



PROGRAMA DE EXAMEN

CARRERA: Profesorado de Educación Física

CÁTEDRA: Atletismo

AÑO : Tercero

DIVISIÓN: A - B



CONTENIDOS

UNIDAD I: LANZAMIENTO DE DISCO

- Generalidades del lanzamiento.
- Técnica del lanzamiento.
- Metodología para su enseñanza.
- Aspectos Reglamentarios generales y específicos.

UNIDAD II: SALTO EN ALTO

- Generalidades de los saltos.
- Técnica del salto en alto.
- Metodología para su enseñanza.
- Aspectos Reglamentarios generales y específicos.

UNIDAD III: CARRERA CON VALLAS

- Generalidades
- Descripción técnica: el ataque, el vuelo, la caída.
- Didáctica básica
- Trabajos generales de ritmos

BIBLIOGRAFÍA

- Joan RiusSant. Metodología del atletismo.



- A. K. Kramer. Atletismo. Lanzamientos.
- Enciclopedia salvat de los deportes.
- Jorge de Hegedus. Técnicas Atléticas.
- Juan Juncosa. Carreras de fondo.
- Kirsch y Koch. Series metodológicas de ejercicios en atletismo.
- Mortensen y Cooper. Técnicas de atletismo.
- Simón Silvestrini. Metodología Atlética.