



**Ayuntamiento
de Salamanca**

Educación, Cultura, Deportes y Juventud
Sección de Deportes



JUEGOS ESCOLARES 2017/2018

**PROGRAMA PROMOCIÓN
ATLETISMO PARA BENJAMINES**

5 y 12 de mayo

1.- CONVOCATORIA Y DESARROLLO:

Dentro de las actividades de los Juegos Escolares 2017/2018, la Concejalía de Deportes del Ayuntamiento de Salamanca organiza DOS jornadas didácticas de Atletismo para la categoría **BENJAMÍN** masculina y femenina (**nacidos/as en los años 2009 y 2010**) y que tendrán lugar en las Pistas de Atletismo de el Helmántico, los sábados 5 y 12 de mayo, **de 12 a 14 horas**.

Para participar en las jornadas es necesario realizar **la inscripción correspondiente**, en el impreso que se adjunta (**uno por sexo**), **antes de las 14.00 horas, de los miércoles previos**, indicando claramente todos los datos solicitados.

Les recordamos, que todos los participantes deberán haber estado inscritos en juegos escolares a través de la aplicación informática DEBA, para garantizar su cobertura sanitaria.

PRUEBAS POR JORNADA

1ª Jornada 5 de mayo

- *- 50 m. lisos
- *- Salto de longitud
- *- Lanzamiento de pelota lastrada

2ª Jornada 12 de mayo

- *- 500 m lisos
- *- Salto de altura
- *- Relevos 4 x 50 metros



CONSIDERACIONES ESPECIALES

Con la realización de este programa, se pretende que todos los escolares puedan tener un primer contacto con el Atletismo, independientemente del deporte que estén practicando en los Juegos Escolares, por lo tanto hay que tener en cuenta las siguientes consideraciones:

- a) Todas las pruebas serán explicadas didácticamente por los monitores responsables, con anterioridad a su realización.
- b) Todos los atletas harán cada jornada las tres pruebas propuestas.
- c) En el salto de longitud cada atleta tendrá 3 intentos.
- d) En el lanzamiento de pelota lastrada también tendrá cada atleta 3 lanzamientos.
- e) En el salto de altura, no se pondrá el listón rígido sino que se usará una goma elástica.
- f) En la prueba de relevos, los equipos pueden venir ya constituidos por los respectivos centros, o en su defecto, los monitores encargados de la actividad los formarán, teniendo en cuenta que todos los participantes estarán incluidos en esta prueba tan atractiva para estas categorías.

Los centros Escolares que opten por presentar en la inscripción la formación de los equipos de relevos, deberán designarlos con las letra A, B, C

PRIMERA JORNADA

Se realizarán simultáneamente las siguientes pruebas:

- **Longitud** / masculina y **Pelota lastrada** / femenina.

Una vez finalizadas las mismas, los participantes se cambiarán de prueba.

- **50 metros lisos**. Cuando hayan finalizado la longitud y la pelota lastrada se empezará con esta prueba. La harán todos los atletas divididos en series, teniendo en cuenta que se realizarán por separado según las modalidades, (masculina o femenina).

SEGUNDA JORNADA

Se realizarán simultáneamente las siguientes pruebas:

- **500 metros lisos** / masculinos y **altura** / femenina

Una vez finalizadas las mismas, los participantes se cambiarán de prueba.



Ayuntamiento de Salamanca

Educación, Cultura, Deportes y Juventud
Sección de Deportes

- **Relevos 4x50 ml.** una vez que hayan finalizado las pruebas de 500 ml. y altura se empezará esta prueba, la harán todos los atletas divididos en series, teniendo en cuenta las modalidades, (masculina o femenina). En caso de necesidad los equipos podrán ser mixtos.

Todas las pruebas serán explicadas didácticamente por los monitores responsables, con anterioridad a su realización.

Esta programación puede cambiar en función del número de atletas inscritos o del porcentaje de atletas masculinos y femeninos.

Los resultados, sin validez federativa, tienen un valor secundario en el desarrollo de las jornadas.