



# TEMA 13: SALTO DE ALTURA



**Alfonso Valero Valenzuela - Profesor UMU Titular de la asignatura de Atletismo**

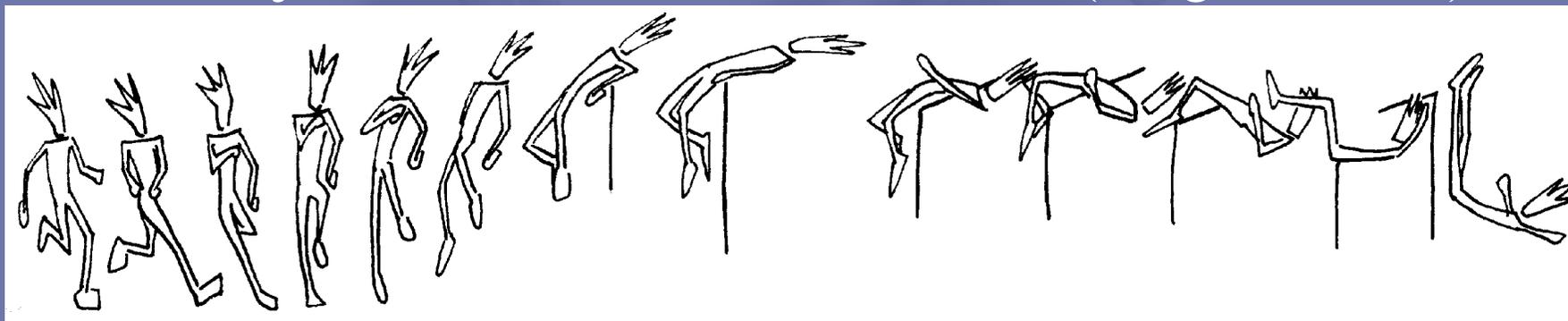
**Ernesto De la Cruz Sánchez - Profesor UMU**

**Alberto Gómez Mármol - Colaborador**

# EVOLUCIÓN HISTÓRICA



- Récorods mundiales:
  - Hombres: 2.45 m Javier Sotomayor (Cuba, 1993)
  - Mujeres: 2.09 m Stefka Kostadinova (Bulgaria, 1987)



- Récorods nacionales:
  - Hombres: 2.34 m Arturo Ortiz (1991)
  - Mujeres: 2.02 m Ruth Beitia (2007)

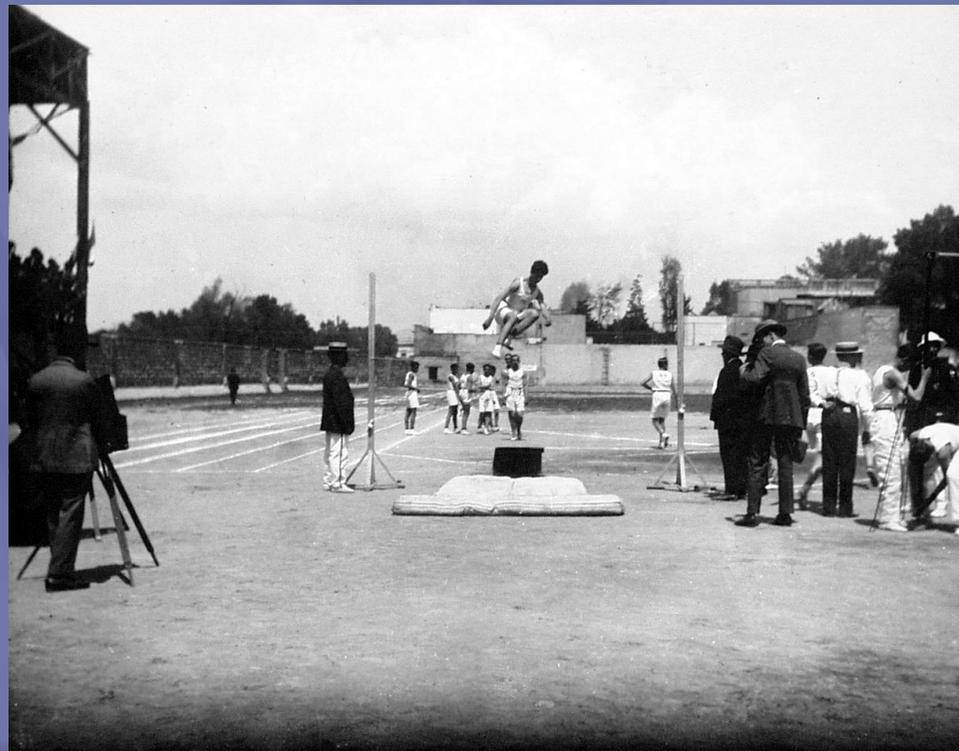
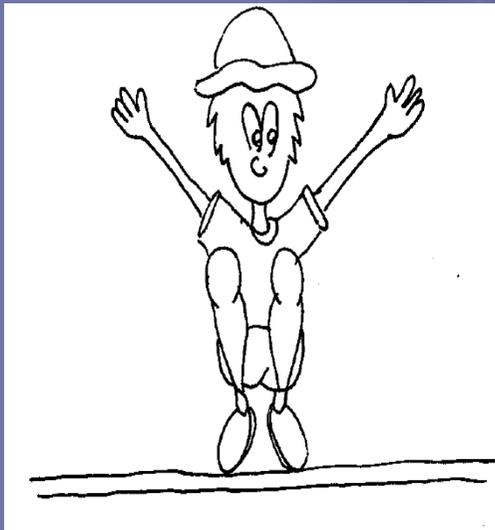
# EVOLUCIÓN HISTÓRICA

- Orígenes en el juego y espectáculo, como el salto de la pared, de la espada o de otro hombre (Celtas s. XVIII a.C).
- El salto de altura masculino se incorpora al programa olímpico en Atenas (1896) y el femenino en Ámsterdam (1928).



# EVOLUCIÓN HISTÓRICA

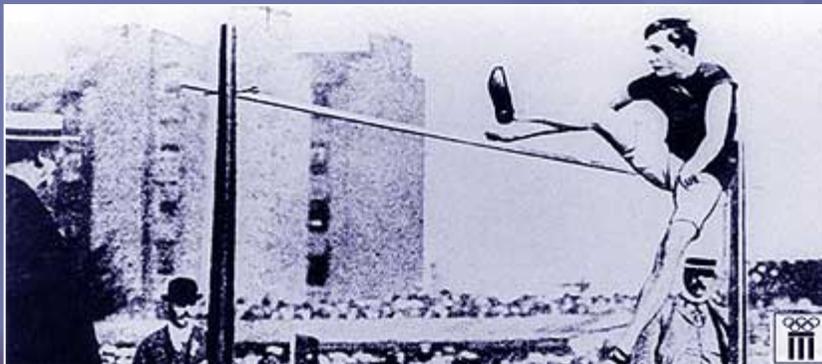
- Evolución de la técnica:
- Salto frontal:
  - Con encogimiento de piernas, es la técnica más primitiva.



# EVOLUCIÓN HISTÓRICA



- Evolución de la técnica:
- Salto a tijera:
  - Carrera de aproximación corta.
  - Se pasaba el listón de lado.
  - Primero pasaba una pierna y luego la otra.



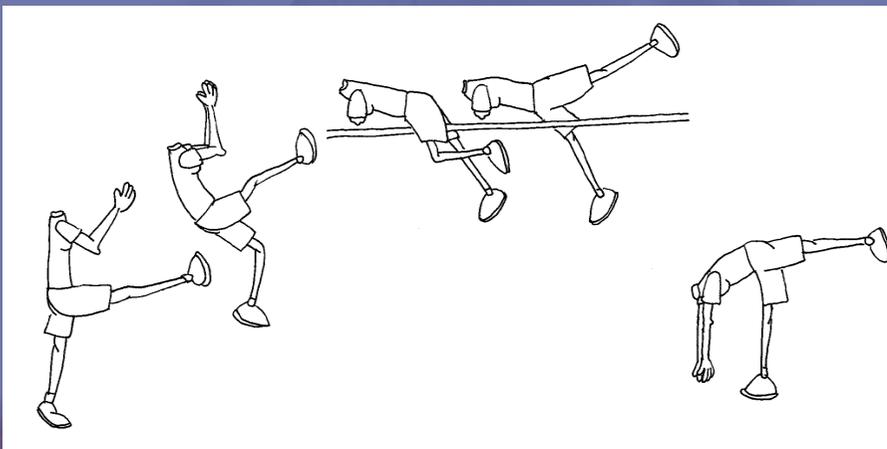
# EVOLUCIÓN HISTÓRICA

- Evolución de la técnica:
- Rodillo costal:
  - También denominado californiano o de la costa oeste.
  - Introducido en 1912 por George Horine.
  - El atleta gira lateralmente sobre el listón.
  - Permitted superar la barrera de los 2 metros.



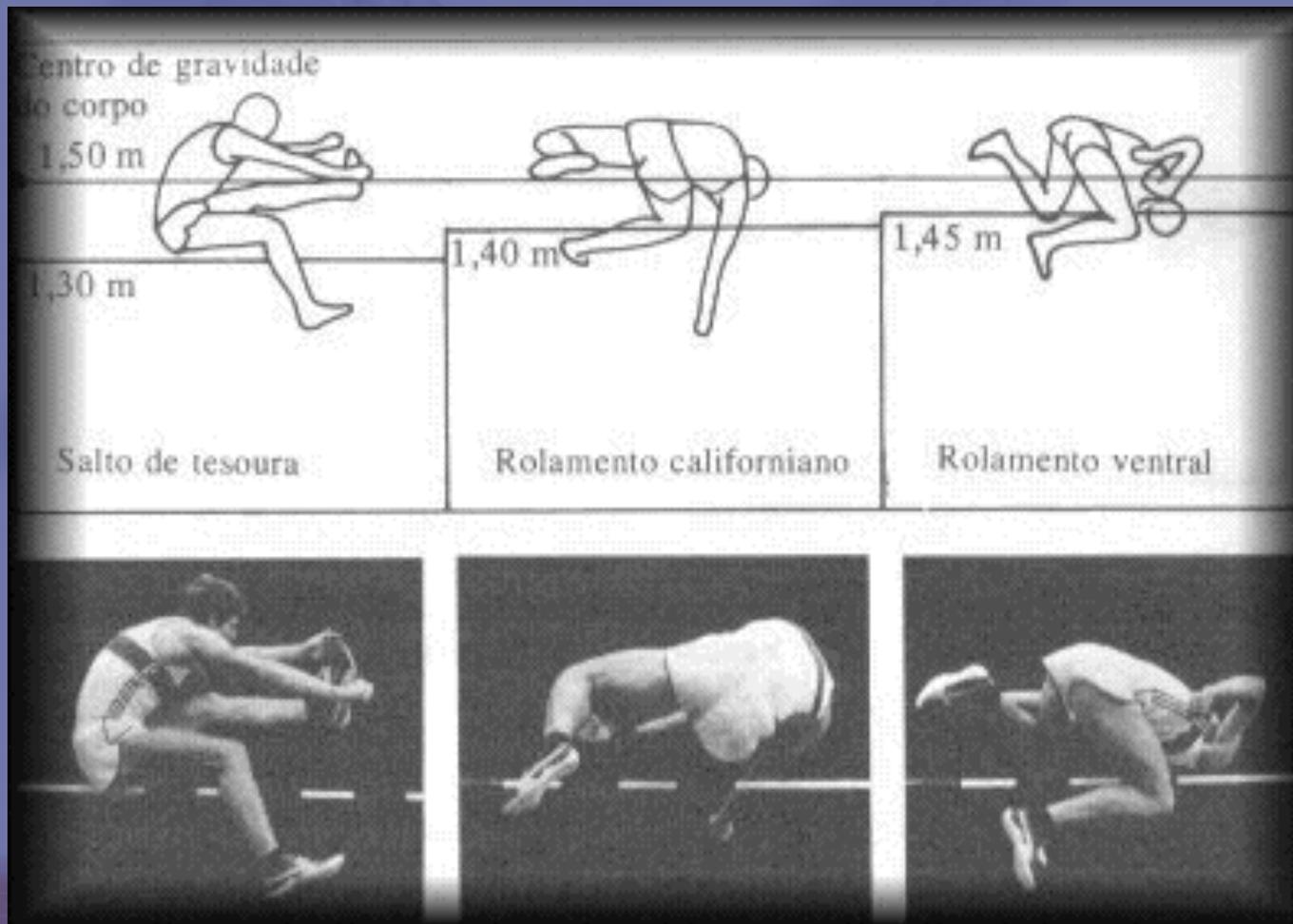
# EVOLUCIÓN HISTÓRICA

- Evolución de la técnica:
- Rodillo ventral:
  - Introducido por Lester Steers en 1940.
  - Variante del rodillo costal, con una mayor rotación.
  - Convivió con el rodillo costal durante una década.
  - Permitted llegar a los 2.28 metros logrados por Valery Brumal.



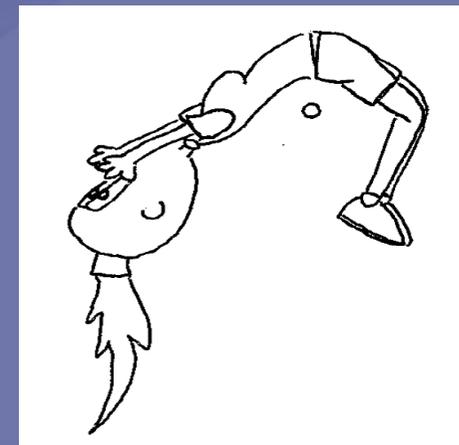
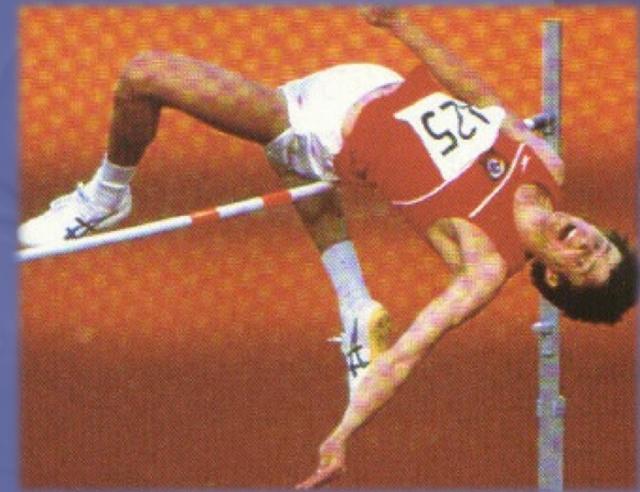
# EVOLUCIÓN HISTÓRICA

- Evolución de la técnica:



# EVOLUCIÓN HISTÓRICA

- Evolución de la técnica:
- Rodillo dorsal:
  - Modificación del reglamento permitiendo el paso de la cabeza antes del resto del cuerpo.
  - Ablandamiento de la zona de caída.
  - Introducido por Dick Fosbury en los Juegos Olímpicos de Méjico en 1968.



# REGLAMENTACIÓN BÁSICA

- Los atletas tendrán que despegar con un solo pie.
- Un competidor falla (intento nulo) si después del salto, el listón no queda sobre los soportes por causa de la acción del atleta durante el salto.
- Después de tres nullos consecutivos el concursante no puede seguir efectuando más saltos.



# REGLAMENTACIÓN BÁSICA

- Los empates se resolverán como sigue:
  - El atleta con menor número de saltos a la altura en que se produzca el empate será el que obtenga el mejor puesto.
  - Si el empate aún continua, el atleta con el menor número total de intentos nulos durante la competición hasta la altura últimamente franqueada inclusive, obtendrá el mejor puesto.
  - Si aún persiste el empate y afecta al primer puesto, los atletas empatados deberán disponer de un salto más en la última altura saltada por los atletas empatados y si no se lograra una decisión, se hará elevar o descender el listón si los atletas franquean o fallan respectivamente, debiendo hacer un intento en cada altura hasta que el empate sea resuelto.
  - Si aún persiste el empate y afecta a cualquier otro puesto, los atletas serán clasificados en el mismo lugar que en la competición.





# REGLAMENTACIÓN BÁSICA

## Ejemplo

Alturas anunciadas por el Juez Jefe al comienzo de la competición:  
1,75 m.; 1,80 m.; 1,84 m.; 1,88 m.; 1,91 m.; 1,94m.; 1,97 m.; 1,99 m...

Atleta	Alturas						
	1,75 m.	1,80 m.	1,84 m.	1,88 m.	1,91 m.	1,94 m.	1,97 m.
A	O	XO	O	XO	X-	XX	
B	-	XO	-	XO	-	-	XXX
C	-	O	XO	XO	-	XXX	
D	-	XO	XO	XO	XXX		

O = Salto válido    X = Intento Nulo    - = Nulo



# REGLAMENTACIÓN BÁSICA

## Ejemplo

Alturas anunciadas por el Juez Jefe al comienzo de la competición:  
1,75 m.; 1,80 m.; 1,84 m.; 1,88 m.; 1,91 m.; 1,94m.; 1,97 m.; 1,99 m...

Atleta	Alturas							Nulos	Saltos de desempate		
	1,75 m.	1,80 m.	1,84 m.	1,88 m.	1,91 m.	1,94 m.	1,97 m.		1,91 m.	1,89 m.	1,91 m.
A	O	XO	O	XO	X-	XX		2	X	O	X
B	-	XO	-	XO	-	-	XXX	2	X	O	O
C	-	O	XO	XO	-	XXX		2	X	X	
D	-	XO	XO	XO	XXX			3			



# REGLAMENTACIÓN BÁSICA

A, B, C, D han franqueado todos 1,88 m.

Se aplica ahora la Regla sobre los empates. Los Jueces suman el número total de nulos, incluyendo los de la última altura franqueada 1,88 m.

D tiene más nulos que A, B y C y, por tanto, queda clasificado en cuarto lugar. A, B y C están todavía empatados y, como está en juego el primer puesto, disponen de un salto más sobre 1,91m. que es la próxima altura después de las franqueadas por los atletas empatados. Como todos los atletas empatados han fallado el listón se baja a 1,89 para otro desempate. Al fallar sólo C sobre 1,89 m., los otros dos atletas empatados A y B tienen un tercer desempate sobre 1,91m. Al saltar sólo B es, por lo tanto, declarado vencedor.

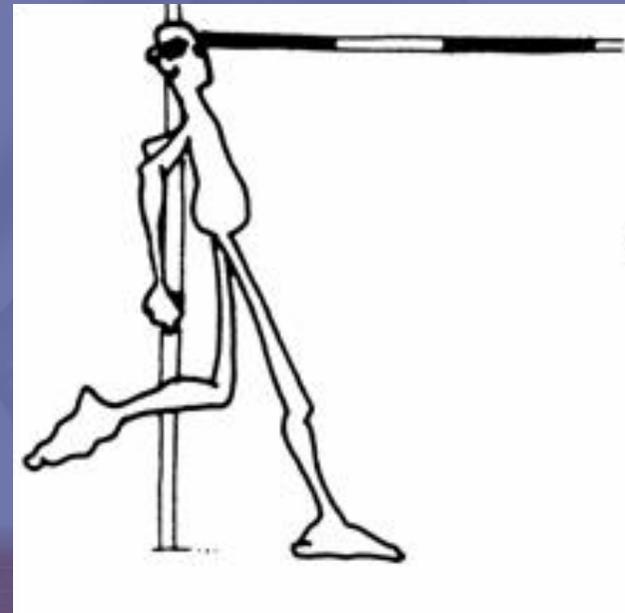


# REGLAMENTACIÓN BÁSICA

Atleta	Alturas							Pues- tos
	1,75 m.	1,80 m.	1,84 m.	1,88 m.	1,91 m.	1,94 m.	1,97 m.	
A	O	XO	O	XO	X-	XX		2
B	-	XO	-	XO	-	-	XXX	1
C	-	O	XO	XO	-	XXX		3
D	-	XO	XO	XO	XXX			4

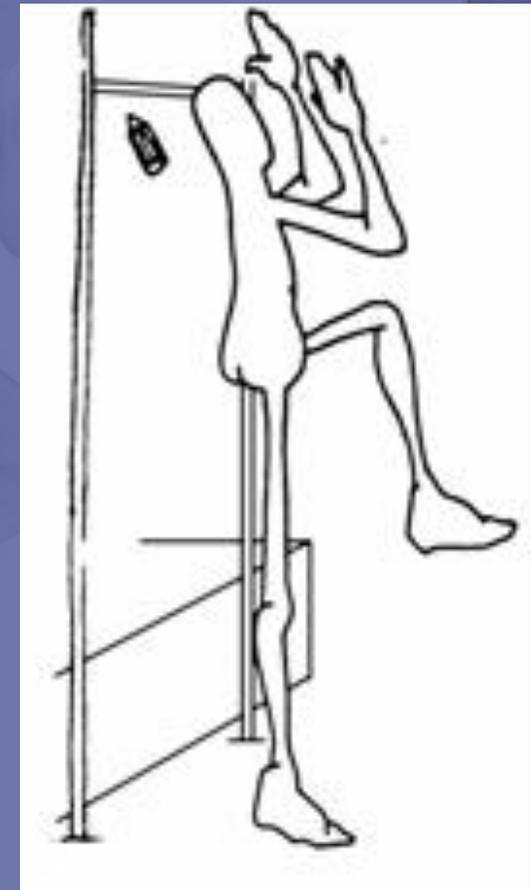
# DESCRIPCIÓN TÉCNICA: CARRERA

- Para un diestro se inicia a la derecha del listón, realizando los últimos 5 apoyos en curva, orientando el tronco hacia el interior de la curva y acortando progresivamente el penúltimo y último apoyo.
- En el último apoyo, los brazos se colocarán detrás del cuerpo.



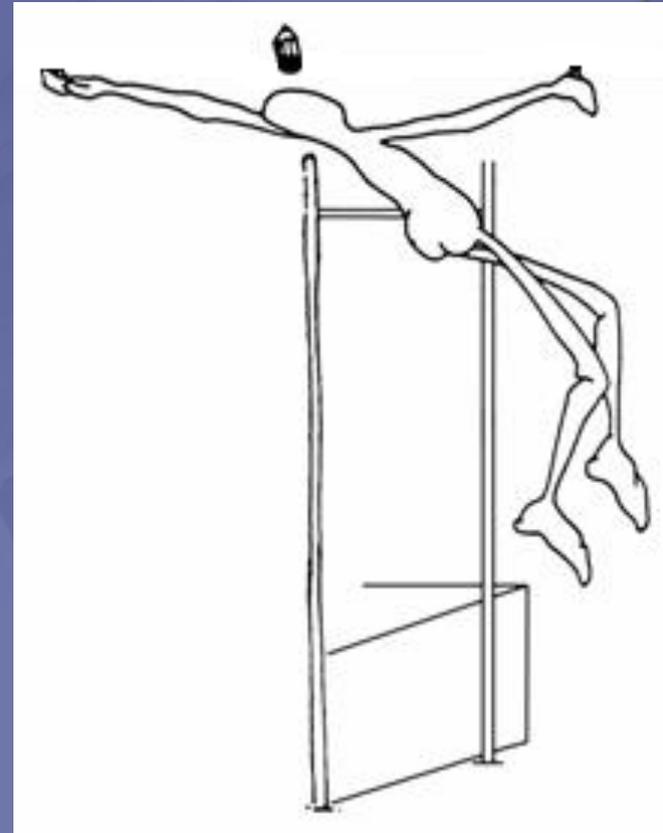
# DESCRIPCIÓN TÉCNICA: BATIDA

- Se realiza con la pierna más exterior al listón colocándose el pie en el suelo casi paralelo al listón, estando la pierna extendida y el tronco en prolongación a ésta. Los brazos se llevan hacia delante y arriba para iniciar el despegue en sentido vertical.



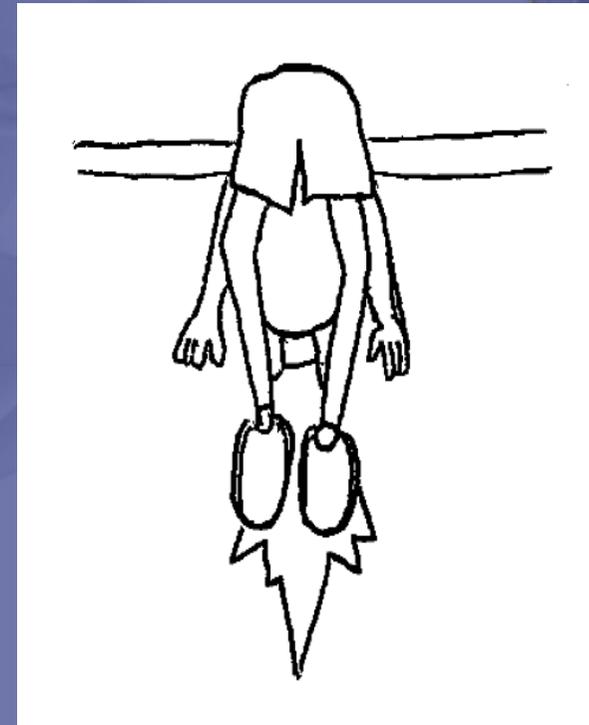
# DESCRIPCIÓN TÉCNICA: BATIDA

- A medida que el cuerpo asciende, va girando para dar la espalda al listón. La pierna de batida busca aproximarse a la pierna libre.



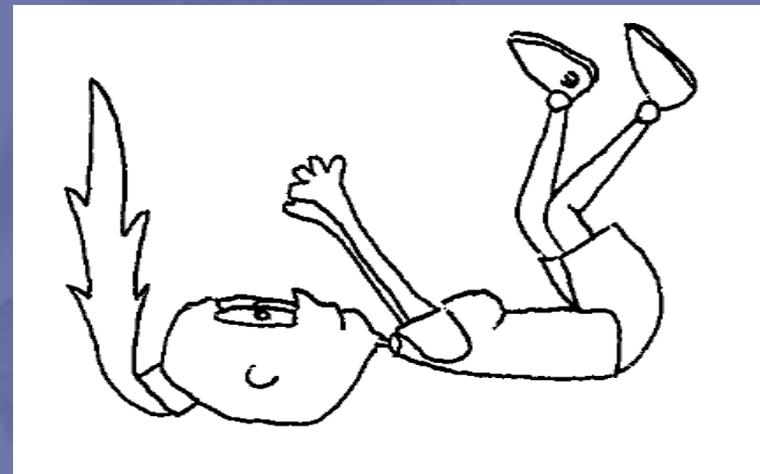
# DESCRIPCIÓN TÉCNICA: VUELO

- Con el cuerpo situado sobre el listón, se flexionan la piernas por las rodillas y se elevan las caderas. Una vez que las caderas superan el listón, se realiza un “golpe de cintura” para llevar lo más rápidamente posible las piernas al cuerpo, descendiendo separadas y estiradas.



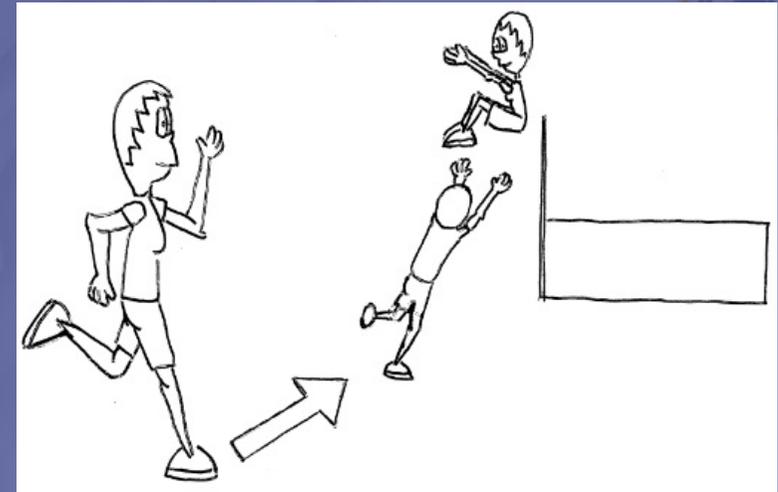
# DESCRIPCIÓN TÉCNICA: RECEPCIÓN

- Se produce con la espalda que debe estar recta en el momento del contacto con la colchoneta. Los brazos, para aumentar la superficie de recepción, se colocarán a los lados del cuerpo.



# CLAVES PARA SU ENSEÑANZA

- Errores más comunes:
  1. Carrera demasiado corta.
  2. Mal talonamiento.
  4. Precipitarse sobre el listón.
  5. No desviarse al interior de la curva.
  6. No girar la rodilla de la pierna libre.
  7. Batida demasiado alejada del listón.



# CLAVES PARA SU ENSEÑANZA

- Espacio para la carrera previa y material para el salto (listones, postes, cuerdas, elásticos, etc).
- Colchonetas entre 30 y 40 cm de grosor, trampolines, plinto, etc.
- Modificación de las reglas, número de intentos, altura, etc.
- Técnica de tijera si no se dispone de zona de caída.



# REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Valero, A. y Conde, J.L. (2003). *La iniciación al atletismo a través de los juegos*. Málaga: Aljibe.
- Bravo, J., Ruf, H. y Vélez, M. (2003). *Atletismo 2: saltos verticales*. Madrid: Real Federación Española de Atletismo.

