

ATLETISMO

LOS LANZAMIENTOS

El principio mismo de lanzar se inspira en el gesto antiguo del cazador.

PRUEBAS DE LANZAMIENTO EN ATLETISMO

El **lanzamiento de peso** tiene su origen en la mitología griega, donde Homero describe a los lanzadores de piedras. El peso que se lanza es de 16 libras (7,257 kilogramos), y la técnica de lanzamiento evolucionó entre la posición fija, al lanzamiento con toma de impulso. La idea es lanzar la bola lo más lejos posible de un círculo que tiene una línea que no se puede sobrepasar situada en el área de lanzamiento.

El **lanzamiento de disco** es la prueba atlética mejor descrita por los griegos. Las técnicas para el lanzamiento y los distintos discos se explican en la **Ilíada**. En 1907, el peso del disco masculino se fijó en 2 kg y un diámetro de 22 cm.

En el **lanzamiento de martillo** se han encontrado rastros en las antiguas leyendas celtas que datan de 829 A.c., y durante la Edad Media, donde el verdadero martillo de herrero sustituyó a los artes rústicos de la Antigüedad. Hoy en día, para los hombres, la bola de acero pesa 7,257 kilogramos (16 libras) y está conectada a un cable de acero con un mango.

Lanzamiento de jabalina, era una herramienta de caza utilizada por las civilizaciones antiguas, y también un arma usada por muchos ejércitos de la antigüedad, está en el origen de la disciplina de lanzamiento de jabalina. Hércules se considera que fue uno de los primeros lanzadores de jabalina. La prueba figuraba en el programa de los Juegos Olímpicos Antiguos. A pesar de las medidas de seguridad, los incidentes siguen produciéndose hoy en día. En 2007, los atletas Roman Šebrle y Salim Sdiri fueron alcanzados accidentalmente por una jabalina durante las reuniones atléticas.

Actividad. Pon debajo de los dibujos siguientes el tipo de lanzamiento que representa y coloréalos:

LANZAMIENTOS



Nombre y apellidos: _____

Fecha: _____ Curso: _____