



**CENTRO DE INICIACION
TECNICO DEPORTIVA
ALCALA DE HENARES**

CASA DE LA JUVENTUD
PASEO DEL VAL, S/N.
TELEFONO 889 66 12

BODE intenta ser un instrumento difusor de las actividades del Centro y un elemento introductorio hacia aquellos temas que inciden en la Educación Física.

BODE pretende ser un medio eficaz de información y orientación de "todos y para todos".

BODE quiere desenvolverse en un clima de permanente diálogo y de colaboración en pro de una mejor y más conocida labor educativa.



BOLETIN de



RIENTACION sobre



EPORTE y



DUCACION FISICA



Núm. 8

• Octubre-Noviembre •

1982

Deporte y Salud Pública Pág. 2

**LA EDUCACION FISICA EN LOS
COLEGIOS PUBLICOS** Pág. 3

LA ESCUELA DEPORTIVA (Pág. 3)

"Una estructura educativa orientada a la
Enseñanza Deportiva"



Preparación Psicológica del Deportista

Página 4



ENSEÑANZAS DEPORTIVAS

VOLEIBOL: "Defensa Acrobática" Pág. 5

BALONMANO:

"Introducción al trabajo de Formación del
jugador de Balonmano".

"La Iniciación" (4) Págs. 6 y 7

GIMNASIA DEPORTIVA FEMENINA Pág. 8

ESCUELAS DEPORTIVAS: Baloncesto y Hockey sobre patines Pág. 7

Campeonato Escolar de Campo a Través

Página 9

TROFEO PROMOCION Y CAMPEONATO LOCAL INDIVIDUAL DE ATLETISMO Pág. 9

BALONMANO:

Un deporte en constante crecimiento

VOLEIBOL:

Como iniciarse y donde practicarlo Pág. 10

CICLO PROYECCIONES DEPORTIVAS

ASISTENCIA A COMPETICIONES

CHARLAS CON LOS PADRES Pág. 11



LOS ALUMNOS Y LA COMPETICION

Página 12

Deporte y salud pública

JOSE MARIA ODRIOZOLA

El hábito deportivo permite mejorar la sociedad. En otros países se ha implantado la práctica de los ejercicios físicos como necesidad y los resultados han sido óptimos. Los partidos políticos españoles han incluido en sus programas el deporte, que no debe quedar postergado de los problemas prioritarios.

Para todos los que nos consideramos deportistas, practicantes del ejercicio físico en cualquiera de sus múltiples facetas, ha sido reconfortante comprobar como, por primera vez y ante la convocatoria de las elecciones generales, todos los grandes partidos políticos españoles han incluido en su programa electoral un apartado dedicado al deporte. Probablemente, y ojalá me equivoque, esta preocupación por fomentar tan importante aspecto de la salud pública será olvidada o postergada ante otros problemas que se consideran prioritarios resolver para la buena marcha de este país, punto de mira común, se supone, para todos los políticos tras llegar al poder. Y nos permitimos discrepar de esta manera de enfocar las prioridades, pues la práctica de ejercicio físico, competitivo o no, de forma habitual y por todo tipo de ciudadanos, contribuye a mantener una salud pública, física y mental, de la que tan necesitada está la sociedad.

Vivimos en un mundo agitado en el que nuestros cuerpos se ven sometidos a diario a innumerables formas de tensión. La creciente mecanización nos hace cada vez más sedentarios y nos exige menores esfuerzos físicos. Nuestros hábitos alimenticios se deterioran y las intoxicaciones, voluntarias o no, léase tabaco, alcohol, fármacos, polución, etcétera, acaban por hacer mella en nuestros organismos. Gran parte del trabajo, para el que lo tiene y no está en paro, es rutinario, tedioso y repetitivo. Su cuerpo lleva a cabo siempre parecidos movimientos, en general de poca exigencia física. Ante este panorama, los gobernantes tienen la obligación de motivar a sus gentes de todas las edades y sexos, condiciones sociales y niveles económicos, para que hagan ejercicio, para que intenten usar mejor su cuerpo y mantenerlo en un aceptable estado de forma física, incluyendo en ello a la mente que se relaciona con el resto del organismo más de lo que se suele pensar.

Se conoce desde tiempos inmemoriales que es necesario desarrollar y educar armónicamente cuerpo y mente, para que ambos funcionen saludablemente. Es una obligación ineludible y no demorable por más tiempo del Gobierno que dicha formación integral sea inherente al programa educativo a todo lo largo de la escolaridad obligatoria, dando en él la importancia que tiene a la educación física. Para poder cumplirlo se hace imprescindible una política dedicada a la construcción de instalaciones públicas y

de capacitación de miles de profesores de la citada disciplina, con los mismos derechos, deberes y categoría académica que cualquier otro enseñante. Luego hay que procurar que tras la etapa escolar se siga ejercitando el cuerpo, cada uno dentro de sus aficiones, cualidades, tiempo libre etcétera. Y para conseguirlo hay que dar facilidades, es decir, que sea posible la utilización a tope de las mismas instalaciones públicas tras el horario escolar y de trabajo, con la presencia de monitores o entrenadores deportivos en ellas, que aconsejen y animen a los *aficionados*. Hay que fomentar la organización de competiciones populares que estimulen la propia superación y el contacto de gentes de todo tipo. Introducir pausas dentro del horario laboral para relajarse haciendo ejercicio. Es conocido que en muchas empresas suecas y japonesas se rompe la monotonía y la tensión del trabajo con sesiones cortas de *gimnasia de pausa* que realizan todos los obreros, bajo la dirección de especialistas, dentro de la propia fábrica. En Estados Unidos, grandes firmas, que fomentan la buena forma física de sus empleados al tener instalaciones propias y adecuadas para la práctica de cualquier deporte y dar facilidades para su utilización dentro del horario de trabajo, han comprobado estadísticamente que su productividad aumenta, que baja el absentismo laboral y que se ahorran millones de dólares al año al no tener que pagar indemnizaciones a las familias de su ejecutivos que dejan de sufrir infartos. En los países del Este, los mejores clubes deportivos son siempre empresas (incluyendo al Ejército entre ellas) en los que además de fomentar el deporte de masas, para darles a éstas una forma barata y sana de esparcimiento y diversión, se obtendrán las figuras que darán renombre internacional a su país. Una maratón popular puede ser tan buen reclamo como otros alicientes locales para llevar a miles de turistas-deportistas y sus acompañantes a una ciudad; véase el caso de Nueva York, Londres o Estocolmo. Muchos hoteles ofrecen como parte de su propaganda para atraer clientes la existencia de instalaciones para la práctica de ciertos deportes, propias o cercanas y utilizables por sus huéspedes.

Dar facilidades

Es evidente que la mentalidad de la sociedad española con respecto al ejercicio físico ha evolucionado en los últi-

mos tiempos. Pero hay que motivar mucho más a nuestros paisanos para que hagan deporte y eso no se consigue sólo con buenos consejos o razones. Habrá que dar facilidades en cuanto a instalaciones, entrenadores, horarios, pero además estimularles con la existencia de ídolos a los que tratar de imitar. Para ello, tendremos que fomentar y sostener el deporte de elite. Las figuras suelen arrastrar a la masa a la práctica deportiva y, por tanto, hay que facilitar su aparición y luego mantenerlas.

Este verano ha sido pródigo en hazañas deportivas llevadas a cabo por compatriotas nuestros, tales como los medallistas de Atletismo en Atenas, el equipo nacional de baloncesto, los regatistas de vela, los remeros, etcétera. Y esto hay que procurar no sólo igualarlo, sino acrecentarlo si queremos que nuestra juventud tenga otros ídolos a los que imitar, que no únicamente nuestros denostados futbolistas del Mundial, y con ello educar cuerpo y espíritu en armonía. Habrá menos droga, incluidas las legales y menos tedio en sus vidas, con aliciente de emplazar a su cuerpo a conseguir ciertas metas o meramente a superarse a sí mismo. Y a la población trabajadora, incluso campesinos y obreros manuales que ejercitan por fuerza parte de su cuerpo en su cotidiana labor, les servirá para completar ese ejercicio, fortaleciendo y a veces desintoxicando partes vitales, como sus pulmones y corazón.

Para concluir, creemos que deben ser las asociaciones de vecinos, empresas, universidades, municipios y diputaciones las que estimulen y apoyen el deporte popular, pero con la ayuda de los Presupuestos Generales del Estado, bajo la coordinación y asesoramiento del Consejo Superior de Deportes. Este tendrá además que fomentar la investigación y mantenimiento del deporte de élite. Ambas vías de encauzar el quehacer deportivo deben ir hermanadas porque, como Severiano Ballesteros ha dicho en repetidas ocasiones, para que haya otros que puedan imitar sus éxitos hará falta que se popularice el golf, construyendo muchos campos abiertos a todos los bolsillos. Y que no todo quede en promulgar leyes y *libros blancos*, sino que se siga más la filosofía práctica de los *casheros* vascos: "*Desir, desir, no. Haser, haser*".

José María Odriozola es catedrático de Bioquímica, vicerrector de la Universidad de León y atleta en su categoría de veterano.

Publicado en EL PAIS, el día 28 de octubre de 1982

LA EDUCACION FISICA EN LOS COLEGIOS PUBLICOS

Ante el poco interés demostrado por el Ministerio de Educación de programar y hacer cumplir el desarrollo de la asignatura de la Educación Física en los planes de estudio de la Enseñanza General Básica, es el Excmo. Ayuntamiento de nuestra ciudad, quien consciente de la importancia de la misma, acude de nuevo a paliar tal deficiencia facilitando el profesorado adecuado, instalaciones y los medios disponibles necesarios para que los escolares de cuarto a octavo de E.G.B., de los colegios Públicos, reciban la Educación Física a que tienen derecho según la Ley de Cultura Física y Deporte.

El objetivo primordial al que va dirigido el programa de Educación Física a desarrollar en los colegios Públicos durante el curso escolar 82-83, será el de contribuir a la EDUCACION INTEGRAL DEL INDIVIDUO A TRAVES DEL MOVIMIENTO. Intimamente ligada a esta premisa, se encuentra la idea del fomento y



desarrollo de la creatividad y capacidad personal de expresión mediante la actividad física, así como de dotar al individuo de la formación necesaria para que pueda tomar decisiones eficientes y rápidas en la resolución de problemas de carácter motor.

El Departamento de Deportes del Excmo. Ayuntamiento, desarrollará el programa de Educación Física en veintiseis colegios Públicos, calculándose aproximadamente en diez mil los escolares que se beneficiarán del mismo. El profesorado que impartirá las clases está compuesto por siete profesores de Educación Física, cinco instructores de Educación Física y veinticinco monitores.

LA ESCUELA DEPORTIVA:

“Una estructura educativa orientada a la Enseñanza Deportiva”

Como complemento de la Educación Física desarrollada en los colegios, y teniendo en cuenta que éstos actualmente no pueden satisfacer plenamente el nivel de aspiración deportiva existente en la juventud por insuficiente tiempo dentro del horario escolar, por la deficiencia o falta de instalaciones deportivas específicas en los colegios, y la imposibilidad de ofrecer un aprendizaje individualizado (tanto a nivel de rendimiento como en el de la elección de deportes), se pone a disposición de los escolares un programa denominado “ESCUELAS DEPORTIVAS”.

La Escuela Deportiva intenta dar satisfacción al mayor número de intereses deportivos, diversificando sus modalidades, así como diferenciando los niveles de aptitud física de sus practicantes.

Logicamente las enseñanzas deportivas a desarrollar han tenido que adaptarse: 1.º) Al tipo y cantidad de instalaciones deportivas disponibles. 2.º) Al profesorado adecuado que facilite el aprendizaje de los alumnos.

La labor en la enseñanza deportiva extraescolar, desarrollada en las Instalaciones Deportivas Municipales se ha visto felizmente apoyada por la utilización

de instalaciones deportivas de colegios Públicos y Privados, lo que ha favorecido enormemente la diversidad y número de modalidades que serán desarrolladas durante el presente curso.

Las Escuelas Deportivas en funcionamiento son las siguientes: Gimnasia Rítmica, Frontenis, Voleibol, Tenis, Gimnasia Deportiva, Ciclismo, Piragüismo, Atletismo, Fútbol, Fútbolito, Balonmano, Baloncesto, Judo, Hockey y Aeromodelismo.

El conjunto de las escuelas ha sido repartido por diferentes zonas de nuestra ciudad, intentando ubicarlas lo más cerca posible de los colegios o viviendas de los alumnos, favoreciendo por tanto, las pérdidas de tiempo en los desplazamientos, y su posible gasto de transporte, así como la disminución de las faltas de asistencia de los alumnos.

La Escuela Deportiva será por tanto, una estructura educativa orientada a un aprendizaje deportivo progresivo, buscando cultivar y orientar los estímulos de superación personal de los jóvenes con interés por lo deportivo.

PREPARACION PSICOLOGICA DEL DEPORTISTA

Si pretendemos que la acción pedagógica realizada por el CITD contribuya a la formación humana y preparación deportiva de sus alumnos, será preciso desarrollar un programa sistemático de actividades que logre la comprensión y puesta en práctica por cada uno de ellos de aquellas disposiciones psíquicas consideradas como idóneas para la competición deportiva y complete, al mismo tiempo, la preparación física, técnica y biológica que vienen recibiendo.

En este sentido, el pasado día 18 dió comienzo el Curso Preparación psicológica del deportista, (Esquema 1) que tratará de desarrollar una temática relativamente novedosa y poco trabajada en nuestro país, utilizando, además, una estrategia metodológica de carácter operativo para que la información transmitida se vivencie posteriormente por cada alumno en sus momentos competitivos.

En general, prepararse para una competición significa, estando de acuerdo con J. D. Lawther, algunos

días de ejercitación física y mental y cierto condicionamiento emocional. El deportista tiene que saber valorar la cantidad de estímulos emocionales que le permitan su mejor rendimiento. La «buena forma psíquica» para el deporte comporta un elevado nivel de autoconfianza, grandes deseos de luchar hasta conseguir el éxito, buena concentración y capacidad para resistir las influencias negativas del ambiente externo, adecuado control emocional...

Por consiguiente, consideramos muy necesario facilitar, a nuestros jóvenes alumnos, los medios adecuados para alcanzar estos aprendizajes. El entusiasmo de todos está garantizado. Además, la carencia de noticias sobre experiencias similares refuerza, aún más, nuestra actuación y nos emplaza, en la medida de lo posible, para una valoración efectiva de resultados y su consiguiente proyección.

Por: EMILIO BUENDIA DEL VALLE

Diseño organizativo del curso

"Preparación psicológica del deportista"

1. Objetivos:

- Lograr que el alumno adquiera una preparación psicológica orientada, especialmente, a la práctica deportiva. Es decir, que aprenda a equilibrar las reacciones emocionales para la economía del desgaste fisiológico.
- Facilitar información al alumno sobre cuestiones relacionadas con la Psicología del Deporte.
- Analizar situaciones reales de actuaciones deportivas con marcada influencia de factores psicológicos.
- Determinar y registrar las experiencias personales de los alumnos antes, durante y después del acto competitivo, especialmente en los aspectos emocionales.
- Ayudar al alumno en el análisis de su personalidad y procurar mejorar, si es posible, su propio autoconcepto y/o autoimagen.

2. Contenidos:

- Introducción a la Psicología del Deporte.
- Disposición psíquica para la competición. Características.
- Personalidad y Deporte. Rasgos que favorecen rendimientos óptimos según deportes.
- Autoconcepto. Autoimagen. Análisis de la personalidad individual.
- Naturaleza de la percepción. Perfeccionamiento.
- Análisis de la conducta aplicado al deporte: agresividad, ansiedad, excitaciones placenteras...
- Motivación y Deporte.

3. Procedimientos metodológicos:

- Exposiciones teóricas en pequeño grupo. Debates.
- Ejercicios prácticos de simulación de situaciones.
- Aplicación de pruebas psicológicas.
- Registros personales.
- Recogida de documentación gráfica.
- Proyección de diapositivas.

4. Profesorado:

- Emilio Buendia del Valle, Psicólogo.

5. Temporalización:

En sesiones de trabajo de una hora de duración a desarrollar durante todos los martes del 1.º y 2.º trimestre.

6. Destinatarios:

- 1.º grupo: 24 alumnos/as del 4.º nivel, especialidad Baloncesto.
- 2.º grupo: 14 alumnos/as del 4.º nivel, especialidad Balonmano.
- 3.º grupo: 19 alumnos/as del 4.º nivel, especialidad Voleibol.

ESQUEMA 1

VOLEIBOL:

"DEFENSA ACROBATICA"

- CAIDAS (ATRAS Y LATERALES)
- PLANCHAS

Cerramos con este artículo la serie de trabajos referentes a los fundamentos técnicos sobre esta especialidad deportiva. La bibliografía consultada para los mismos queda reseñada a pie de página.

Dentro de lo que en Voleibol se denomina defensa acrobática se engloban las caídas atrás y laterales y las planchas.

Son formas de tocar, de pasar el balón, en situaciones excepcionales, de desequilibrio más o menos acentuado, cuando el jugador ya no puede llegar hasta el balón en las mejores condiciones para tocarlo.

Quede, pues, bien claro que deben utilizarse como último recurso dentro de la gama de posibilidades que este deporte ofrece para jugar el balón con seguridad, precisión y eficacia.

En las caídas (con sus variantes atrás y laterales) ya no se utiliza tanto el toque de balón con las dos manos en alto (toque de dedos) por miedo a ser sancionado por los árbitros. En el Voleibol actual existe una mayor preponderancia del toque de antebrazos, en detrimento del toque de dedos lo cual hace que este deporte sea menos bello y rico "Sebastián Mihailescu".

LA CAIDA ATRAS

Desde la posición media baja, nos dejamos caer hacia atrás, las piernas diferenciadas; la adelantada, semiflexionada; la de atrás, con la rodilla doblada en el pecho.



El balón se toca en un momento de pérdida de equilibrio cuando el cuerpo va hacia atrás. En el momento del toque todo debe ayudar a los brazos para una mejor precisión, pues justo en este instante se efectuará un movimiento hacia adelante.



Después nos dejamos caer hacia atrás con la espalda encorvada, atenuando el contacto con el suelo por un movimiento de péndulo hacia atrás y enérgicamente hacia delante. Volvemos a tomar una de las posiciones básicas.

LA CAIDA LATERAL

Desde la posición media-baja, se separa una pierna, a izquierda o a derecha. La línea de hombros describe un movimiento de media rotación de atrás-adelante; los brazos son arrastrados en el mismo movimiento. El brazo exterior está más estirado en el momento del toque de balón. A continuación la espalda encorvada, se repite el mismo movimiento de balanza.



La seguridad de una caída lateral eficaz la da el fondo lateral, lo que asegura una mayor estabilidad en el momento de pasar.



La caída lateral y el toque con una sola mano se utiliza para balones más alejados. Actualmente se tiende a no efectuar el pivote tomando contacto con el suelo con el perfil del cuerpo, con el fin de llegar más lejos.

LA PLANCHA

Se utiliza para pelotas muy alejadas, bajas y adelante.

Después de uno, dos o tres pasos se impulsa con un pie, adelante y no hacia arriba, con el cuerpo paralelo al suelo y los brazos estirados hacia adelante.

Los brazos son los primeros en tomar contacto con el suelo, después el pecho abombado, el vientre y finalmente los muslos. El movimiento va de atrás a delante. Los brazos permanecen lateralmente o a lo largo del cuerpo hacia atrás (traicionando).

BIBLIOGRAFIA:

Voleibol - Sebastián Mihailescu

Voleibol actual - Oldrich Kaplan

Reglamento - FEUB

La táctica del Voleibol en competición - Ricardo Vargas

Voleibol femenino - Luis Carrero Eras

Revista VB - FEUB

Por: Luis y José M.^a Hontañón de la Rasilla

BALONMANO

"Introducción al trabajo de Formación del jugador de balonmano" (VI)

LA INICIACION (4)

Volvemos con una serie iniciada con el comienzo de esta revista tras el paréntesis del verano. Hasta ahora habíamos visto que había dos cuestiones fundamentales a la hora de plantear el trabajo; estas eran:

- ANALIZAR EL JUEGO
- CONOCER AL NIÑO

Las dos las hemos abordado en artículos precedentes. Para conseguir pasar del juego del niño al del adulto habíamos propuesto una serie de etapas acordes con la evolución del niño y con la necesidad de aprender paso a paso a través de éxitos sucesivos. Por último nos hemos introducido en el trabajo de desglosar cada una de estas etapas, ya que cada una abarca varios años. En esta tarea en el artículo V (el inmediatamente anterior a este) habíamos dividido la etapa de la **iniciación** en cuatro fases que vamos a tratar de pormenorizar en este artículo y los cuatro siguientes.

Por lo tanto, hoy trataremos de establecer los objetivos de la primera fase que decíamos que debía estar presidida por el objetivo general de **hacer progresar al equipo en posesión del balón hacia la portería contraria**.

Si observamos detenidamente el juego de los niños en las primeras sesiones es el siguiente:

En conjunto vemos un agrupamiento de niños alrededor del balón, no hay progresión hacia adelante, hay sin embargo algunas acciones aisladas en forma de escapadas.

El comportamiento individual es:

Los atacantes sin sentido de la orientación. **El portador del balón** no piensa en atacar sino en conservarlo, se escapa botando (por imitación) o a veces corriendo con el balón cogido. El compañero mira al portador del balón, se pone en movimiento con él y cuando para se coloca enfrente, próximo a él y le tiende los brazos.

Los defensores intentan arebatar el balón de las manos del portador, para ello, le cerca, le empuja, le zarandea y a veces espera el lanzamiento pero inmovil.

Nosotros debemos buscar en esta etapa la siguiente forma del juego:

En conjunto buscar la progresión del equipo en posesión del balón hacia la portería contraria. Evitar el tumulto alrededor del balón.

En el aspecto individual:

En ataque adquirir la noción de «hacia adelante» y «hacia atrás». Cuando un jugador recibe el balón debe orientarse hacia adelante, mirar y elegir entre progresar botando o intentar pasar hacia adelante. **El compañero** debe alejarse del portador hacia adelante a «**distancia de pase**» y orientarse hacia él para recibir.

El defensor debe intentar coger el balón molestando al portador, pero debe dominarse para hacerlo **reglamentariamente**. Si se alje para interceptar el pase, no debe esperar inmovil, sino «**atacar el balón**».

Par lograr esta transformación tendremos que trabajar en diversos aspectos tácticos y técnicos, conforme al análisis hecho previamente (artículo III de esta serie).

Desde el punto de vista **táctico** no introduciremos **ningún criterio colectivo** (no los organizaremos en puestos determinados y con misiones concretas) pero trabajaremos con los siguientes espectos **tácticos individuales**.

- Crear ciencia de la noción atacante-defensor.
- Progresar hacia la portería contraria.
- Separarse del portador del balón a distancia de pase.
- Defensor es:

- 1.º Tratar de que no nos metan gol.
- 2.º Tratar de quitar el balón al contrario.

Como vemos son observaciones muy globales todavía, pero adaptadas, según nuestro criterio a las posibilidades del niño que se inicia (9-10 años).

Para trabajar sobre estos aspectos podemos emplear como medios:

- El juego dirigido.
- El juego con tema.
- Ejercicios sencillos en forma de juego.

Desde el punto de vista técnico distinguimos los ejercicios jugador-balón y los ejercicios cuerpo-balón. Con los primeros perseguiremos los siguientes objetivos:

— Pases:

- Orientarse hacia el compañero.
- Preparar bien los brazos para lanzar.
- Apuntar al objetivo.

— Recepciones:

- Orientarse hacia el pasador.
- Preparar los brazos para recibir.
- Desplazarse, «ir a buscar el balón con los pies». Esto implica disociar el movimiento de los brazos y de las piernas, romper la coordinación instintiva de la carrera.

— Lanzamientos:

- Pasar de la actitud de carrera a la de lanzamiento.
- Lanzar en apoyo.
- Lanzar en salto.
- Armado de brazo.
- La forma de coger el balón.
- La posición de los pies.
- La posición del tronco.

— Botes:

- Botar alto, ya que el niño no puede botar sin mirar el balón. Esto hace que se mantenga erguido y pueda mirar al frente.
- Botar - pararse.
- Botar - pararse - pasar.
- Botar - coger - lanzar.

Con los ejercicios cuerpo-balón buscaremos:

- Mejora del equilibrio.
- Desplazamientos de diversas formas.
- Saber cambiar la dirección.
- Asociar la carrera a otras actividades (correr, lanzar, correr, coger, correr, botar, etc).
- Adaptación al móvil (balón), no desde el punto de vista de gestos específicos de Balonmano, sino de una forma general (saber coger el balón que rebota, saber lanzar un balón de diversas formas, adecuar el desplazamiento al movimiento del balón, etc).

Por otra parte desde el punto de vista táctico, los niños de esta edad deben conocer solo prácticamente las reglas fundamentales:

- Donde jugar:
 - ¿Cómo se pone el balón en juego cuando sale

ENSEÑANZAS DEPORTIVAS

del campo?

- ¿Dónde se puede estar?

Esto se debe pitar estrictamente

- Como jugar al balón. Cuatro faltas fundamentales:

- Pie
- Tiempo
- Pasos
- Doble

Se debe jugar con bastante permisividad al principio y poco a poco más severamente.

- Comportamiento del contrario:

Se debe jugar severamente.

En el aspecto psicológico tendremos las premisas siguientes:

- Encauzar el egocéntrico.
- Afirmación de la actitud cooperadora del niño de esta edad.
- Fomento de la valentía.

Como resumen de los objetivos de esta fase tenemos el cuadro siguiente:

FASE	T A C T I C A		T E C N I C A		CONOCIMIENTOS TEORICOS	PREPARACION PSICOLOGICA
	COLECTIVA	INDIVIDUAL	E. CUERPO BALON			
1.ª	No hay	— Conciencia de la noción atacante-defensor — Progresión hacia la portería contraria — Separarse del portador a distancia de pase — Defender es: 1.º Evitar el gol 2.º Apoderarse del balón	— Mejora del equilibrio — Desplazamientos y cambios de dirección — Asociar la carrera a otras actividades — Disociación de las cinturas — Adaptación al móvil	— Pases recepciones — Botes — Lanzamientos en apoyo — Lanzamiento en salto	— Reglas fundamentales	— Encauzar el egocentrismo — Afirmación de la actitud cooperadora — Fomento de la valentía

Por: **Manuel Laguna**

ESCUELAS DEPORTIVAS

ESCUELA: "BALONCESTO"

ESCUELAS MASCULINAS

INSTALACION	NIVEL	EDAD	DIAS DE CLASE	HORARIO	PROFESOR
Santo Tomás	Iniciación	9 - 13	L - J - V	18 - 20	José Luis López
Escolapios	Iniciación	9 - 13	L - M - X - J	18,30 - 19	Miguel A. Meco
Ciudad Deportiva	Perfeccionamiento	13 - 14	L - X - V	19,30 - 21	Rafael de Andrés

ESCUELAS FEMENINAS

INSTALACION	NIVEL	EDAD	DIAS DE CLASE	HORARIO	PROFESOR
Escolapios	Iniciación	9 - 13	M - X - J - V	18,15 - 19,15	M.ª Carmen Gómez
Iplacea	"	9 - 13	L - X - V	12 - 13	Pedro Pablo
	"		M - J	12 - 13,30	Pedro Pablo
García Lorca	"	9 - 13	L - M - J - V	12 - 13,30	Félix Altés
Ntra. Sra. del Val	"	8 - 11	L - M - V	17,30 - 19,30	Raquel Sánchez
Lope de Vega	"	9 - 13	L - X - V	18 - 20	Marisa Arranz
Ciudad Deportiva	Perfeccionamiento	10 - 13	M - X - J - V	18 - 19,30	Elena Domínguez
Ciudad Deportiva	"	10 - 13	M - X - J - V	18 - 19,30	Gonzalo Canales
Ciudad Deportiva	"	10 - 13	L - M - X - J - V	18 - 19	Javier Alonso
Ciudad Deportiva	"	13 - 15	L - M - X - J - V	19,30 - 21	Raul Mendez

ESCUELAS MIXTAS

INSTALACION	NIVEL	EDAD	DIAS DE CLASE	HORARIO	PROFESOR
Dulcinea	Iniciación	9 - 13	M - X - J	17,15 - 18,15	Raul Villapún
			L	17,30 - 19	Raul Villapún
Beatriz Galindo	Perfeccionamiento	9 - 13	L - M - X - J - V	12 - 13	M.ª Carmen Martínez

ESCUELA: "HOCKEY SOBRE PATINES"

INSTALACION	NIVEL	EDAD	DIAS DE CLASE	HORARIO	PROFESOR
Ciudad Deportiva	Benjamín	6 - 10	L - X	18 - 20	Francisco Arjona
Ciudad Deportiva	Alevín	10 - 12	M - J	19,30 - 21	José M.ª de Diego
			V	18 - 19,30	José M.ª de Diego
Ciudad Deportiva	Infantiles	13 - 14	M	19,30 - 21	José M.ª de Diego
			V	18 - 19,30	José M.ª de Diego

GIMNASIA DEPORTIVA FEMENINA

Hace un año que comenzó su andadura la Escuela de Gimnasia Deportiva Femenina. Debido a la brevedad de su existencia, esta modalidad deportiva resulta desconocida para muchas personas en Alcalá. Para todos ellos va dirigido este artículo aclaratorio.

La Gimnasia Deportiva se separó como una rama independiente de la Gimnasia hacia la segunda mitad del siglo XIX. Hasta entonces, estuvo intimamente ligada con ejercicios de Educación Física y como preparación y base de otros deportes.

Fué Federico Luis John, hijo de un pastor protestante alemán, quien creó la Gimnasia Artística durante el pasado siglo, y a él es a quien podemos denominar como padre de esta especialidad considerada, una de las más duras, difíciles y bellas.

John adaptó el potro o caballo que ya se conocía durante la Edad Media en las Academias de Caballería donde se formaron nobles caballeros y escuderos. Allí se practicaba el arte de montar y desmontar, además de ejercicios de volteo y agilidad a caballo. Naturalmente, los ejercicios y los aparatos actuales han evolucionado con respecto a los de aquella época.

Igual ocurre con los ejercicios de suelo, derivados de la acrobacia practicada por los griegos. Las manos libres actuales, que es como se denominan los citados ejercicios, hacen su aparición después de las primeras competiciones, una vez que se reglamentasen estos, y es en la Olimpiada de Berlín, donde aparecen por primera vez pruebas de Gimnasia Deportiva Femenina.

En España podemos considerarla como un deporte relativamente nuevo y por lo tanto no es un deporte de masas. En primer lugar porque se necesita una gran preparación física y técnica y su ejecución correcta es a un largo plazo, para lo cual es absolutamente necesario ser constante y tener la suficiente firmeza para llegar a la perfección.

La Gimnasia Deportiva Femenina consta de cuatro aparatos: los dos anteriormente citados (caballo de saltos, suelo), barra de equilibrio y paralelas asimétricas.

El caballo de saltos está centrado en la potencia de piernas y excelente apoyo de manos. El femenino se salta a lo ancho. Es un aparato por tanto de apoyo.

La barra de equilibrio, como su nombre indica, es un aparato de equilibrio y para su perfecta realización es necesaria una correcta posición del centro de gravedad. Se requiere agilidad, amplitud de movimientos en saltos, giros y despla-

zamientos y en la composición de los ejercicios debe de haber al menos una serie acrobática.

Los ejercicios de suelo se trabajan al compás de una música y dentro de ellos hay flexibilidad, elasticidad, acrobacia y ritmo, teniendo como denominador común la elegancia. Para la ejecución de este deporte es imprescindible una gran preparación básica.

En Alcalá hay una Escuela Deportiva donde se inician en la misma a los 5-6 años, a fin de facilitar una introducción en esta práctica, conseguir mayor perfección y evitar lesiones que puedan retrasar el entrenamiento. Además existe otra escuela para niños de 7-8 y 9 años y dentro de nuestras posibilidades, ya entran en contacto con todos los aparatos anteriormente descritos.

Tanto en una como en otra, debido a las circunstancias tales como falta de lugar adecuado a nuestras necesidades mínimas, insuficiente material y número de niñas superior al normal para el mejor aprendizaje de las mismas, nos vemos obligados a formalizar la entrada en la Escuela por medio de una pruebas físicas entre los aspirantes.



La Gimnasia Rítmica Femenina es además de una ejecución de figuras más o menos acrobáticas una forma de expresión corporal donde las dificultades intervienen como medios de expresión superior.

Esto se puede apreciar claramente en suelo y barra de equilibrio. Sucede lo mismo en las barras asimétricas donde el encadenamiento de ejercicios puede dar lugar en un ejercicio plenamente expresivo. Es precisamente a través del empleo de toda la gama acrobática donde la Gimnasia Artística o Deportiva Femenina se distingue de otras disciplinas como la danza y la Gimnasia Rítmica.

Merece la pena valorar el esfuerzo de nuestros jovencísimos gimnastas precisamente porque es la época más ardua de su vida deportiva.

Por: **Lucía San José Sanz**

BALONMANO

Un deporte en constante crecimiento

Dentro de la campaña de promoción deportiva que se está siguiendo en Alcalá, ha comenzado, durante el mes de Octubre, el funcionamiento de las Escuelas de Balonmano. El crecimiento en volumen de estas escuelas ha sido espectacular, como consecuencia, probablemente, de la política de escuelas volantes que se siguió el año anterior. La orientación de las mismas ha sido, fundamentalmente, hacia la base, en este sentido se ha tratado de llegar a la mayor cantidad de alumnos posibles diseminándolas por todos los barrios, empleando para ello las instalaciones de los colegios públicos, que han colaborado eficazmente a la hora de solventar los problemas que la utilización de las mismas planteaba. El resultado de este planteamiento ha sido la puesta en funcionamiento de escuelas en los colegios: Iplacea, Zulema, Henares, Puerta de Madrid, Daoiz y Velarde, Nebrija, Dulcinea, Miguel Hernández y Val; así como en la Ciudad Deportiva y el Pabellón, que albergan en total una cantidad aproximada de 1.000 alumnos de las categorías alevines e infantiles (masculino y femenino). Por otra parte se ha seguido con las escuelas de perfeccionamiento (categorías cadete y juvenil), estas en cantidad mucho más reducida y centradas en la Ciudad Deportiva y el Pabellón en su totalidad.

Como complemento de esta actividad de promoción se ha planteado la competición interesuelas,



localizada en Alcalá y cuyos vencedores irán a competir a la fase final con otros campeones de grupos de Madrid y otros pueblos de la provincia, en categorías infantil y alevín.

Los cadetes, juveniles y seniors compiten directamente en las categorías provinciales de Madrid.

VOLEIBOL

Como iniciarse y donde practicarlo

Aprovechamos estas líneas para explicaros de forma global, aunque completa, los pasos que podeis seguir para iniciaros y posteriormente destacar en esta especialidad deportiva.

Primer Paso: En nuestros Colegios, los Profesores de Educación Física desarrollan unidades de Voleibol para que tomeis un primer contacto con este deporte y llegueis a adquirir conocimientos más o menos importantes a nivel teórico y práctico. El índice de colegios que este año presentan equipos de Voleibol en Competición Escolar demuestra que avanzamos y que hay interés por parte vuestra.

Competición: Escolar

Segundo Paso: Aquellos alumnos/as que sientan predilección por este deporte pueden inscribirse en cualquiera de las Escuelas que a continuación voy a citar. Todavía quedan plazas libres ¡Aprovechadlas!. Solamente tenéis que dirigiros al profesor correspondiente en las horas de clase.

C.P. Infanta Catalina (L-X-J de 12 a 13,15 h.), José María Hontañón.

C.P. Doctora de Alcalá (L a V de 17 a 18 h.), Luis Hontañón.

C. P. Cisneros (L a V de 12 a 13 h.), José Emilio Palazuelos.

C. Escolapios (L-X-V de 17 a 18,30 h.), Eloy Martín.

C.P. Ntra. Sra. del Val (X-J de 18 a 19,30 h.), 1972 Pedro Andrés Embid.

Si tienes entre 9 y 13 años, inscríbete en alguna Escuela. Es el camino que tienes para conocer el Voleibol y tus posibilidades futuras.

Competición: Interescuelas.

Tercer Paso: Los alumnos/as que destacan en las diferentes escuelas son integrados en el C.I.T.D., donde con un criterio altamente selectivo se trabaja



con los alumnos con grandes posibilidades de instalaciones y material.

Competición: Provincial (Federación Madrileña de Voleibol).

Cuarto Paso: La Federación Española de Voleibol solicita al C.I.T.D. aquellos alumnos/as con grandes posibilidades de destacar a nivel Nacional en un futuro próximo y tras una pruebas trimestrales los concentra en diferentes puntos de España.

Objetivo: Formar parte de la Selección Nacional.

A través de los diferentes medios de difusión de la ciudad puedes enterarte de los lugares y las horas donde se juegan los diferentes encuentros por si quieres asistir a ellos.

Bien, ya lo sabes. No queremos engañarte con pajaritos sobre la Selección Nacional; está claro que no todo el mundo llega. No obstante, creo que no debes desaprovechar la oportunidad que se te brinda.

Al menos estarás desarrollando, en tu tiempo libre, una actividad que contribuirá a tu formación integral.

Es un reto ¡INTENTALO!

Campeonato Escolar de Campo a Través

1.º Fases de la Competición

Las categorías cadete e infantil (masculino y femenino), tendrán fase provincial y nacional.

2.º Composición de los equipos

Para todas las categorías, en ambos sexos, los equipos de los Centros escolares se compondrán de seis atletas en todas las fases de la competición.

3.º Puntuaciones

De cada equipo puntuarán los cuatro corredores mejor clasificados, se adjudicarán los puntos otorgando uno al primer clasificado, dos al segundo, tres al tercero, etc., y así sucesivamente hasta el último corredor entrado en meta.

4.º Clasificación

Se establecerán dos clasificaciones.

Individual: De acuerdo con el orden de entrada en meta.

Por equipos: Sumando los puntos obtenidos por los cuatro corredores/as mejor clasificados, tal como se ha indicado anteriormente, el equipo que obtenga menor número de puntos, será el vencedor. En caso de empate a puntos, entre dos o más equipos, aquel que tenga su cuarto atleta mejor clasificado será el que obtenga mejor puesto.

5.º Distancia a recorrer

Tendrá un desarrollo progresivo de las distancias a recorrer en cada mes.

AÑO NACIMIENTO	CATEGORIA	NOVIEMB.	DICIEMB.	ENERO	MARZO
66-67-68	Cadete Masculino	3.500	4.000	4.500	4.800
66-67-68	Cadete Femenino	2.000	2.200	2.500	2.800
70-69-68 (EGB)	Infantil Masculino A	2.000	2.200	3.000	3.500
71	Infantil Masculino B	1.500	2.000	2.200	2.500
70-69-68 (EGB)	Infantil Femenino A	1.500	1.700	2.000	2.200
71	Infantil Femenino B	1.000	1.200	1.500	2.000
72-73	Alevín Masculino	1.000	1.200	1.500	2.000
72-73	Alevín Femenino	700	1.000	1.200	1.500

6.º Participación en la Fase Provincial

Podrán participar en la fase provincial todos los equipos componentes de la Categoría Infantil y Cadete masculino y femenino de las localidades donde se hayan desarrollado campeonato de esta modalidad y todos aquellos equipos de Madrid Capital que hayan participado en un mínimo de tres pruebas de las programadas en el Calendario del presente curso.

También participarán los campeones locales individuales que no formen parte del equipo campeón.

7.º Participación en la Fase Nacional

Podrán participar en la fase nacional, todos los equipos campeones Provinciales de la Categoría Cadete Masculino y Femenino e Infantil Masculino y Femenino.

También participarán los Campeones Provinciales individuales que no formen parte del equipo campeón.

Fechas del Calendario de Cros de Alcalá de Henares.

- 1) - 28 de Noviembre - Colonia de Marina
- 2) - 12 de Diciembre - Reyes Católicos (junto vivero)
- 3) - 30 de Enero - Nogales (junto Colegio Dulcinea)
- 4) - 13 de Febrero - C. E. I. (Universidad Laboral)
- 5) - 27 de Febrero - San Gabriel
- 6) - Marzo - Colonia de la Marina

NOTA: Las inscripciones de realizarán por equipos compuestos de seis atletas, inscribiendo el centro todos los equipos que crea oportuno. La fecha máxima de recepción de inscripciones será el viernes anterior a la prueba.

Trofeo Promoción y Campeonato Local Individual de Atletismo

REGLAMENTO

A) Podrán participar libremente todos los atletas (chicos/as) que lo deseen y tengan ficha federativa, si es escolar deberán tener en regla su ficha escolar.

B) En cada jornada, todo atleta podrá participar en una o dos pruebas.

C) Las edades por categorías serán las federativas:

— Alevín:	73-74	72-73	
— Infantil:	71-72	70-71	
— Cadete:	70-69	68-69	
— Juvenil:	68-67	66-67	

niñas

niños

D) Premios:

— Todos los campeones locales al finalizar el trofeo el día 2 de Junio se les dará el diploma de campeón local.

— Finalizadas las diez jornadas se sumarán, según puntuación de tablas internacionales o las del Comité Nacional de Promoción, las cinco mejores puntuaciones realizadas por cada atleta en cinco pruebas diferentes.

— Una vez realizada la clasificación, los cinco primeros de cada categoría se les obsequiará con material deportivo (chandal o zapatillas de clavos).

E) La Escuela de Atletismo, organizadora de este trofeo, para lo no previsto en este reglamento se registrará por el de la I.A.A.F.

TROFEO PROMOCION Y CAMPEONATO INDIVIDUAL DE ALCALA «ATLETISMO»		
DIAS	PRUEBAS Y CATEGORIAS MENORES	PRUEBAS Y CATEGORIAS MAYORES
12-X-82	(60 m/A-I) (80 m/C) (Altura/A-I-C) (600 m/A) (1.000/I-C)	(100 m/J-JS) (Altura/J-JS) (1.000/J-JS) (200 V/J)
1-XI-82	(Longitud/A-I-C) (150/A-I-C) (600 m/A-I-C) (1.000 march)	(Longitud/J-JS) (300 m/J-JS) (1.000 marcha)
8-XII-82	(80 V/I-C) (300/A-I-C) (Peso/A-I-C)	(110 V/J-JS) (Peso/J-JS) (2.000 marcha)
23-I-83	(150 m/A-I-C) (Altura/A-I-C) (1.000 marcha/A-I-C)	(60/J-JS) (Altura/J-JS) (600 m/J) (3.000/J-S)
20-II-83	(Longitud/A-I-C) (1.000/A-I-C)	(Longitud/J-JS) (300 m/J) (400 m/J-S) (800/J-JS)
19-III-83	(Lanzamiento pelota/A-I) (Lanzam. Jabalina/C)	(Lanzamiento jabalina/J-JS) (Lanzam. disco/J-JS)
10-IV-83	(80 V/I-C) (Altura/A-I-C) (1.000/A-I-C)	(Altura/J-JS) (100/J-JS) (800/J-JS) (5.000/J-JS)
1-V-83	(60 m/A) (80 m/I-C) (600/A-I-C) (Lanzm. peso/A-I-C)	(200 m/J-JS) (1.500/J-JS) (Lanzamiento peso/J-JS)
12-V-83	(150/A-I-C) (2.000/A-I-C) (Longitud/A-I-C)	(100 m/J-JS) (400/J-JS) (5.000/J-JS) (Longitud/J-JS)
2-VI-83	(80 V/I-C) (Altura/A-I-C) (1.000/A-I-C)	(200/J-S) (800/J-JS) (Altura/J-JS)
CATEGORIAS MENORES: Alevín (A) Infantil (I) Cadete (C)		
CATEGORIAS MAYORES: Juvenil (J) Junior-Senior (JS)		
HORA: 11,30 en las Pistas de Atletismo «El Val»		

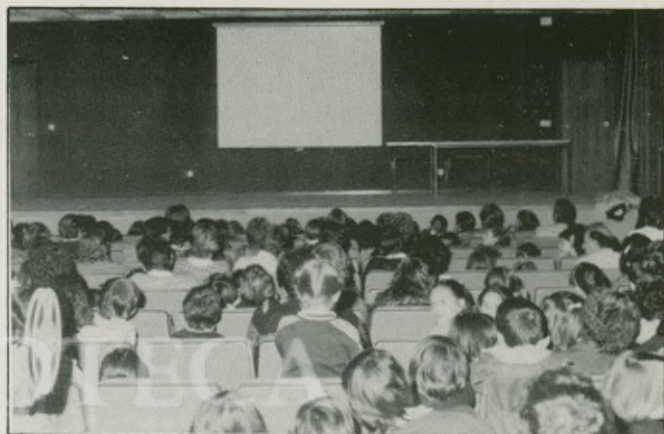


CICLO DE PROYECCIONES DEPORTIVAS

El pasado día 3 de Noviembre dió comienzo en el Salón de Actos de la Casa de la Juventud, el "Ciclo de Proyecciones" que, sobre temas de Educación Física y Deportes, se desarrollará durante el curso 82-83.

El objetivo de esta actividad puesta en marcha por el C.I.T.D. desde el año 1980, es la de favorecer y complementar el programa que los alumnos llevan a cabo en las Escuelas Deportivas, en el C.I.T.D. e incluso en los colegios.

La asistencia a las proyecciones vendrá determinada por los temas que se traten, intentando que estos ofrezcan aspectos generales y específicos de todos los deportes que se practican en nuestra ciudad.



El "Ciclo" comenzó con la proyección de las películas de Voleibol: Minivolley "La palla verde", y "Voleibol japonés" que contó con la asistencia de los alumnos de los equipos y Escuelas de Voleibol de nuestra localidad.

La segunda jornada de proyecciones fué dirigida hacia la "Gimnasia Deportiva Femenina" y el Salón de Actos se vió inundado de niñas de 5 a 11 años que acompañadas de sus padres disfrutaron presenciando dos películas de la modalidad que actualmente practican en sus escuelas.

Las proximas proyecciones están previstas para el 17 de Noviembre, 1, 15 y 22 de Diciembre, con películas de Atletismo, Baloncesto y Balonmano. Y asistencia de Alumnos que practican dichas modalidades deportivas.

Asistencia a Competiciones

Un importante componente de la programación de actividades extraescolares desarrolladas por el C.I.T.D. y el Departamento de Deportes del Excmo. Ayuntamiento, es la de posibilitar la asistencia de nuestros alumnos a aquellas competiciones de relieve de los deportes practicados en el Centro y en las Escuelas Deportivas.

Las competiciones que se desarrollan en nuestra ciudad son comunicadas semanalmente a los alumnos para facilitar su asistencia; con relación a las desarrolladas fuera de Alcalá, los alumnos siempre acompañados por sus profesores y entrenadores, son trasladados hasta el lugar de la competición en autobús.



Las últimas asistencias de este tipo, han sido las efectuadas al 1-XI-82 al Polideportivo A. Magariños con los alumnos de Balonmano para presenciar el encuentro de División de Honor de Balonmano entre el At. de Madrid y GEIEG; y el día 6-XI-82 a las Instalaciones de Vallehermoso para presenciar el partido de 1.ª División de Voleibol masculino entre Salesianos Atocha y A. D. Recuerdo, al que asistieron los alumnos del C.I.T.D. y Escuela de la modalidad de Voleibol.

CHARLAS CON LOS PADRES

Los pasados días 13, 15 y 25 de Octubre, tuvieron lugar las primeras reuniones programadas por este Centro y dirigidas a los padres y familiares de nuestros alumnos.

El objetivo primordial de las mismas, es la de informar directamente de todas aquellas actividades relacionadas con el Centro, así como la de buscar el diálogo y la colaboración de los padres, algo fundamental si queremos desarrollar una amplia y positiva labor educativa.



Los temas tratados en las primeras reuniones efectuadas, han sido la presentación del programa de actividades previsto para el curso 82-83 y las posibilidades de actuación futuras.

LOS ALUMNOS Y LA COMPETICION

A partir de Octubre han dado comienzo las diferentes competiciones deportivas en las que intervienen alumnos del Centro. Este tipo de actividades, es fundamental, sobre todo para los alumnos de 4.º nivel, pues definirá el aprendizaje, habilidades adquiridas y rendimiento deportivo de los mismos.

Durante esta temporada tenemos previsto competir en los cuatro deportes que practica el C.I.T.D. (Baloncesto, Balonmano, Atletismo y Voleibol), tanto en categoría masculina como en femenina.

A continuación indicamos los resultados obtenidos por nuestros equipos hasta el momento:

BALONCESTO: Provincial Infantil Femenino

16-X-82	Filipenses (12)	—	C.I.T.D. (53)
23-X-82	C.I.T.D. (70)	—	Alcalá «A» 7
30-X-82	S. F. de Asís (4)	—	C.I.T.D. (70)
6-XI-82	Minerva (26)	—	C.I.T.D. (46)



	J	G	E	P	Puntos
1. C.I.T.D.	4	4	0	0	8
2. Minerva	4	3	0	1	6
3. S. F. de Asís	3	1	0	2	2
4. Filipenses	3	1	0	2	2
5. Alcalá «B»	3	1	0	2	2
6. Alcalá «A»	3	0	0	3	0

BALONMANO: Provincial Infantil Masculino

6-XI-82	C.I.T.D. 4.º (38)	—	B. M. Alcalá (3)
6-XI-82	Pabellón	—	C.I.T.D. 3.º (aplazado)



BALONMANO: Provincial Infantil Femenino

6-XI-82	C.I.T.D. (19)	—	D. y Velarde (0)
---------	---------------	---	------------------

VOLEIBOL: Provincial Infantil Masculino

30-X-82	C.I.T.D. (3)	—	C. Estudio (0) (15-3/15-5/15-5)
6-XI-82	Arco Iris	—	C.I.T.D. (aplazado)



ATLETISMO

Con una gran participación de alumnos del Centro se han disputado las dos primeras jornadas del **Trofeo Promoción de Atletismo**. Desgraciadamente por falta de espacio, no podemos incluir los resultados de todos los alumnos del C.I.T.D. que participaron. Sirva como ejemplo de su buen rendimiento, los puestos de honor obtenidos en las diferentes pruebas realizadas.

Día 12-X-82

60 m. lisos Alevín Masculino

1.º	Diego Sanchez	8'' ⁵ / ₁₀
2.º	Manuel Alfaro	8'' ⁶ / ₁₀
3.º	José A. Sánchez	9''
	José A. Alcalde	9''

600 m. lisos Alevín Masc.

1.º	José A. Alcalde	1'56'' ¹ / ₁₀
2.º	A. Abarca	1'57'' ³ / ₁₀
3.º	Pedro P. Rodríguez	2'05''

1.000 m. lisos Infantil Masc.

1.º	Juan C. Ledesma	3'03''
2.º	José P. Naveira	3'08''

Altura Infantil Masculino

1.º	José Luis Urbanos	1,25 m
2.º	J. Alfonso Campos	1,25 m
3.º	J. M. Castellanos	1,15 m

600 m. lisos Infantil Femen.

1.ª	Genma Díez	2'00''
2.ª	Irene García	2'04''
3.ª	Angeles García	2'05''

60 m. liso Infantil Masculino

1.º	pedro Moreno	8''
2.º	José L. Urbanos	8'' ⁶ / ₁₀
3.º	Juan A. Campos	8'' ⁸ / ₁₀

1.000 m. lisos Alevín Masc.

1.º	Eduardo Rioja	3'26''
2.º	Fernando Fdez.	3'34''

Altura Alevín Masculino

1.º	Raul Armenteros	1,10 m
2.º	Diego Sánchez	1,10 m
3.º	Santiago Pérez	1,05 m

60 m. lisos Infantil Femen.

1.ª	Francisca Moreno	9'' ² / ₁₀
2.ª	Angeles García	9'' ³ / ₁₀
	Rosario Cubillo	9'' ³ / ₁₀
3.ª	Elena Nacarino	9'' ⁴ / ₁₀
	M.ª Flor Neira	9'' ⁴ / ₁₀

Altura Infantil Femenina

1.ª	Cristina Castillejo	1,30 m
2.ª	Montse Aparicio	1,30 m
3.ª	Elena Nacarino	1,20 m

Día 1-XI-82

1.000 m. marcha Inf. Masc.

1.º	Santiago Pérez	5'53''
2.º	Juan C. Zapardiel	6'01''
3.º	Fco. J. Gutiérrez	6'01''

Longitud Infantil Femenina

1.ª	Yolanda García	3,45 m.
2.ª	Francisca Moreno	3,42 m.
3.ª	Patricia Ronda	3,41 m.

Longitud Infantil Masculino

1.º	Raul Ledesma	4,61 m.
2.º	J. M. Castellanos	4,53 m.
3.º	José L. Urbanos	4,45 m.

150 m. lisos Cadete Femen.

1.ª	Elena Vicario	22'' ⁹ / ₁₀
2.ª	Genma Fernández	22'' ⁹ / ₁₀

Longitud Cadete Femenino

1.ª	Olga Gutiérrez	3,98 m.
2.ª	Elena Nacarino	3,90 m.
3.ª	Elena Vicario	3,81 m.

Longitud Cadete Masculino

1.ª	Pedro Moreno	4,92 m.
-----	--------------	---------

150 m. lisos Infantil Masc.

1.º	Jose Luis Urbanos	20'' ⁵ / ₁₀
2.º	Raul Ledesma	21'' ¹ / ₁₀
3.º	J. M. Castellanos	21'' ⁵ / ₁₀

150 M. lisos Infantil Femen.

1.ª	Cristina Castillejo	22'' ¹ / ₁₀
2.ª	Francisca Moreno	22'' ⁷ / ₁₀

150 m. lisos Cadete Masc.

1.º	Pedro Moreno	19'' ² / ₁₀
-----	--------------	-----------------------------------

600 m. lisos Infantil Masc.

1.º	José P. Naveira	1'45'' ⁶ / ₁₀
2.º	Alejandro Gómez	1'49'' ⁹ / ₁₀
3.º	Fernando Quereda	1'55''

600 m. lisos Infantil Femen.

1.ª	Patricia Ronda	2'01''
2.ª	Yolanda García	2'01''
3.ª	Cristina Castillejo	2'03''

600 m. lisos Cadete Femen.

1.ª	Angeles García	1'57''
2.ª	Irene García Royo	2'