan una línea recta horizontal con un movimiento de adelante-abajo.

Podéis consultar el recorrido de la marcha en el anexo I.

3. LA CARRERA.

La carrera también es una acción natural y dentro del Atletismo la podemos dividir en:

- Carreras de velocidad y relevos (100, 200, 400, 4x100, 4x400 metros).
- Carreras de medio-fondo (800 y 1500 metros lisos).
- Carreras de fondo (5000, 10000 metros lisos y Maratón).

- Carreras de vallas (100, 110 y 400 metros).
- Carreras de obstáculos (3000 metros).

— **Aspectos reglamentarios:** fundamentalmente dentro de las carreras son los siguientes:

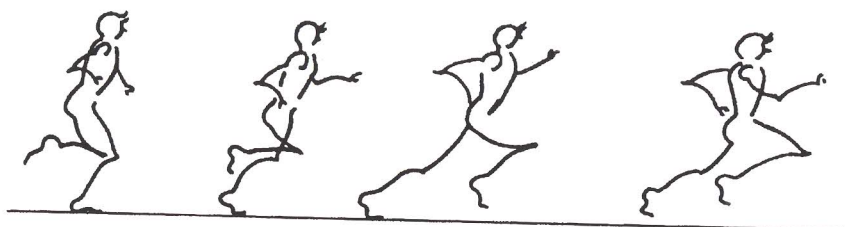
- Carreras de velocidad: se realizarán por calles.
- Carreras de medio-fondo: 800metros lisos se corre la primera curva por calles y después por calle libre.
- Carreras con vallas: en todas las pruebas se enfrentarán a diez vallas a diferentes alturas y distancias.
- Obstáculos: se corre por calle libre salvando cinco obstáculos por vuelta, cuatro serán normales y uno será la ría.
- Fondo: se corre por calle libre menos la Maratón que se celebra en ruta y se termina en el estadio.
- Relevos: el testigo se intercambiará en la zona que tiene una medida de veinte metros.(total 3). El 4x100 metros se corre por calles y cada atleta corre 100m. Existe una zona de transmisión de testigo que mide 20m y una zona anterior de 10m que se denomina prezona, la cual nos sirve para acelerar.
- 4x400 metros el primer relevista corre por calles, el segundo la primera curva por calles y el resto por calle libre.

— **Fundamentos Técnicos:** La técnica de carrera es circular, el tobillo tiene que realizar un movimiento circular al realizar la zancada, para ello hay que elevar las rodillas.

En velocidad la salida se realizará con tacos (apoyos metálicos cubiertos de tartán para una mejor tracción).

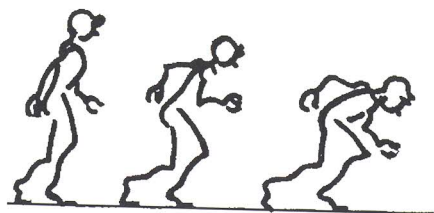


La carrera se compone de 4 partes: Amortiguación, sostén, impulsión y aérea.



En las vallas la carrera es similar aunque hay que franquear 10 vallas, ésta debe ser mucho más rítmica que en la carrera normal. La pierna que pasa la valla en primer lugar se llama pierna de ataque, y la otra se llama pierna de abducción. La de ataque pasa casi extendida y busca el suelo rápidamente y muy rígida, la de abducción pasa casi paralela al suelo.

Particularidades: La salida en las pruebas de velocidad, vallas y relevos se darán de la siguiente forma: ¡A sus puestos!, ¡Listos! y disparo. En las pruebas largas: ¡A sus puestos!, disparo.



En relevos hay dos pruebas:

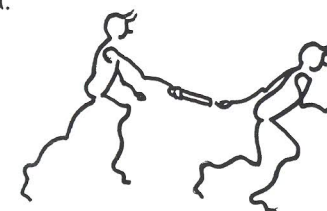
- 4 x 100 metros, que debe correrse por calles. Existe una zona de acercamiento de los corredores y una zona de intercambio establecida de veinte metros de distancia.
- 4 x 400 metros, donde tan sólo la primera vuelta se realiza por calles.

En esta prueba se porta un testigo que debe ser intercambiado por los corredores, existen dos formas de entrega:

- De arriba a abajo, deslizando el testigo desde la altura del codo hasta la mano, justo antes el corredor que va a entregar debe avisar al receptor de la entrega.



- De abajo a arriba, más usado que el anterior, y que también se realiza con un aviso preliminar del corredor que se aproxima.



4. EL SALTO.

Los saltos pueden ser:

- 1) A lo largo (horizontal): salto de longitud y triple salto.
- 2) En alto (vertical): salto de altura y salto de pértiga.

Su origen se cifra alrededor de 1800, en los Highland Games escoceses y en Irlanda. Como competición atlética figuran ya en los primeros campeonatos de Inglaterra, en 1866, excepto el triple salto donde el primer resultado conocido con rigor pertenece al irlandés J. Daly, que saltó 13, 81m en 1873. En un principio todas las pruebas eran realizadas por el sexo masculino, aunque con el paso de los años se irían incorporando pruebas y especialidades tanto masculinas como femeninas.

Todos los tipos de saltos se incorporaron como pruebas olímpicas en la Primera Olimpiada celebrada en Atenas en 1896.

En todos los saltos se exige al atleta una doble cualidad: por un lado, tiene que ser capaz de desplazar el cuerpo a gran velocidad; y por otro, elevar el cuerpo en el aire lo máximo posible. En el caso del salto de pértiga, la elevación del cuerpo se realizará con la ayuda de un implemento.

Todos los saltos poseen las siguientes fases:

a) Carrera de impulso.

Ha de realizarse en progresión y con gran elevación del muslo (en estilo circular). Es utilizada por el atleta para desplazar su cuerpo a la mayor velocidad posible.

b) Batida o Impulsión.

En esta fase el atleta transforma la velocidad horizontal de la carrera en potencia/fuerza vertical, a través de un gesto de batida.

c) Vuelo o Suspensión.

Esta fase comienza en el momento en que la inercia de la carrera y el impulso de la batida han proyectado al cuerpo en

el aire. En el salto de longitud y triple salto, la acción de las piernas ha de ser natural (como si se corriera en el aire) con movimientos armoniosos y amplios con la idea de retrasar la toma de contacto con el suelo; en el de altura, deben potenciar la trayectoria ascendente, al igual que en el de pértiga.

d) Caída.

Lo más lejos posible por medio de la extensión de las piernas (longitud, triple salto); y lo más amortiguada posible (pértiga, altura).

— Aspectos Reglamentarios:

De forma general, todos los saltos tienen el siguiente reglamento común:

- El orden en que los concursantes harán sus intentos será sorteado.
- En todas las pruebas de salto, la distancia de la carrera es ilimitada, excepto en el salto de altura, donde oscila entre 15m y 25m.
- En todas las pruebas de salto se registrará el mejor de todos los saltos.
- En caso de empate en los saltos horizontales, el 2º mejor intento deshace el empate, si es de igual valor, el 3º, 4º y así sucesivamente; (si en igualdad de intentos el empate permanece, y afecta a la clasificación para el primer puesto, los atletas en estas condiciones harán un nuevo intento, o cuantos sean necesarios hasta deshacerlo); en los saltos de altura y pértiga, el atleta que tenga menos intentos en la altura donde se produce el empate, será el vencedor; (si son los mismos, el que

tenga el menor número de saltos nulos hasta la última altura franqueada. Si afecta al primer puesto desempataremos de la siguiente forma: un único salto más en la altura más baja en la cual hayan fallado alguno de los competidores, se elevará o descenderá el listón de 2 en 2 cm en un sólo intento en cada altura, hasta que uno de los dos gane).

• Salto de Altura:

— Aspectos reglamentarios:

- Los concursantes deberán batir con un sólo pie.
- El salto será nulo si el saltador tira el listón o si toca el suelo más allá del plano vertical de los saltómetros.
- El tiempo que se dispone para realizar los intentos es de 1 minuto; de 2 minutos en las fases finales de competición o cuando queden 2 ó 3 atletas y de 5 minutos con un sólo competidor.

— **Fundamentos técnicos:** Hay dos formas de efectuar el salto de altura:

- Rodillo Ventral: Es un estilo que no se suele utilizar en competición pero que pedagógicamente resulta interesante, por ser más sencillo.

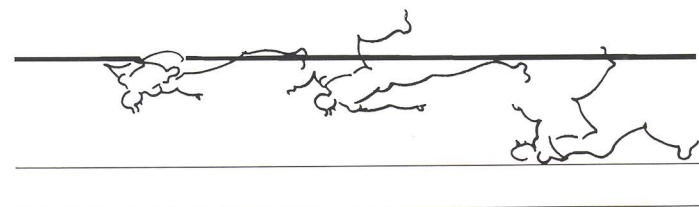
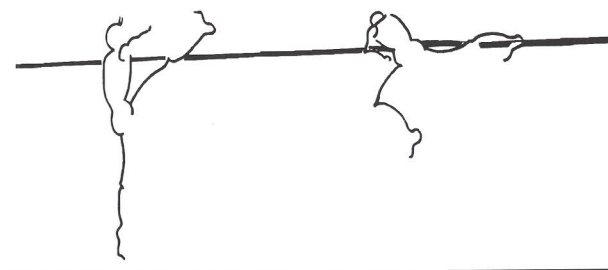
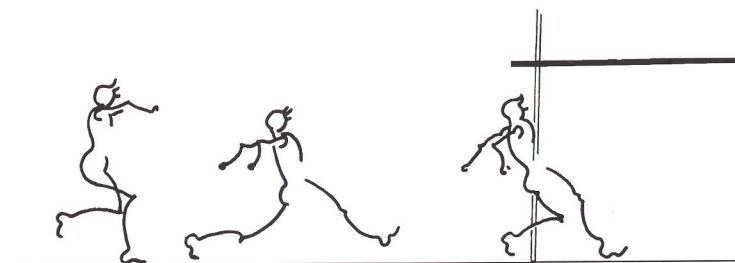
Fase de carrera: (de entre 7 y 9 apoyos) se realiza en una dirección oblicua al listón. En los 3 últimos pasos, el centro de gravedad del cuerpo se retrasa, mediante una ligera flexión de las piernas, para poder lanzar la pierna de salto,

Fase de batida: se realiza de forma violenta y explosiva, en dirección al listón. Simultáneamente, los brazos

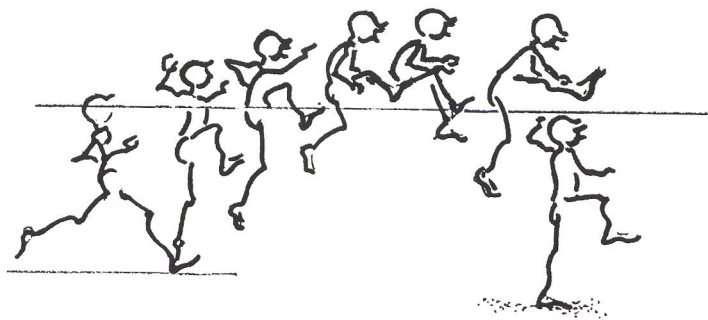
ejecutan una acción ascendente, a fin de que el cuerpo se coloque, en el aire, paralelo al listón.

Fase de envolvimiento: el cuerpo pasa por encima del listón, salvándolo después mediante un movimiento envolvente.

Fase de recepción: se realiza cayendo sobre el hombro más alejado del listón en el momento de la batida y terminando de rodar sobre la colchoneta.



En la enseñanza el más utilizado en la práctica es el salto de tijera por ser mucho más natural y tener menos requisitos técnicos.



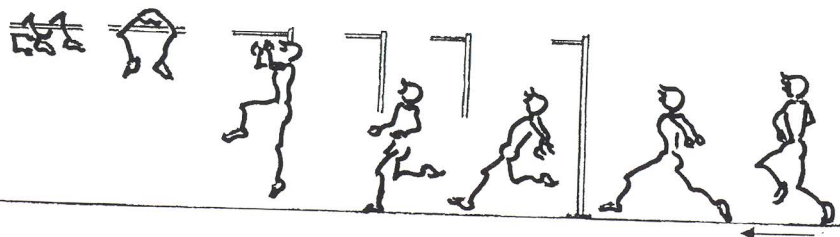
— Estilo Fosbury:

Fase de carrera: La carrera oscila entre 7 y 14 zancadas, y se realiza en sentido perpendicular al listón con un ligero recorrido circular.

Fase de batida: La batida se realizará lo más cerca posible del primer saltómetro y con el pie más exterior.

Fase de pasada del listón: El cuerpo se coloca de espaldas y salva el listón con un ligero tirabuzón y elevando las caderas. El cuerpo pasa el listón de forma relajada, es decir, es un relax general controlado.

Fase de caída: se realizará sobre la parte superior de la espalda, y se puede seguir a rodar hacia atrás.



• **Salto de pértiga:**

— **Aspectos reglamentarios:**

— No podrá colocarse ninguna marca en el pasillo de saltos pero sí a los laterales.

— Los concursantes tienen derecho a hacer retroceder o avanzar los saltómetros.

— Para el salto la pértiga se apoyará en una caja de madera o metal (cajetín) enterrada a nivel del suelo.

— Se considera nulo cuando: el atleta deja caer el listón de sus soportes. Si toca el suelo con el cuerpo o la pértiga más allá del plano vertical antes de despegar. Si después de despegar del suelo coloca la mano inferior sobre la superior a lo largo de la pértiga. Si alguien que no sea el competidor toca o sujeta la pértiga que va a caer. Si el atleta toca el listón para que no caiga.

— El tiempo que se dispone para realizar los intentos es de un minuto y medio; de 3 minutos en las fases finales de competición o cuando queden 2 ó 3 atletas y de 6 minutos con un sólo competidor.

— **Fundamentos técnicos:**

El salto de pértiga consiste en franquear la mayor altura posible con ayuda de una pértiga que se apoya en un tope final de una carrera de impulso.

A fines del siglo pasado el salto de pértiga se practicaba con pértigas de madera de abeto, de fresno o de castaño.

La necesidad de aumentar la palanca para ir más alto hizo buscar otro material, la fibra de vidrio (mayor flexibilidad).

Fase de carrera:

- Progresiva, consiguiéndose la máxima aceleración en las 5 últimas zancadas.
- Su longitud oscila entre los 25 y 40 metros, dependiendo de la velocidad y técnica del saltador.

Fase de agarre y transporte de la pértiga:

En el inicio de la carrera:

- La pértiga estará en posición casi vertical.
- Mano derecha situada junto a la cadera derecha, ligeramente delante.
- Mano izquierda a la altura del pecho, separada 10 cm.
- La separación entre las manos normalmente será de 45-60 cm.
- Codos muy pegados al cuerpo.
- La pértiga irá descendiendo progresivamente hasta ponerse de forma paralela al suelo a medida que el saltador se acerca al cajetín.
- La introducción tiene lugar durante los 3 últimos pasos (derecha, pértiga, izquierdo y batida).
- Cuando la pértiga se encuentre dentro del cajetín se inicia la batida.

Fase de batida:

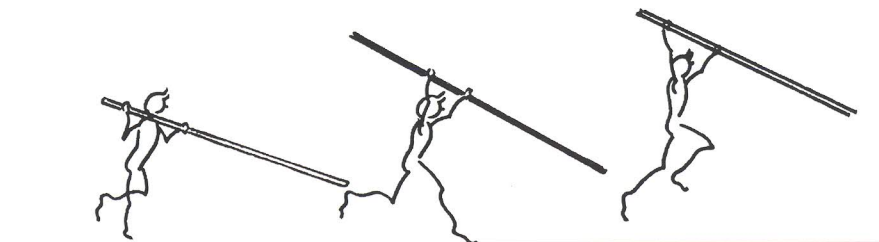
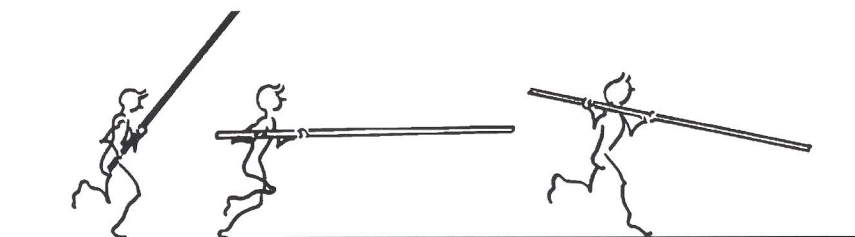
- En cuanto a la acción de piernas, es similar a la de la longitud, con los brazos extendidos a lo alto.
- La pértiga se doblará en el momento en que el saltador se despegue del suelo.

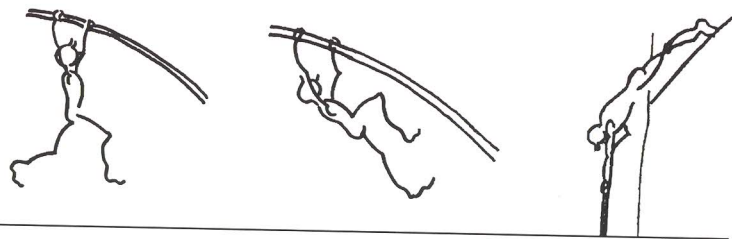
Fase de enrollamiento:

- Los movimientos hacia arriba después del impulso van provocando el doblado de la pértiga.
- El saltador procurará permanecer de espaldas al suelo.
- A medida que la pértiga se endereza y con las piernas extendidas, el cuerpo adoptará distintas posiciones (L, J y I), las cuales llevarán a éste a superar el listón.

Fase de paso del listón:

- Aprovechando el enderezamiento de la pértiga, se llevan las caderas hacia arriba al igual que los pies, realizándose un tirón de brazos.
- Tras este tirón, el saltador inicia una acción de giro, anticipándose los hombros a las piernas. La acción de tijera de la pierna derecha sobre la izquierda facilita la fase del empujón final.





— Al sobrepasar el listón, el saltador girará sus muñecas y colocará las manos rápidamente hacia arriba y atrás, dejándose caer a la colchoneta.

• Salto de longitud:

— Aspectos reglamentarios:

— Cuando haya más de 8 concursantes, cada uno tendrá derecho a 3 intentos y los 8 mejores realizarán otros 3 intentos de mejora.

— La tabla de batida estará situada entre 1 y 3 metros antes del foso, a continuación de ésta se colocará una tabla cubierta de plastilina o similar que permita sea visible la huella en caso de ser rebasada y/o pisada.

— Se medirá desde la última huella dejada.

— El salto será nulo: si el atleta sale del foso hacia atrás. Cuando pise la tabla de plastilina; o si durante la caída el concursante toca el suelo fuera del foso.

— El tiempo que se dispone para realizar los intentos es de 1 minuto y de 2 minutos en las fases finales de competición.

— Fundamentos técnicos:

El salto de longitud constituye la especialidad más natural dentro de los saltos.

Fase de carrera:

- Junto con la batida constituye la base del salto.
- Debe ser previamente talonada (medida con precisión).
- Ha de realizarse en progresión y con gran elevación del muslo.
- El penúltimo apoyo es más largo que los demás y el último más corto.

Fase de batida o impulsión:

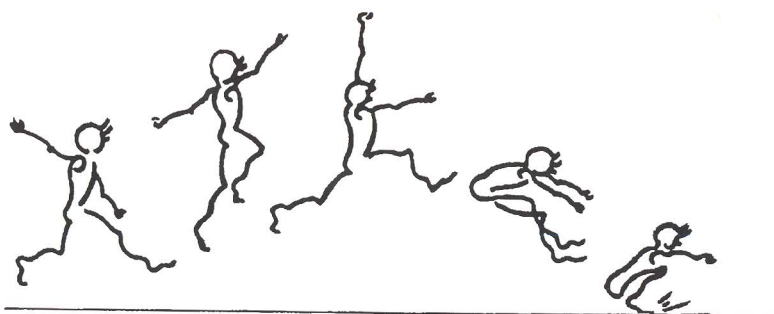
- La batida transforma la carrera en salto.
- Comienza con el apoyo del pie de batida sobre la tabla y termina con la pérdida de ese contacto.
- El pie de batida llega a la tabla de planta.
- La extensión de la pierna de batida será completa y coincide con la elevación de la pierna libre flexionada.
- Existe un movimiento enérgico de brazos.

Fase de suspensión o vuelo:

- Comienza en el momento que el cuerpo es proyectado en el aire.
- La acción de las piernas ha de ser natural (como si se corriera en el aire) con movimientos armoniosos y amplios.
- Los brazos realizan un movimiento compensador casi extendidos.

Fase de caída al foso:

- Sobre los talones y con piernas extendidas.
- Lo más alejada posible de la línea de batida.
- Hay que recuperar el equilibrio detrás de esa señal.



• Triple salto:

— Aspectos reglamentarios:

— Las mismas normas que regulan el salto de longitud, referentes a nulos, tabla de batir, orden de participación, mejora, etc.....

— Las tablas de batidas se colocarán a 13m para los hombres y a 11m para las mujeres.

— El salto deberá efectuarse de manera que el concursante caiga primero con el mismo pie con que ha efectuado su batida, y después, en el segundo salto, sobre el otro pie, en el que se apoyará para realizar el salto final, observándose esta distribución: Derecha, Derecha, Izquierda o bien Izquierda, Izquierda, Derecha.

— El rozar con la pierna libre la zona de salto, se considera salto nulo.

— Fundamentos técnicos:

Al contrario que sucede con la longitud, el triple salto es una especialidad compleja y poco natural. En el triple salto, como su nombre indica, se suceden 3 saltos en profundidad

formando un todo, pero cada uno con peculiaridades características. Dividimos el triple salto en:

Fase de Carrera:

- Tiene características similares a la de la longitud.
- Los últimos pasos no son tan marcados como en la longitud.

Fase de salto:

- Tras la batida, lo más en profundidad posible y sobre los metatarsianos.
- La pierna que impulsa, se recoge en acción circular muy amplia para ir a caer de nuevo sobre toda la planta.
- Se produce una acción de tracción o garra sobre el suelo, y realizamos una 2ª batida.

Fase de salto.(segundo)

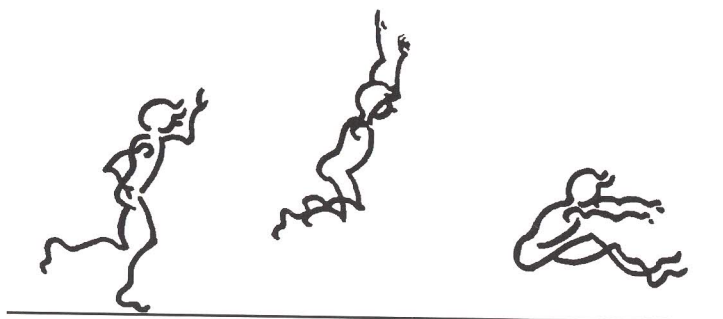
- Se inicia en el momento en que el pie de la pierna de batida toma contacto con el suelo después de su acción circular.
- No es más que una zancada en profundidad.
- El tronco permanece recto, la pierna libre flexionada por el muslo (casi 90°) se mantiene a la altura de las caderas y la de atrás, también flexionada tras su impulso, trata de acercarse a la de delante.

Fase de salto (tercero).

- Tras el vuelo del 2º, la pierna adelantada busca el suelo de forma activa.
- A continuación realizamos un salto de longitud simple.

Acción de los brazos.

- Su función principal es mantener el tronco derecho y el equilibrio general.

**5. EL LANZAMIENTO.**

Los lanzamientos pueden ser:

- Peso
- Disco
- Jabalina
- Martillo

El peso surge en las Islas Británicas a mediados del XIX y a continuación en E.E.U.U. sin haber una unanimidad sobre el peso del artefacto y las condiciones del lanzamiento.

En 1850 se establece una competición a nivel de colleges y universidades. En 1857 en Irlanda y 1860 en Escocia e Inglaterra el peso se establece en 7'257 Kg. Debiendo ser lanzado desde un cuadrado de 2'135mts.

En el lanzamiento de disco los primeros Juegos Panhelenicos fueron celebrados en 1859 en una exposición agrícola - ganadera. Es el estilo más libre, natural y con mayores rendimientos.

En la I Olimpiada de la Era Moderna en 1896, es cuando hacen su aparición tanto el lanzamiento de peso como el de disco. Este último concretamente se incluye en los campeonatos como Hungría, Suecia y Noruega. E.E.U.U. un año después y Alemania en 1903.

Con respecto a los dos lanzamientos restantes, el martillo y la jabalina cabe decir que desde 1400 venía disputándose entre el de mango de madera y maza esférica o martillo de herrero. En 1886 se lanzó aún con éste artefacto, aunque desde 1860 ya se empleaban martillos con bola metálica sujeta a una cadena que terminaba en dos asas. En 1876 se lanza desde una posición fija en el I Campeonato de Atletismo.

La primera competición de jabalina fue en 1792 en un poblado sueco llamado Falun con motivo de una fiesta deportiva. En los Juegos Panhelénicos aparecía la jabalina pero como tiro a diana no a distancia. Esta prueba no se generalizó hasta Suecia 1870 y más tarde en Finlandia, Hungría y Alemania a partir de 1890. Su introducción en el deporte internacional en 1906 en los Juegos Ateniensés.

La primera incorporación del martillo a las pruebas Olímpicas en 1904 St.Louis y la primera incorporación de la mujer en esta prueba en 1997.

— **Aspectos reglamentarios:**

- El orden en que participarán será sorteado.
- Donde compitan más de ocho participantes, los ocho con mejores marcas tendrán tres intentos adicionales.
- Una vez empezada la competición no se utilizará la zona de lanzamientos para calentamiento o ensayos, con artefactos o sin ellos.
- Antes de la competición cada atleta tendrá derecho a varios lanzamientos de prueba, realizados bajo el control de los Jueces.
- No se permite el uso de esparadrapo, ni guantes, ni ningún tipo de sustancias.
- El lanzamiento será nulo, si una vez dentro del círculo el lanzador toca con cualquier parte de su cuerpo el aro metálico superior o la parte superior del contenedor.
- Para que el lanzamiento sea válido el artefacto deberá caer dentro de los bordes internos de las cintas delimitadoras del sector.
- Se medirá desde la huella más próxima, en línea recta al centro del círculo.
- El competidor no podrá abandonar el círculo o pasillo de lanzamiento hasta que el artefacto haya tocado el suelo. Al abandonar el círculo lo hará por detrás de las líneas situadas en su exterior que lo dividen en dos partes iguales.
- Se devolverá el artefacto a la zona de lanzamiento (nunca lanzándolo).

- Las zonas de caída estarán formadas, a excepción de la jabalina, por un ángulo de 40°, cuyo vértice será el centro del círculo. Para conseguir esta abertura, marcaremos una distancia de 13'68 m. entre dos puntos situados a 20 m. del centro del círculo (peso) en cada una de las líneas del sector. Y una distancia de 27'36 m. en puntos situados a 40 m. del centro del círculo, para martillo y disco.

• **El Peso:**

— **Aspectos Reglamentarios:**

- Será macizo, de hierro, latón u otro metal que sea más blando que el latón, tendrá forma esférica y su superficie será lisa y no áspera.
- El peso deberá lanzarse desde el hombro con una sola mano, desde el momento que se coloca en el círculo el competidor colocará el peso en el cuello o barbilla o estar muy próximo a ambos.
- La mano no puede descender de ésta posición, ni llevarse más atrás del plano de los hombros.

— **Fundamentos técnicos:**

Desde un círculo de 2'13 metros, el peso tiene que ser lanzado desde el hombro con una mano. Cuando el atleta se ha situado en el círculo, el peso tiene que estar en la proximidad de la barbilla (mentón). Durante el lanzamiento no se puede bajar el brazo y el peso no se puede llevar detrás de la línea del hombro. El lanzador se para derecho mirando al frente, dirección del lanzamiento. No debe pararse en la transición del deslizamiento al lanzamiento, ángulo de descarga entre 41 - 45 grados.

✓ **Agarre del peso.**

Con la mano derecha, descansa sobre los tres dedos ligeramente extendidos, el pulgar y el meñique le dan apoyo. La mano que sujeta se sitúa en la cavidad entre el cuello - clavícula, no descansa sobre el hombro sino en el cuello y bajo la clavícula. Codo ligeramente levantado hacia delante. Brazo hacia adelante y abajo. El brazo no variará para el lanzamiento.

✓ **Posición de salida.**

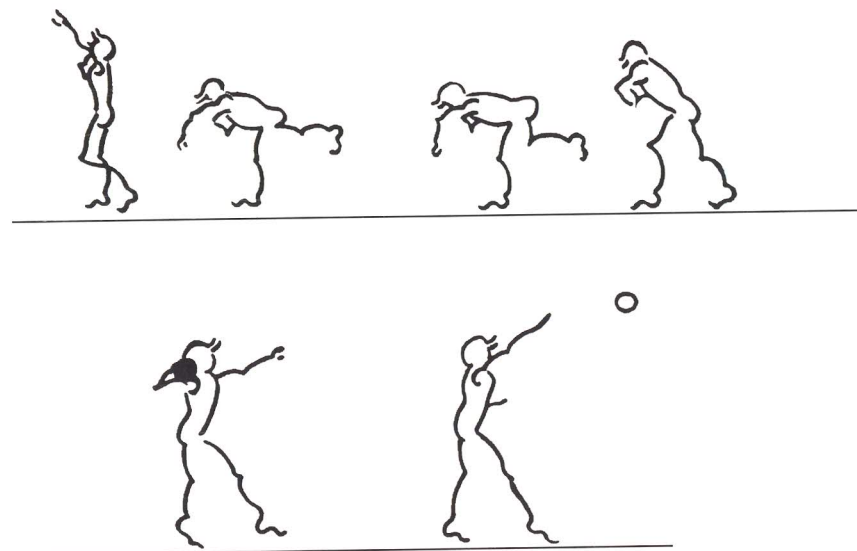
El lanzador se coloca de espaldas a la dirección del lanzamiento. El peso del cuerpo sobre la pierna derecha. Pie izquierdo sobre las puntas de los dedos poco más atrás que el derecho. El tronco recto. La vista al frente.

✓ **Desplazamiento.**

Posición de máximo agrupamiento y descenso del peso, la cadera se va ligeramente hacia atrás al tiempo que la pierna izquierda da una fuerte patada en la dirección del lanzamiento y el pie apoyado se desliza impulsando de metatarso tras un ligero roce de talón. El tronco algo más levantado. El pie izquierdo, en acción rápida y hacia afuera, continuación de la patada se apoya sobre su borde externo ligeramente a la izquierda, con el fin de permitir la entrada de las caderas.

Las técnicas más empleadas son:

- Parry O'Brien, o lo que también es llamado como "Técnica Dorsal".
- De Rotación. Muy semejante a la de disco.

• **El Disco:**— **Aspectos reglamentarios:**

- Será un cuerpo sólido o hueco, de madera u otro material apropiado, con una llanta o anillo metálico circular, será liso y no áspero en todas sus partes y no presentará muecas ni hendiduras.

— **Fundamentos técnicos:**

Una rotación dentro del círculo dónde es lanzado, imparte mayor aceleración al disco.

1. Posición inicial, espalda en la dirección del lanzamiento.
2. Giro bajo y largo con fase de vuelo.
3. Movimiento de lanzar igual a descarga, se realiza con un impulso como de muelle, con ambos pies.

✓ Empuñamiento o agarrado del disco.

El disco es sujetado con las últimas falanges de los dedos, que estarán abiertos totalmente o unidos índice y medio, de forma que el primero pase lo más cerca posible del diámetro del artefacto, para lograr una fácil salida en los movimientos finales.

✓ Posición de partida.

Lanzador de espaldas a la dirección del lanzamiento. Pies paralelos, separados algo más de la anchura de las caderas. Tras unos balanceos preliminares con amplia torsión del tronco y traslado del peso del cuerpo de un pie a otro, se inicia el desplazamiento con tres cuartos de vuelta sobre el pie izquierdo. El brazo que mantiene el disco permanece en prolongación de la línea de hombros y lo más separado posible del cuerpo del lanzador.

✓ Desplazamiento.

Se inicia la rotación sobre la planta del pie hasta que este se dirige a la dirección del movimiento, realizándose un ligero salto raso y hacia delante para ir a caer sobre el pie derecho, que hará una rotación completa hasta dejar las caderas y los hombros en la dirección del lanzamiento. Mientras el brazo quedará atrás y separado del cuerpo. Las caderas se adelantan al tronco y a su vez se da una enérgica extensión de las piernas mientras el pie izquierdo queda fijo intentando bloquear el lado, el brazo viene delante para soltar el disco, poco antes de que las caderas y hombros estén al frente a la altura de la línea de los hombros.

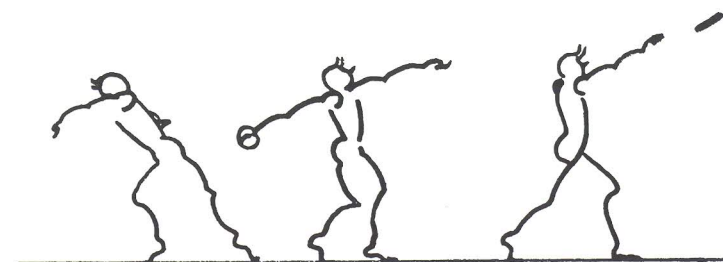
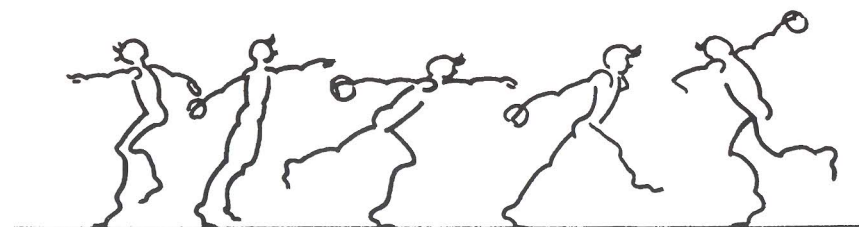
Las técnicas más empleadas:

— Vuelta y cuarto. Primera aparición en Paris en 1897.

1. Söderström "en tornillo".
2. Kerssembrock "espiral de Janda".
3. Martin Sheridan.
4. James Ducan.

— Vuelta y media, cuyo precursor fue Tom Lieb.

— Vuelta y tres cuartos, se parte completamente de espaldas a la dirección de lanzamiento, ganando así 1/2 giro más sobre la antigua partida lateral. Krenz se le consideró como el primer lanzador en dar un salto durante el giro, los dos pies en el aire, con la intención de aumentar la fuerza centrífuga, cuando todos sus antecesores completaban la vuelta teniendo uno u otro pie en contacto con el suelo.



• El Martillo:

— Aspectos reglamentarios:

— Antes de comenzar los volteos o giros el atleta podrá colocar la cabeza del martillo dentro o fuera del círculo.

— Si una vez iniciados estos golpea el suelo o la pletina metálica con la cabeza del martillo, y continúa el movimiento hasta completar el lanzamiento, este no se considerará nulo.

— Será nulo si tras golpear en el suelo detiene el movimiento para empezar de nuevo.

— Podrá utilizar guantes, lisos por ambas caras, con la punta de los dedos al aire, salvo el pulgar.

— El martillo se compone de tres partes:

- Cabeza (semejante en dimensiones al peso).
- El cable de un solo trozo de alambre de acero de 3mm. de diámetro.
- La empuñadura, rígida, unida al cable por medio de vueltas de este.

— Tanto para el lanzamiento de disco como el de martillo, se dispondrá de una jaula de protección.

— Fundamentos técnicos:

✓ Agarre.

La anilla se sujeta sobre las segundas falanges de la mano izquierda (lanzador diestro), los dedos abrazan a la misma y los de la otra mano se sitúan sobre ésta abrazándola también finalmente. Los pulgares se montan uno sobre otro para asegurar el agarre.

✓ Posición Inicial.

De espaldas, pies paralelos separados por la anchura de los hombros aproximadamente. El tronco derecho, piernas ligeramente flexionadas y por último vista al frente.

✓ Volteos preliminares.

Poner en movimiento el martillo, no más de dos. Circunducción amplia de brazos y por encima de la cabeza pasan extendidos y se flexionan cuando van por detrás de la cabeza, amplia torsión del tronco hacia la derecha. El peso del cuerpo pasa de uno a otro pie según posición de martillo.

✓ Giros.

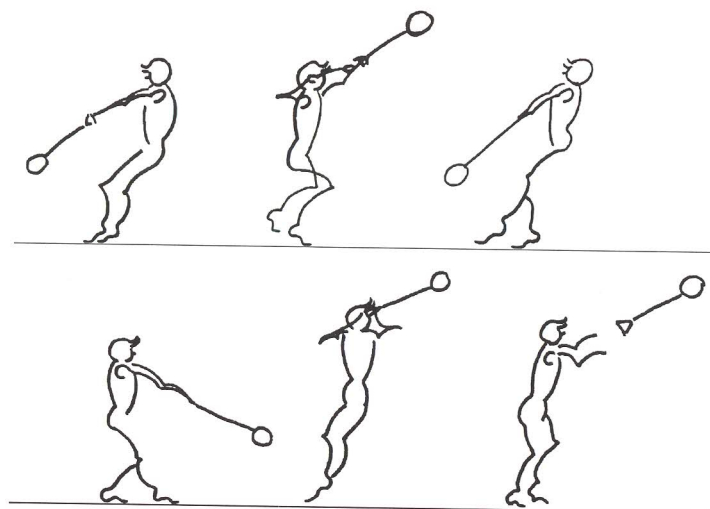
Primera parte sobre el talón y la segunda sobre el borde externo del pie (planta). Después de cada giro el pie derecho queda un poco adelantado. En el segundo volteo el peso del cuerpo está en la derecha y martillo a su altura. A partir de aquí empieza a pivotar sobre el talón del pie izquierdo.

✓ Lanzamiento.

Tras el último giro se continúa unos 190° más a la mayor velocidad posible. Se flexionarán más las piernas, los pies permanecen firmes en el suelo, las piernas se extienden. Los brazos realizan su trabajo de arriba a abajo empezando a tirar desde el punto más alto y una vez alcanzado el punto bajo entra en función el trabajo de las piernas, extendiéndose a la vez que pivotan sobre las plantas de forma que ambas quedan cruzadas. Los brazos se limitan a acompañar al martillo.

La técnica más empleada:

— "Tacón - Punta".



• La Jabalina:

— Aspectos reglamentarios:

- Deberá cogerse por la encordadura y lanzarse por encima del hombro o de la parte superior del brazo.
- El lanzamiento será válido si la punta de la jabalina toca antes que cualquier parte del artefacto en el suelo.
- La longitud del pasillo de impulso no será menor de 30 metros ni mayor de 36'5 metros.
- La jabalina tiene tres partes:
 - La cabeza.
 - La empuñadura.
 - El asta: se construirá de metal u otro material apropiado y tendrá fija a ella una cabeza metálica terminada en punta aguda. Será lisa y uniforme, no

llevará huecos ni protuberancias, ni ranuras ni estrías, la empuñadura cubrirá el centro de gravedad, será de cuerda, regular y no deslizante.

— Fundamentos técnicos:

- ✓ Empuñamiento o agarrado.

La jabalina se sujeta con los dedos pulgar e índice o con el pulgar y anular, quedando el índice en prolongación de la jabalina. Los dedos se fijan firmemente al borde posterior de la encordadura. Los demás dedos se cierran sobre la misma. La jabalina descansa sobre la diagonal de la mano.

- ✓ La carrera de impulso.

De forma progresiva con ritmo y naturalidad, sobre la planta y con el tronco ligeramente inclinado hacia adelante. La longitud oscila entre los 25 y 35m. Se deberá alcanzar la máxima velocidad que pueda controlarse en los pasos finales.

- ✓ Los pasos finales.

Cuando quedan unos 13 metros para el final del sector del lanzamiento, el lanzador aumenta la velocidad de todo su cuerpo por una mayor impulsión del pie derecho, aunque lo más favorable es que permanezca al frente, hacia el lado del brazo que porta la jabalina, llevándolo lentamente atrás acompañado por el hombro. Los pasos a partir de la referencia serán: izquierdo, derecho, izquierdo y cruce final, en el que a la vez se ejecuta un salto en profundidad.

- ✓ Cruce y posición final.

Al quedarse el pie derecho ligeramente abierto hacia la derecha se flexiona la pierna derecha favoreciendo el avance

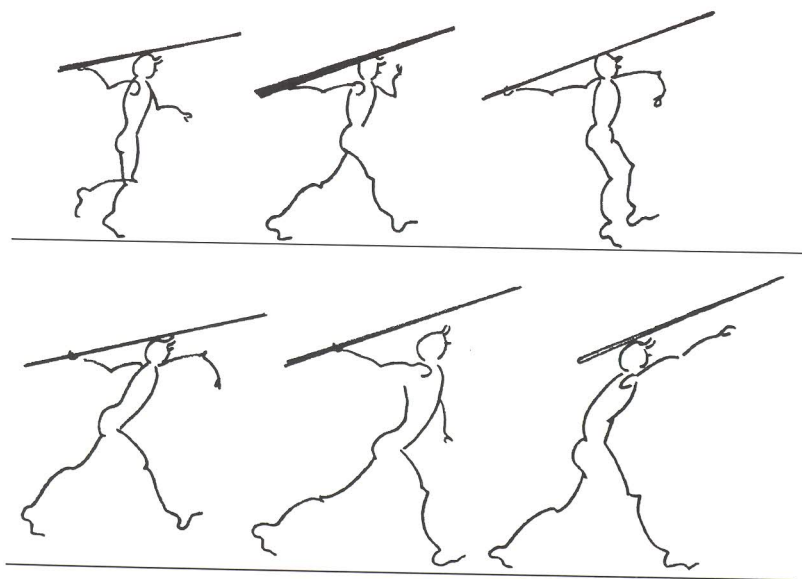
y giro de caderas. Mientras el pie izquierdo se apoya lo más alejado posible a la izquierda, tomando contacto de talón y apoyando la planta.

✓ Final.

El brazo lanzador, cuya acción se retrasará al máximo, se mantendrá suelto y casi extendido, no de forma rígida, interviniendo en el momento en que los dos pies están en el suelo, por este orden: hombro, codo, muñeca, saliendo la jabalina de la mano cuando ésta sobrepasa los 30°. Esto dará una trayectoria inicial más tensa, aumentando su velocidad inicial y disminuyendo el rozamiento del aire.

Las técnicas más empleadas:

- "Sueca".
- "Finlandesa".



NORMAS EN LA ENSEÑANZA SOBRE LOS LANZAMIENTOS

Ante todo se debe tener en cuenta el lugar y el momento del lanzamiento. Siempre que se haga un lanzamiento de cualquier material hay que cerciorarse de que no hay nadie en el recinto en el que se va a lanzar. Y mucho cuidado con las lesiones. Ej: Caída del peso en el pie = Rotura.

Material alternativo

Para los lanzamientos se emplearán distintos materiales, que no deben ser peligrosos para el uso de los escolares.

Peso : Con globos rellenos de alpiste, se elaboran bolas de lanzamiento.

Disco : Una tapadera de un recipiente de plástico que tengamos en casa.

Jabalina : Se podría utilizar un palo de la escoba, o si no unas que hay especialmente para escolares sin ningún peligro.

Martillo : Con una bolsa de la compra (red) y una pelota no demasiado grande dentro.

Con las siguientes recomendaciones pretendemos dar una serie de recomendaciones de tipo general en cualquier práctica deportiva, pero que sirven igualmente para la puesta en marcha de una unidad de atletismo.

Tanto las medidas de higiene como las de salud son aspectos previos y que deberemos tener presente. El uso de materiales alternativos así como las medidas de seguridad son esenciales para que la actividad que desarrollamos sea lo más exitosa posible. En el apartado de lanzamientos hay algunas recomendaciones específicas.

6. PRUEBAS COMBINADAS.

Las pruebas combinadas son las únicas modalidades atléticas cuyo resultado final no se expresa en unidades físicas, sino en puntos. Los resultados parciales, se puntúan según las tablas de la Federación Internacional de Atletismo y en la competición vence aquel atleta que mayor número de puntos alcance al finalizar todas las pruebas.

La prueba combinada oficial (Juegos Olímpicos, Campeonatos del Mundo, Campeonatos de Europa, etc...) en la categoría masculina es el DECATLÓN al aire libre; y el HEPTATLÓN en categoría femenina. Además, todas las pruebas son realizadas en dos jornadas distintas:

HOMBRES	MUJERES
DECATLÓN	HEPTATLÓN
100 metros lisos Longitud Peso Altura 400 metros lisos 110 metros vallas Disco Pértiga Jabalina 1500 metros lisos	200 metros lisos Longitud Altura 100 metros vallas Peso 800 metros lisos Jabalina

— Aspectos reglamentarios:

— En lanzamientos y salto de longitud, únicamente tres intentos.

— La cadencia de subida de listón será uniforme: 3 cm altura; 10 cm pértiga.

— Tiempos entre saltos: 1,5 minutos en altura y 2 minutos en pértiga. Entre dos saltos consecutivos, 3 minutos en altura y 4 minutos en pértiga.

— No existen los saltos o lanzamientos para desempate.

— Se acepta, en las pruebas estipuladas, una velocidad de viento superior a 2 m/s pero inferior a 4 m/s en estas condiciones se podrá homologar un récord en pruebas combinada pero no así el récord conseguido en una prueba individual, serán precisas las connotaciones establecidas en este caso.

— Tres cronometradores tomarán el tiempo de cada competidor, aceptándose únicamente un tipo de cronometraje.

— La descalificación en las salidas se producirá al cometer la tercera incorrecta.

— Entre el final de la prueba y el comienzo de la siguiente, habrá a criterio del juez árbitro, un tiempo mínimo de 30 minutos. Y, 10 horas, entre el final de una jornada y el inicio de la siguiente.

— El orden de la participación se podrá sortear antes del inicio de cada prueba, siendo tres el mínimo de participantes por carrera; esta norma no se observará para la última prueba en la que se agruparán los participan-

tes según la puntuación que hayan obtenido, corriendo juntos los que encabecen la clasificación.

—Para puntuar en una prueba combinada será imprescindible, al menos, haber intentado tomar la salida en alguna de las carreras o haber realizado algún intento en los concursos.

7. EL MARATÓN.

Es la prueba más popular del atletismo. Sus orígenes se remontan a la antigua Grecia. Se denomina así en honor a Filípides, correo ateniense que en el año 490 a.C. hizo un recorrido desde el puerto de Marathon y Atenas para anunciar la victoria griega sobre los ejércitos persas. Esta distancia es de cuarenta y dos kilómetros, ciento noventa y cinco metros.

Se realiza en un circuito urbano (anexo I), El comienzo y el final se ubica en el estadio. En el maratón existen categorías masculinas y femeninas, y la marca depende del tipo de circuito, pero suele rondar las dos horas.

Esta prueba exige una preparación física y psíquica especial, ya que los atletas que la consiguen terminar pueden considerarse superhombres. Es sin duda una de las pruebas más duras.

Actualmente es una carrera que goza de gran aceptación, tanto si se celebra en el contexto de una gran competición (Campeonato del Mundo o Juegos Olímpicos), como los que organizan las diferentes ciudades. Sevilla goza ya de una tradición en la organización de este tipo de eventos. Con un total de 14 ediciones, (este año 1.999 se celebrará la decimoquinta) es una de las primeras carreras de larga distancia que se cele-

bran en la temporada. Goza de gran prestigio, y está avalada por la numerosa participación, que cada año va en aumento.

Dentro del VII Campeonato del Mundo de Atletismo, se ha diseñado un circuito urbano que atravesará prácticamente todo el casco histórico de la ciudad, por lo que mostrará gran parte del legado cultural que Sevilla exhibe en cada una de sus calles. Será otra forma de ver y de participar en el mundial. El apoyo del público es imprescindible para los corredores, que encuentran aliento para seguir y terminar la prueba. Todos podemos presenciarla, es por ello que es una de las pruebas más populares del Atletismo.

— Aspectos Reglamentarios:

— Se procurará que las carreteras que se utilicen estén en buenas condiciones, exenta de tráfico y debidamente acotada.

— Se medirá por el camino más corto que el corredor pudiera seguir.

— Se marcará con una línea visible para el corredor, y se irá indicando el punto kilométrico en el que se encuentra.

— Se instalarán puestos de esponjas, bebidas y avituallamiento cada 5 kilómetros como máximo, y serán de fácil acceso. Cualquier corredor que utilice un puesto no autorizado puede ser descalificado.

Tú puedes participar asistiendo como espectador en el lugar que más te guste. Puedes verlo en el plano.

En los anexos 1 y 2 puedes encontrar el gráfico con el recorrido de la marcha y el maratón y el plano del estadio.

CAPÍTULO 4

CAMPEONATO DEL MUNDO DE ATLETISMO SEVILLA'99

1. INTRODUCCIÓN.

Sevilla está preparada para albergar el último gran evento deportivo internacional del Siglo XX: el VII Campeonato del Mundo de Atletismo que se celebrará en un estadio nuevo, uno de los más modernos y equipados del mundo. Ya tenemos los horarios de las competiciones y ya se pueden reservar entradas. El campeonato se desarrollará entre el 20 y el 29 de agosto de 1999.

La mascota ha sido elegida por votación popular. Se está planificando una espectacular ceremonia de inauguración, con los últimos medios tecnológicos; hay más de 3.000 personas dispuestas a colaborar como voluntarios. Se espera recibir a más de 3.000 atletas, más de 3.000 periodistas y a miles de visitantes y que nos vean más de 4.000 millones de telespectadores en todo el mundo.

SEVILLA SERÁ LA CAPITAL MUNDIAL DEL DEPORTE EN 1999.

¡ NO TE LO PIERDAS !

**SERÁ EL ÚLTIMO GRAN EVENTO DEPORTIVO
DEL SIGLO XX**

2. SALUDO DE SU MAJESTAD EL REY DE ESPAÑA AL CAMPEONATO DEL MUNDO DE ATLETISMO DE 1999 EN SEVILLA.

El Rey Juan Carlos I inaugurará el Campeonato del Mundo de Atletismo. Mientras llega el día, nos ha enviado estas palabras:

"Tengo la satisfacción de dirigir desde estas páginas mi saludo y cordial bienvenida a los organizadores, participantes y asistentes al Campeonato del Mundo de Atletismo que se celebrará en Sevilla en 1999.

Estoy seguro de que esta competición, tan relevante por la categoría de los atletas que van a protagonizarla, promoverá el mutuo conocimiento y el diálogo de los pueblos, que es el objetivo esencial de las manifestaciones deportivas de carácter internacional.

Por su situación geográfica, su trayectoria histórica y el carácter de su gente, España y concretamente Sevilla, son el escenario idóneo para desplegar estos valores, a través de un encuentro que simboliza también una apuesta de futuro, cifrada en los avances de la técnica y sustentada por una excelente organización y un importante apoyo institucional y empresarial.

Invito a todos a acudir a estas pruebas, garantizando con su presencia y apoyo el éxito de este Campeonato, y a llenar su equipaje con el recuerdo imborrable que Sevilla sabe ofrecer generosamente a sus visitantes".

3. ESCENARIO INCOMPARABLE. ANDALUCÍA.

Andalucía es la región española de mayor extensión y la más meridional de Europa. Es una tierra de contrastes: tiene zona de costa y de interior, montaña, planicie, y bosque mediterráneo.

Los romanos crearon la provincia Bética en el sur de España. Los árabes inspiraron el nombre Andalucía y dejaron una enorme riqueza cultural y científica. Tras el descubrimiento de América por la flota que partió de Palos (Huelva) en 1492, las provincias de Cádiz y Sevilla fueron el primer foco comercial de España. En 1980 Andalucía consiguió por primera vez en su historia un Estatuto de Autonomía, con un Gobierno, Parlamento y Tribunal de Justicia propios.

Con casi 700 kilómetros de costa, sus variadas zonas de playa, como Málaga y la Costa del Sol, son un reclamo turístico de primer orden. Los vinos de Jerez son mundialmente conocidos, Jaén es líder en producciones de aceite de oliva, Almería es pionera en la producción de cultivos tempranos, y Huelva produce succulentos jamones ibéricos. Andalucía dispone de la mayor reserva natural de Europa, el Parque Nacional de Doñana, lugar de paso de numerosas especies de aves.

Como legado de las civilizaciones que la han poblado, Andalucía es depositaria de un valiosísimo patrimonio histórico y artístico, donde destacan como monumentos más emblemáticos: la Alhambra de Granada y la Mezquita de Córdoba, ambos Patrimonio de la Humanidad.

Andalucía es un territorio ideal para el deporte. Las aguas de Cádiz son escenario ideal para el windsurfing y la navegación, mientras que la estación de esquí de Sierra Nevada, goza

de un prestigio internacional. A lo largo de la costa se suceden los campos de Golf, y Jerez es sede del Gran Premio de España para el Mundial de Motociclismo.

Los grandes eventos deportivos han elegido esta Autonomía para su puesta en escena: Copa del Mundo de Fútbol de 1982, Campeonato del Mundo de Ajedrez de 1987, Campeonato del Mundo de Atletismo en Pista Cubierta 1991, Campeonato del Mundo de Esquí Alpino de 1996, Ryder Cup de Golf de 1997, Campeonato del Mundo de Gimnasia Rítmica-Deportiva de 1998 y nos esperan con éxito el Campeonato del Mundo de Atletismo de 1999, Campeonato del Mundo de Remo para veteranos de 1999, II Juegos Aeronáuticos Mundiales en el 2001, IV Juegos Ecuestres Mundiales del año 2002, el Campeonato del Mundo de Remo y Piragüismo en 2002, y por qué no, los Juegos Olímpicos del 2008.

4. SEVILLA, CIUDAD DEL DEPORTE.

Sevilla es una de las ciudades más antiguas de Occidente. Con más de 3000 años de historia, pueblos de distintos orígenes se asentaron en ella al abrigo de su climatología y de su excepcional situación geoestratégica.

Los romanos levantaron la cercana ciudad de Itálica, donde nació el Emperador Trajano. Los árabes además de sus conocimientos científicos y culturales, legaron jardines y palacios como los Reales Alcázares, Residencia de S.S.M.M. los Reyes en Sevilla.

Tras el descubrimiento de América, Sevilla llegó a ser la capital económica de España por ser la entrada del comercio de ultramar.

En el siglo XX, Sevilla ha sido sede de dos grandes exposi-

ciones universales. La Exposición Iberoamericana de 1929 aportó expansión urbanística y un nuevo estilo arquitectónico a los edificios civiles. La Exposición Universal de 1992 dejó una moderna infraestructura, equipamientos y telecomunicaciones que prepararon a la ciudad para los grandes retos del siglo XXI.

Su rica experiencia histórica ha dejado un múltiple y variado legado monumental, donde vestigios romanos conviven en armonía con murallas árabes, templos barrocos con edificios señoriales, o símbolos universales, como la Giralda, con los espectaculares puentes de la Expo 92. Sevilla entra por los sentidos y los sevillanos son sus principales embajadores. Amantes de los ritmos de la naturaleza, son los principales actores de sus Fiestas de Primavera, como la Semana Santa o la Feria de Abril.

El deporte ya ha elegido a Sevilla para sus celebraciones: sede de la Copa del Mundo de Fútbol de 1982, Campeonato del Mundo de Ajedrez de 1987, Campeonato del Mundo de Atletismo en Pista Cubierta 1991, Campeonato de Europa de Natación de 1997, Campeonato del Mundo de Gimnasia Rítmica-Deportiva de 1998 y en Agosto de 1999 nos espera el Campeonato del Mundo de Atletismo.

Además de estos campeonatos, Sevilla celebra cada año dos pruebas del calendario de la Federación Internacional de Atletismo: el Grand Prix y la World Cross Challenge.

5. NACIMIENTO DE LA IDEA Y OPINIONES DE LOS DIRIGENTES INSTITUCIONALES SOBRE LA CANDIDATURA DE SEVILLA.

En Enero de 1994 es lanzada la idea. En el primer semestre de 1994, el Presidente de la Diputación Provincial de

Sevilla, el Presidente de la Real Federación Española de Atletismo y el Secretario de Estado para el Deporte visitan al Presidente de la Federación Internacional de Atletismo, Primo Nebiolo, y le exponen la idea de presentar a Sevilla como candidata para el Campeonato del Mundo de Atletismo de 1999.

El 27 de Noviembre de 1994 se presenta la candidatura ante el Consejo de la Federación Internacional de Atletismo, en Barcelona, y el 13 de Marzo del año siguiente visita Sevilla una delegación de la Federación Internacional de Atletismo, para realizar un reconocimiento de la infraestructura, equipamientos y el proyecto de la candidatura presentada por la ciudad.

El 25 de Abril de 1996 se presentó la solicitud oficial ante la Real Federación Española de Atletismo, y este organismo es el encargado de tramitarla a la Federación Internacional de Atletismo. Los días 20 y 21 de Marzo de 1997 se reúne el Consejo de la Federación Internacional de Atletismo en Turín, y es en esta fecha cuando se concede a Sevilla la celebración del Campeonato del Mundo de Atletismo de 1999.

5.1. Presidente de la Federación Internacional de Atletismo, Primo Nebiolo.

"La primera garantía, para la concesión a Sevilla y a la Real Federación Española de Atletismo de los VII Campeonatos del Mundo de Atletismo, es la gran destreza organizativa de España. A lo largo de muchos años, este país ha figurado a la vanguardia en su organización de acontecimientos deportivos y a nadie se le puede pasar por alto la espléndida Olimpiada de Barcelona o, de hecho, nuestro propio Campeonato de Pista Cubierta de Atletismo de 1991. Esta destreza nace del amor

que profesa España hacia el deporte y a la labor que las federaciones nacionales realizan día a día a lo largo y ancho del país.

Otro elemento importante ha sido la labor de la prensa. La prensa deportiva española es merecedora de los campeones que ganan honores para su país, y no solo aporta información sino que también es formadora y educadora de opinión pública. La mismísima fortaleza del atletismo español y su prestigio en todo el mundo también jugó un papel importante en la elección.

No me cabe la duda de que la ciudad organizará una magnífica edición de los Campeonatos del Mundo, dentro de un nuevo estadio que será uno de los más modernos del mundo".

5.2. Presidente de la Junta de Andalucía, Manuel Chaves González.

"En Andalucía consideramos el deporte, su difusión, su práctica, y los valores humanos que potencia como un poderoso instrumento de progreso y calidad de vida. La creación de más y modernas infraestructuras deportivas y el aumento de competiciones nacionales e internacionales que se celebran en nuestra Comunidad, son buenos ejemplos de tal compromiso e intereses.

Nuestra contrastada capacidad para organizar acontecimientos del máximo nivel y la idoneidad de nuestras instalaciones, unidas a un patrimonio paisajístico y monumental de primer orden, han contribuido a que este flanco mediterráneo y europeo se haya convertido, en los últimos años, en sede preferida de citas deportivas de gran transcendencia y repercusión social".

5.3. Presidente de la Diputación de Sevilla, Alfredo Sánchez Monteseirín.

"Como Presidente del Comité Organizador del Campeonato del Mundo de Atletismo de Sevilla 1999 y Presidente de la Diputación de Sevilla, institución que ha liderado y promovido todo el proceso de la candidatura, me siento orgulloso de invitarles a nuestra ciudad y provincia en 1999. A buen seguro muchos de ustedes ya nos han visitado y estoy seguro de que se han quedado encantados con nuestra riqueza histórica y monumental, pero también han disfrutado de nuestras fiestas o han sido seducidos por la amabilidad y simpatía de los sevillanos. Ahora, además, queremos demostrar nuestra capacidad para acoger grandes proyectos sociales y económicos.

Los que ya han visitado Sevilla desde 1992 ya conocen el alto nivel de equipamientos, infraestructuras y dotaciones de la ciudad, lo que nos coloca en la línea de salida de los grandes retos del siglo XXI. A nuestra renovada economía agraria e industrial se ha unido en los últimos años un sector emergente de congresos, grandes reuniones y acontecimientos deportivos y de ocio. Aquellos de ustedes que no nos conozcan o no nos hayan visitado desde antes de la Exposición Universal de 1992, se llevarán una grata sorpresa al ver como las esencias tradicionales perviven en armonía con los últimos adelantos del urbanismo y la ingeniería. Y lo que es más importante: las sevillanas y los sevillanos, los andaluces en general, son gente preparada para afrontar los más difíciles retos en los más diversos ámbitos.

A las puertas del nuevo milenio, Sevilla va a ser de nuevo el punto de referencia de la atención internacional. Los mejores atletas del mundo competirán a la búsqueda de la superación del límite humano. Estamos deseando que vengan, quere-

mos que estén ya entre nosotros. Tengan la seguridad de que aquí van a encontrar el mejor ambiente para alcanzar las mejores marcas".

5.4. Alcaldesa de Sevilla, Soledad Becerril Bustamante.

"Sevilla acogerá, en 1999, los Campeonatos del Mundo de Atletismo. Un acontecimiento deportivo de esa magnitud, tan solo comparable a unos Juegos Olímpicos o a un Campeonato del Mundo de Fútbol, sólo puede celebrarse en ciudades que, como Sevilla, reúnan todas las condiciones necesarias para garantizar el éxito en la organización y desarrollo del mismo.

Sevilla ofrece una serie de cualidades que redundarán positivamente en el resultado de los Mundiales del año 1999: el apoyo del pueblo sevillano, acogedor y participativo, que se ha puesto de manifiesto en numerosas ocasiones ante la celebración de acontecimientos importantes en nuestra ciudad; la experiencia adquirida durante la Exposición Universal de 1992 en la organización de grandes eventos; la decidida vocación deportiva de la ciudad, que en los últimos años adoptó el lema *Sevilla, ciudad del deporte* para expresar su intención de convertirse en sede asidua de acontecimientos deportivos del máximo nivel; la intención de Sevilla de ser ciudad olímpica, como se puso de manifiesto con la candidatura en los Juegos del 2004 y, próximamente, en los del 2008.

La historia de nuestra ciudad, acostumbrada a acoger y asumir valores de los distintos pueblos que a lo largo de los siglos pasaron por Sevilla, han forjado una ciudad rica y diversa en matices, respetuosa con las distintas culturas, abierta y universal.

Por todo ello, creo que los Campeonatos del mundo de Atletismo de 1999 constituirán todo un éxito para el deporte y para la ciudad de Sevilla".

6. ORGANIZACIÓN.

El 19 de mayo de 1997, en el Palacio de San Telmo, sede de la Junta de Andalucía, se constituyó el Comité Organizador del Campeonato del Mundo de Atletismo Sevilla 1999, que está presidido por el titular de la Diputación de Sevilla, Alfredo Sánchez Monteseirín. La Alcaldesa de Sevilla, Soledad Becerril, es la Vicepresidenta Primera, y forman también parte el Consejero de Turismo y Deporte del Gobierno Andaluz, José Núñez, el Secretario de Estado para el Deporte, Francisco Villar, el Presidente de la Real Federación Española de Atletismo, José M^a Odriozola y dos miembros por cada institución. El Presidente de la Junta de Andalucía, Manuel Chaves, es el presidente del Comité de Honor.

El mismo día, en la Diputación de Sevilla, se constituyó el Comité Ejecutivo, presidido por Miguel Ángel Pino, y del que es Vicepresidente Primero José María Odriozola y Vicepresidente Segundo el Presidente de la Sociedad Estadio Olímpico, Alejandro Rojas-Marcos.

El 8 de julio el Comité Ejecutivo eligió a Vicente Añó Sanz, Vicepresidente 1^o de la Real Federación Española de Atletismo, como Coordinador General del Campeonato, y del que depende un Comité Permanente encargado de planificar, desarrollar y ejecutar las diferentes áreas de trabajo necesarias para la celebración del Campeonato (Técnica, Promoción y Medios de Comunicación, Márketing y Gestión Económica, Logística, Alojamientos y Transportes, y de Régimen Interno).

Los comités son núcleos fundamentales que propiciarán la celebración del Campeonato. **El Comité Organizador y el Ejecutivo han sido unificados en un sólo Comité Organizador para obtener mayor operatividad.**

7. MASCOTA Y LOGOTIPO.

La Mascota Oficial del VII Campeonato del Mundo de Sevilla'99 es una adaptación infantil de la veleta que remata la torre más famosa de Sevilla y uno de sus símbolos más internacionalmente conocidos: la Giralda. La veleta, conocida popularmente como "giraldillo", obra en bronce, es una alegoría de la Fe. La Mascota reproduce, como elemento más significativo, el casco.

El autor de la Mascota es el diseñador gráfico sevillano Antonio Esquivias, y fue elegida por votación popular entre cinco proyectos. Durante más de un mes se realizó una votación a través de periodistas y en establecimientos comerciales, en la que participaron más de 34.000 personas, de las que más de la mitad votaron por la ganadora. Posteriormente, el Comité Organizador la seleccionó el 12 de febrero, y el Consejo de la Federación Internacional de Atletismo la aprobó en su reunión del mes de marzo de 1998 en Marraquech.

Tras su designación, el Comité Organizador ha enviado cartas a más de 550 colegios de toda la provincia de Sevilla para que más de 130.000 escolares sugieran nombres para la Mascota, una iniciativa que ha tenido un alto índice de respuesta, resultando elegido el nombre de **Giraldilla**. Sevilla, sin duda, ha adoptado rápidamente la Mascota de Sevilla'99.



Logotipo. Una imagen dinámica.

La imagen global del VII Campeonato del Mundo de Atletismo está compuesta por tres elementos gráficos: el Emblema Oficial, la Mascota y el Competition Look o la Imagen de la Competición, cuyo autor es el sevillano Félix Rivas.

El Emblema Oficial pretende aglutinar en su imagen todas las especialidades que forman parte del atletismo.

El Look, en función de sus usos, presenta dos variantes: el Look primario y el Look secundario.

El Look primario supone una ampliación de la imagen del Campeonato, es decir, una evolución del Emblema Oficial que permite otros usos y aplicaciones en múltiples soportes.

El Look secundario es una imagen compleja y diversa a la vez. Evoluciona a partir de una retícula de corredores y se completa con unos círculos entrelazados. Su paleta de colores está abierta a la creatividad de los usuarios.



Con estas imágenes será posible tanto soportes de gran formato, como autobuses, vallas urbanas o banderolas, y elementos de reducido tamaño como pueden ser los folletos.

Se trata de que toda la ciudad de Sevilla se vista durante los últimos días de agosto con la imagen colorista e internacional del VII Campeonato del Mundo de Atletismo Sevilla' 99.

8. UN ESTADIO PARA EL SIGLO XXI.

El nuevo Estadio de Sevilla está ubicado en la Isla de la Cartuja, la más moderna zona de expansión de la ciudad, cerca de los terrenos que ocupó la Expo' 92, y junto a un nuevo parque metropolitano. A 15 minutos del aeropuerto y de la Estación Central de Ferrocarril, está conectado a la ronda de circunvalación, tiene un helipuerto y aparcamiento para 20.000 vehículos particulares en los alrededores.

De forma poligonal, el estadio presenta un perfil horizontal para alterar lo menos posible el paisaje. Parte del estadio está por debajo de la superficie, por lo que el público accede a un nivel intermedio, lo que facilita también su evacuación. Tiene una capacidad de 60.000 espectadores, el 76% de ellos cubiertos.

El estadio dispone de un cerramiento exterior donde se realiza el control de acceso mediante 19 puertas para público y 3 restringidas. Esta zona tiene capacidad para 110 autocares y 1.000 vehículos, mientras que en el interior del edificio pueden aparcar 8 autocares y 64 vehículos. La zona de acceso restringido se comunica directamente con la grada principal mediante un túnel.

La pista tiene 8 calles con un radio de 38.50 metros. La pista de calentamiento está situada a 300 metros y los atletas

accederán al estadio a través de un túnel. En cada una de las esquinas se levantan cuatro edificios triangulares con una superficie de 5.000 metros cuadrados cada uno, que serán destinados a oficinas (anexo II).

Los autores del proyecto son los arquitectos sevillanos Antonio Ortiz y Antonio Cruz, autores, también, del Estadio de la Comunidad de Madrid, y de la Estación Central de Ferrocarril de Santa Justa de Sevilla.

9. PARTICIPANTES.

Los formularios para las inscripciones preliminares de los atletas participantes en las pruebas han sido enviadas en Enero de 1999 a todas las Federaciones Miembros de la Federación Internacional de Atletismo. Dichos formularios deberán ser remitidos al Comité Organizador y a la Federación Internacional de Atletismo antes de las 24.00 horas del día 20 de Abril de 1999. A partir de esta fecha se enviarán a todas las Federaciones Miembros los formularios de inscripción final, que deberán ser devueltos al Comité Organizador y a la Federación Internacional de Atletismo antes de las 24.00 horas del día 10 de Agosto de 1999. En dichos formularios figurarán los nombres de los atletas participantes en cada una de las pruebas, así como el nombre de todos los oficiales de cada equipo.

Dos, tres o cuatro atletas por cada país pueden ser inscritos en cada una de las pruebas, siempre que todos ellos tengan la mínima A en la prueba, excepto en las pruebas de maratón (hombres y mujeres), donde no existe mínima de participación y cada país puede presentar hasta un máximo de cinco atletas

al disputarse también la Copa del Mundo de Maratón. En las pruebas de salto con pértiga y lanzamiento de martillo, ambas femeninas, y de acuerdo con la decisión del Consejo de la Federación Internacional de Atletismo, sólo participarán 12 atletas invitadas de acuerdo con el criterio de la Federación Internacional de Atletismo.

Cada Federación miembro puede inscribir un atleta por prueba, siempre y cuando haya conseguido la mínima B en la prueba en la que va a ser inscrito.

Las marcas mínimas A y B deben ser conseguidas en el periodo comprendido entre el 1 de Enero de 1998 y la fecha límite para las inscripciones finales (10 de Agosto de 1999). Estas marcas mínimas deben haber sido conseguidas de acuerdo con los criterios de la Federación Internacional de Atletismo, y pueden participar hasta 3 atletas por país, y prueba.

Las Federaciones miembros que no tengan ningún atleta (hombre o mujer) con mínima de participación, puede inscribir un/a atleta en cualquier prueba de los Campeonatos, con excepción de las pruebas combinadas y los concursos.

De esta forma, con toda seguridad, podremos ver en nuestra ciudad una cantidad superior a 3.000 atletas tratando de conseguir medallas y batir récords, a la vez que nos ofrecen unos de los mejores espectáculos deportivos del mundo.

10. PRUEBAS Y HORARIOS.

El consejo de la Federación Internacional de Atletismo, aprobó en Sevilla los días 22 y 23 de junio de 1998, el horario del Campeonato, para ello tuvo en cuenta las necesidades de los atletas, del público y de los espectadores de televisión.

Los horarios para las finales serán:

Viernes 20

Ceremonia de Inauguración.

Sábado 21

18,45 h.- 20 Km Marcha ♂ 19,05 h.- Pértiga ♀ 19,50 h.- Peso ♂

Domingo 22

21 h.- 100 m. ♀ 21,15 h.- 100 m. ♂ 21,45 h.- Martillo ♂
21,50 h.- 800 m. Heptalón ♀

Lunes 23

19,15 h.- Disco ♀ 19,25 h.- Altura ♂ 20,05 h.- Longitud ♀
21,10 h.- 3.000 m Obstáculos ♂

Martes 24

18,00 h. Martillo ♀ 19,45 h.- Triple ♀ 20,30 h.- Disco ♂
21,00 h.- 800 m. ♀ 21,10 h.- 1.500 m. ♂ 21,30 h.- 10.000 m. ♂

Miércoles 25

07,45 h.- 50 km. Marcha ♂ 20,05 h.- Triple salto ♂ 20,15 h.- Peso ♀
20,25 h.- 110 m. vallas ♂ 20,45 h.- 400 m. vallas ♀
21,40 h.- 1500 m. decatión ♂

Jueves 26

19,00 h.- 800 m. ciegos ♀ 19,10 h.- Pértiga ♂
19,15 h.- 1.500 m. ciegos ♂ 20,30 h.- 400 m. ♀
20,45 h.- 400 m. ♂ 21,00 h.- 10.000 m. ♀

Viernes 27

18,50 h.- 20Km. Marcha ♀ 19,45 h.- 200 m. ♀ 20,00 h.- 200 m. ♂
21,00 h.- 400 m. vallas ♂ 21,15 h.- 5.000 m. ♀

Sábado 28

18,45 h.- Maratón ♂ 19,05 h.- Longitud ♂ 19,10 h.- Jabalina ♀
20,05 h.- 100 m. vallas ♀ 21,30 h.- 5.000 m. ♂

Domingo 29

9,05 h.- Maratón ♀ 18,45 h.- Altura ♀ 18,55 h.- Jabalina ♂
19,30 h.- 4x100 ♀ 19,50 h.- 4x100 ♂ 20,10 h.- 1.500 m. ♀
20,30 h.- 800 m. ♂ 20,50 h.- 4x400 ♀ 21,10 h.- 4x400 ♂

11. VOLUNTARIOS.

El voluntario, hoy, es un elemento imprescindible para llevar a cabo el desarrollo de un evento deportivo. Además, es una fórmula maravillosa de incorporar e integrar la población a las acciones de un complejo evento deportivo, por ello el Comité Organizador del VII Mundial de Atletismo Sevilla '99 ha lanzado la campaña de captación de Voluntarios desde el pasado 11 de mayo con gran éxito en cuanto a la respuesta de los ciudadanos. Tan solo en la primera quincena se recogieron

más de 3000 llamadas y se apuntaron más de 1500 personas, que han contestado afirmativamente a los reclamos "Eres importantes" y "Participa".

La captación de voluntarios se realizó a través de las siguientes instituciones:

Sede del Mundial de Atletismo Sevilla'99.

Instituto de Deportes, Ayuntamiento de Sevilla.

Diputación de Sevilla.

La captación de voluntarios ha tenido tres fases:

- 1ª Fase, durante el mes de mayo de 1998, con una publicidad que incluyó Prensa, Radio, Televisión y elementos exteriores como autobuses, luminosos y pancartas.

- 2ª Fase, el reparto de carteles y folletos en más de 1000 puntos de la ciudad.

- 3ª Fase, fase de cierre, en el mes de septiembre de 1998, también con anuncios en prensa, radio, televisión y exteriores. La fecha límite para apuntarse era el 30 de Septiembre, habiéndose recogido casi 6.000 solicitudes. Aunque las necesidades son de aproximadamente unos 3.000 voluntarios, a los restantes se intentará ubicarles en labores de Cicerón y otras actuaciones especiales a designar por la organización.

La aportación de los voluntarios será fundamental para el desarrollo del Campeonato, pero lo será también en cuanto a su calidad de embajadores, ante los participantes y espectadores, de valores como la hospitalidad y la cordialidad, tan presentes en la forma de ser del sur. Serán personas mayores de edad que colaborarán con el Mundial de Atletismo guiadas

por el espíritu de amistad, lealtad, responsabilidad y profesionalidad.

Podemos decir que el perfil del voluntario es:

18-35 años.

Dominio de un segundo idioma, generalmente el inglés.

Experiencia como voluntario.

Carnet de conducir.

Nivel cultural medio.

Practicante de deporte.

La mejor recompensa que tendrá el voluntario será la satisfacción personal y el contacto con personas de alto nivel en el mundo del atletismo. Como curiosidad podíamos destacar la existencia de varias solicitudes para voluntario de personas de más de 70 años.

12. CONTROL DOPING.

La lucha contra el dopaje en la alta competición.

La razón de ser del doping la encontramos en la búsqueda de mejoras en el rendimiento físico. Las razones que impulsan a las organizaciones a prohibir ciertas sustancias son:

Mantener la ética deportiva.

Proteger la salud del atleta.

Los argumentos para el uso de sustancias y/o métodos prohibidos son:

Presiones sociales y a veces políticas.

Contrapartidas económicas.

Evolución Histórica.

El origen de la palabra "dop" proviene del dialecto kaffir. A lo largo de la historia se ha pasado del doping de la hechicería a la biología molecular. Ya lo usaban los primeros atletas griegos, y sus consecuencias se viven actualmente.

En los Juegos Olímpicos de México, 1968, el Comité Olímpico Internacional decide instaurar los controles antidopaje de forma reglamentaria y desde entonces comienza la lucha de la siguiente manera, buscando sustancias indetectables, métodos de enmascaramiento y buscando sustancias con efecto potenciador del rendimiento físico.

Desde entonces hasta el día de hoy las sustancias utilizadas para el dopaje han pasado por varias etapas:

- Etapa de los ESTIMULANTES.
- Etapa de los ANABOLIZANTES.
- Etapa de las HORMONAS PEPTÍDICAS.

Concepto actual.

Dopaje es la administración a un(a) deportista o la utilización por el(la) mismo(a) de cualquier sustancia extraña al organismo que pueda mejorar artificialmente la condición física y/o psíquica de una persona, aumentando así artificialmente su rendimiento.

EFFECTOS DESEADOS :

- Aumento de la masa muscular.
- Aumento de la capacidad de oxigenación.

- Retraso de la aparición de la fatiga.
- Disminución de la percepción del dolor.
- Mejora de la concentración.
- Aumento de la agresividad.
- Control del peso corporal.

EFFECTOS INDESEADOS:

- Cansancio excesivo.
- Disminución de la coordinación neuromuscular.
- Aumento del tiempo de reacción.
- Alteración del equilibrio.
- Disminución de la fuerza.
- Dependencia.
- Trastornos cardiovasculares.
- Efectos virilizantes.
- Alteraciones del crecimiento.

SUSTANCIAS DOPANTES:

- Estimulantes.
- Analgésicos narcóticos.
- Esteroides anabólicos.
- Bloqueantes beta-adrenérgicos.
- Hormonas peptídicas.
- Diuréticos.

MÉTODOS DE DOPAJE:

- Dopaje sanguíneo.
- Manipulaciones farmacológicas, químicas y físicas.

SUSTANCIAS SOMETIDAS A CIERTAS RESTRICCIONES

- Alcohol.
- Cannabis.
- Anestésicos locales.
- Corticosteroides.

13. CONTROL DOPING EN SEVILLA'99.

A continuación pretendemos, de modo breve, describir como va a funcionar el control doping dentro del complejo organizativo que se llevará a cabo en Sevilla'99, diferenciando los dos aspectos siguientes:

- a) Personal.
- b) Medios y Equipamientos.

a) Personal.

Delegado Técnico de la Federación Internacional de Atletismo.

Delegado de Control de la Federación Internacional de Atletismo.

Médico Coordinador, el cual coordinará las actuaciones en la estación de control entre los médicos que recogen las mues-

tras (8 médicos, formando 4 parejas) y los voluntarios. Previamente se dará un cursillo de formación para los médicos sin experiencia y los voluntarios.

Jueces, los cuales son los encargados de dar las notificaciones.

Escortas (voluntarios), acompañarán al atleta desde que se le da la notificación hasta que este pasa el control.

b) Medios y equipamientos.

La toma de muestras se realizará en la estación de control, la cual estará ubicada en el Estadio.

La estación de control contará con:

Sala de espera debidamente acondicionada.

Diferentes salas de trabajo.

Las muestras son enviadas en dos tandas diarias a Madrid, a través del AVE. Una vez allí estas serán analizadas en el laboratorio del Consejo Superior de Deportes, dirigido por la Dra. Cecilia Rodríguez, donde se dispone de tecnología punta, y el cual está homologado por el Comité Olímpico Internacional. Los resultados son emitidos tras 24 horas y comunicados por fax a Sevilla.

Se calcula que durante el Mundial se tomarán unas 400 muestras aproximadamente. Los primeros días de celebración del Mundial el número de muestras será menor, incrementándose este en los últimos días del Mundial debido a la celebración de mayor número de finales.

Pasarán control todos los récords nacionales y mundiales para poder ser homologados. Además hay que comentar que los

análisis realizados serán de orina, no realizándose análisis de sangre.

14. ALOJAMIENTO

Se usarán hoteles de Sevilla capital y provincia. Aunque posiblemente, y para poder atender a todos los colectivos que rodean un evento de este tipo (Jueces, medios de comunicación, patrocinadores, espectadores...), la organización tendrá que ofrecer alojamiento en el resto de las provincias andaluzas, preferentemente Córdoba, Cádiz y Huelva.

En los hoteles y villas se dispondrán *hospitálitis*, puntos para ofrecer información que pueden necesitar las personas que se alojen en un establecimiento concreto. Por supuesto, también se contará con salas de reuniones y esparcimientos para el disfrute de los organizadores y atletas.

Los patrocinadores que colaboran con el Mundial organizarán entre sus trabajadores viajes de incentivos (visitas culturales, cenas), con los cuales se pretende premiar el buen hacer en una actividad laboral determinada.

Las distintas federaciones tendrán la posibilidad de montar en los hoteles casas-consulados, cuya función es la de recibir y atender a las personalidades de un país determinado y demás VIP's.

También se contará con la posibilidad de realizar ruedas de prensa en los determinados puntos de alojamientos.

Además diferentes casas comerciales colaboradoras en la organización del Mundial realizarán espectáculos de promoción de sus productos y servicios.

Todo ello significará que como consecuencia de la celebración del Mundial, Sevilla y Andalucía puedan incrementar el empleo para muchos ciudadanos y suponga ingresos económicos para muchos establecimientos hoteleros y puntos de venta.

En este apartado, hemos de hacer mención especial a la villa de atletas que constará de varios establecimientos residenciales, con capacidad suficiente para acoger a todos los atletas participantes en el Campeonato, así como a oficiales, técnicos, médicos y fisioterapeutas.

Todos ellos poseen espacios deportivos-recreativos, zonas verdes, de lecturas, videos y televisión, en definitiva, espacios que al margen del descanso y alimentación, satisfacen otras necesidades tan importantes e interesantes como el rendimiento del atleta en periodo de competición.

Por otra parte y como fundamento principal para el respeto del atleta, estos establecimientos se encuentran a una corta distancia de los lugares de entrenamiento y competición (15 minutos).

15. TRANSPORTE.

La red de transporte interno, mediante un sistema de lanzaderas que contará con un total de 64 autobuses, se montará entre el Estadio, los hoteles, villa de atletas, estación y aeropuerto, y estará organizado de forma que los autobuses circulen con una gran asiduidad. De este efectivo se beneficiarán atletas, jueces, prensa, organización y VIP's.

La flota de vehículos está compuesta por los 64 autobuses nombrados anteriormente, coches para VIP's y monovolúmenes.

16. PROMOCIÓN Y MEDIOS DE COMUNICACIÓN.

Es la encargada de mostrar la imagen corporativa, lleva a cabo el diseño de publicaciones, el diseño de la cartelería y trípticos informativos... en general todo lo que tiene que ver con la imagen del campeonato fuera de este, teniendo en cuenta que se debe guardar siempre una imagen homogénea del Campeonato que signifique algo, pero este significado siempre asociado una imagen, imagen que debe ser siempre la misma.

Las tareas de diseño deben ser entendidas como tareas de comunicación, comunicación destinada a velar por una imagen corporativa y a controlar la explotación de esta imagen.

Hasta la fecha se han elaborado dos boletines, tres trípticos y dos carteles.

También se lleva a cabo el estudio y la promoción de la Mascota, de su imagen y posturas, donde debe y puede ser colocada. Además, todos los elementos promocionales (banderolas, pancartas, lonas de recorridos de carreras...) también son diseñadas en esta área que vela por su ubicación y control en la situación de estos elementos. Todo ello necesita de :

Director de operaciones y servicios a medios de comunicación.

La tarea fundamental que desempeña es la coordinación de Medios de Comunicación y Operaciones, actuando como enlace entre las diferentes subáreas y el Director de Promoción y Medios de Comunicación; además cada subárea tiene un responsable.

Director del Centro de Prensa.

Encargado del servicio, atenciones, provisión e infraes-

tructura de telecomunicaciones, medios de comunicación, mantenimiento de sala e iluminación.

El centro de prensa está ubicado en la torre suroeste del Estadio, ocupando este unos 2.100 metros cuadrados.

Tribuna.

En esta subárea las funciones que se desempeñan están relacionadas con labores de atención a la prensa escrita, radio y televisión, y agencias en zona de tribunas. Esta atención está centrada en funciones como zonas de reserva, pupitres, mantenimiento de zonas, distribución de pupitres y otros servicios necesarios como teléfono, monitores de televisión, informática, monitor de datos...

Información estadística.

A partir de los resultados que se van dando a medida que avanza la competición se van obteniendo una serie de datos estadísticos. Estos datos son proporcionados directamente a los medios de comunicación para que estos puedan difundirlas y de esta forma todos los seguidores puedan estar debidamente informados. Todas las noticias importantes que se vayan dando en el campeonato serán distribuidas por este equipo, equipo que estará compuesto por: estadísticos, traductores, redactores y un grupo de voluntarios.

Sala de entrevistas.

Zona que estará preparada para antes o después de la entrega de medallas, los tres medallistas acudirán a esta sala donde se realizará la rueda de prensa, la cual estará dirigida por una persona determinada. La sala destinada a las entrevistas tendrá capacidad para 150 personas.

Zona mixta.

Es la zona por la que los atletas salen de la pista de competición, donde existe una barra separadora, a un lado se encuentran los atletas y al otro la prensa, donde hay una zona para fotógrafos y otra para prensa escrita. Existe un responsable encargado de controlar la circulación en esta zona.

Fotografía.

Los mismos servicios del centro de prensa se dispondrán para los fotógrafos, también podrán contar con zona mixta, oficinas y salas de revelados; se dispondrán unas taquillas para que los profesionales de la fotografía puedan guardar el material que puedan requerir.

RTVE.

Se atenderá a la televisión en todo lo referente a medios, soportes, etc. Existirá una zona de atención exclusiva para las televisiones.

Reprografía y reparto.

Todos los resultados, noticias, información estadística son fotocopiadas en esta subárea, para ser distribuidas al centro de prensa, centro de fotógrafos, zona de televisión, tribunas VIP's y tribunas de prensa.

Atención previa.

Zona de acreditaciones de los medios de comunicación, así como para primera atención a los medios de comunicación.

17. SEGURIDAD.

Está coordinada por la Comisión de Seguridad, en la cual participan diferentes instituciones y entidades organizativas.

La función principal de la Seguridad, dentro de todo el entramado organizativo, es velar para que, tanto antes, durante y después del mundial, todo lo relacionado con esta transcurra dentro de un clima de normalidad. Al hablar de antes y después, nos estamos refiriendo a la seguridad de cualquier acontecimiento que se pueda dar fuera de los días propios de celebración del mundial y que esté relacionado con este, como puede ser la llegada de las diferentes expediciones días antes del comienzo de las pruebas, o el que alguna expedición o VIP determinado decida quedarse en Sevilla unos días más una vez terminadas las pruebas.

Antes de los días propios de celebración de las pruebas hay que prestar especial atención a los siguientes aspectos:

- Revisión del soporte logístico de seguridad.
- Controles previos a la llegada.
- Detección de anomalías.

Y durante la celebración del Mundial habrá que prestar especial atención al dispositivo de situaciones de emergencia.

La seguridad en el Mundial de Atletismo Sevilla'99 está compuesta por:

- SEGURIDAD PÚBLICA.

En la que intervienen diferentes instituciones como el Ministerio del Interior, Delegación del Gobierno; de esta forma se coordinan los diferentes cuerpos de seguridad del Estado.

• SEGURIDAD PRIVADA.

Encargada de la seguridad en la circulación de los alrededores del estadio, accesos, graderío de público (en cuya seguridad participará el cuerpo de voluntarios).

En el dispositivo de seguridad debemos diferenciar entre:

- Dispositivo de mínimos.
- Dispositivo para situaciones de emergencia.

La seguridad, conectada con el área médica, va destinada fundamentalmente a los siguientes puntos:

Sedes destinadas a organización.

Alojamientos.

Red de transportes internos.

Aeropuerto.

Estación de ferrocarril.

Todo el entramado destinado a la seguridad se encuentra complementado por la seguridad de las diferentes personalidades y VIP's que acudan a Sevilla para presenciar la celebración del Mundial.

18. FINANCIACIÓN.

La base fundamental de financiación radica en las aportaciones anuales que progresivamente, y de acuerdo al presupuesto, vienen haciendo las instituciones públicas: Ministerio de Educación y Cultura (Consejo Superior de Deportes), Junta de Andalucía (Consejería de Turismo y Deporte), Diputación Provincial de Sevilla y Ayuntamiento de Sevilla para la organi-

zación del Campeonato, evidentemente también existe patrocinio privado, más otros ingresos de otras entidades.

Por otra parte las mismas instituciones vienen aportando los recursos necesarios para la construcción del nuevo Estadio, y remodelación y/o adecuación de las pistas de entrenamiento, que son La Cartuja, San Pablo, San Juan de Aznalfarache, Dos Hermanas, y San José de la Rinconada.

En cuanto a la repercusión económica, podemos diferenciarla en dos aspectos fundamentales:

A.- Inversión en instalaciones deportivas, infraestructura y equipamientos, con la consiguiente creación de empleo, directo e indirecto.

B.- 8.000 plazas hoteleras de participantes, de las que 3.000 están reservadas para los atletas, otras 3.000 para medios de comunicación y 500 para VIP's y otros. Sobre esto se ha supuesto unas 15.000 pts./persona/día al margen del gasto diario.

19. REPERCUSIONES DEPORTIVAS.

La celebración del Mundial de Atletismo en la ciudad de Sevilla conlleva una serie de repercusiones a nivel deportivo. Hay que reseñar que la celebración de un acontecimiento como este no solo atañe a Sevilla como ciudad organizadora, sino que tiene una repercusión en toda nuestra comunidad autónoma, y por supuesto esta repercusión se extiende a todo el ámbito nacional, es decir, hay una implicación de cada uno de los estamentos tanto federativos, como de gobierno para que se pueda dar un acontecimiento de tal magnitud.

Todo ello conlleva una incidencia en la práctica de este deporte en la ciudad de Sevilla, ciudad que va a tener la oportunidad de albergar a los mejores atletas del mundo, posibilitando con ello que todo el mundo pueda verlos y estar cerca de ellos. Un acontecimiento como este puede ser la mejor forma de relanzar la práctica de este deporte, ya no solo en nuestra ciudad sino en toda nuestra comunidad autónoma y el resto del territorio nacional. Cuando hablamos de relanzar, nos estamos refiriendo tanto a Escuelas Deportivas y práctica federada de este deporte, como a su enseñanza dentro del área de Educación Física y Deportiva en el marco escolar, enseñanza que puede resultar más rica en experiencias y motivante cuando tenemos tan cerca un acontecimiento deportivo tan importante.

También debemos reseñar como punto importante la especial motivación de los atletas españoles al competir en su país, y por supuesto la de los atletas andaluces, por los que se ha apostado fuerte dentro del Plan Andalucía Olímpica en el marco de la Fundación Andalucía Olímpica.

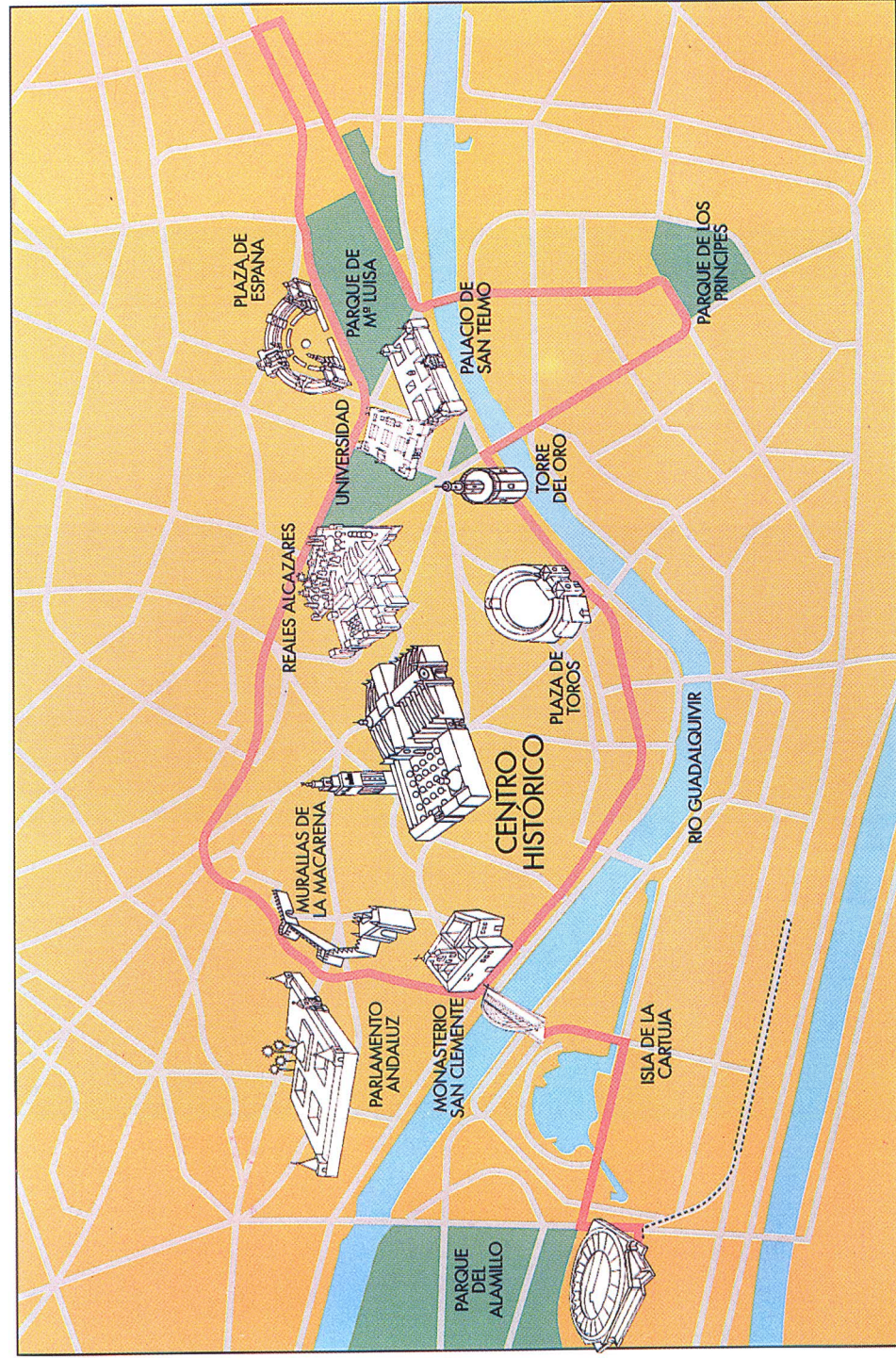
También nos parece importante el destacar otro aspecto como es la construcción del nuevo Estadio donde se celebrarán las pruebas del mundial, instalación que posibilitará en un futuro la celebración de otros acontecimientos deportivos, como podría ser en un futuro, y así lo esperamos todos, la celebración de unos Juegos Olímpicos en la ciudad de Sevilla.

BIBLIOGRAFÍA

- A. LAPTEV, A. MINJ. (1987) Higiene de la cultura física y el deporte. Ed. Pueblo y educación. Barcelona.
- ÁLVAREZ DEL VILLAR, C. Y DURÁN, J. (1985) Atletismo Básico. Ed. Kapelusz.
- APOYO AL ENTRENAMIENTO (CLINIC SORIA, NOV.87) Cuadernillos de atletismo de la Real Federación Española de Atletismo.
- BALLESTEROS, J.M. Y ÁLVAREZ, J. (1985). Manual didáctico de Atletismo. Ed. Kapelusz.
- CIENCIAS APLICADAS AL DEPORTE.(1996). Bases médicas de la actividad física-deportiva. Buenos Aires.
- HORNILLOS, I. Y TUIMIL, J.L. (1994). Introducción a las habilidades atléticas. Ed- Centro Gallego de Documentación y Ediciones Deportivas. A Coruña.
- RIUS SANT, J. (1989). Metodología del Atletismo. Paidotribo. Barcelona.
- SCHMOLINSKY, G. (1985). Atletismo. Ed. Pila Teleña. Madrid.
- VINUESA Y COLL (1984). Tratado de Atletismo. Editorial Esteban Sanz. Madrid.
- VV.AA. (1990). Atletismo I, II y III. Comité Olímpico Español. Madrid. Colección Kiné. Editorial Miñón. Valladolid.

ANEXO I

El circuito de la maratón y marcha

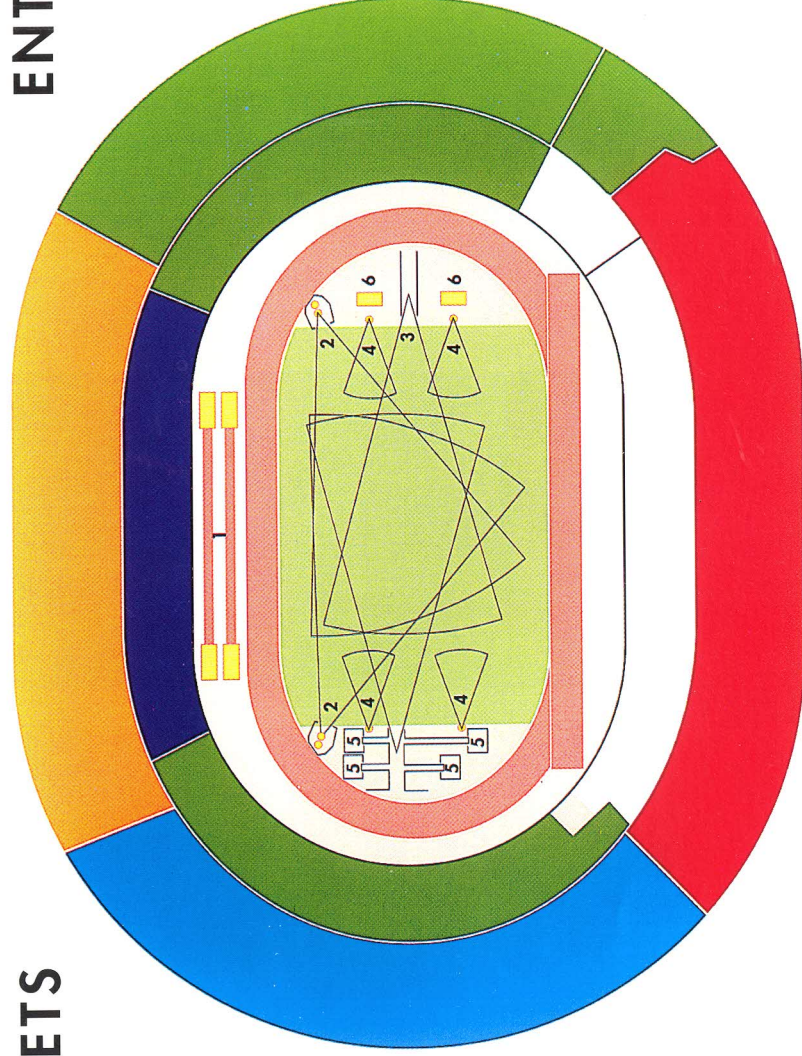


ANEXO II

El estadio del Mundial

TICKETS

ENTRADA



TICKET PRICES
 PRIX DES ENTRÉES
 PRECIO ENTRADAS

- A 8.500
- B 6.000
- C 4.500
- D 2.500
- E 1.000

SEASON TICKET PRICES
 PRIX DES ABONNEMENTS
 PRECIO ABONOS

- 62.000
- 40.000
- 25.000
- 15.000
- 5.000

1. LONG JUMP/LONGUEUR/SAUTO DE LONGITUD - TRIPLE JUMP/TRIPLE SAUT/TRIPLE SAITO
2. DISCUS/DISQUE/DISCO - HAMMER/MARTEAU/MARTILLO
3. JAVELIN/JAVELOT/JAVAINA
4. SHOT PUT/POIDS/PESO
5. POLE VAULT/SAUT À LA PERCHE/PERTIGA
6. HIGH JUMP/HAUTEUR/SAUTO DE ALTURA