



## Circular 72/2018

- A los clubes
- A los atletas
- A las personas interesadas

**(CORRECCIÓN)**

### TÍTULOS DE TÉCNICO DEPORTIVO Y TÉCNICO DEPORTIVO SUPERIOR EN ATLETISMO EN CANARIAS

**FECHAS PREINSCRIPCIONES** Curso 2018-2019: Del 5 al 25 de abril de 2018

### CALENDARIO SINTETIZADO PREINSCRIPCIÓN Y MATRÍCULA CURSO 2018-2019

<b>del 5 al 25 de abril de 2018.</b>	Solicitud de plaza y preinscripción y solicitud de exención a la REALIZACIÓN DE LAS PRUEBAS ESPECÍFICAS DE ACCESO a las EEDD <b>solicitud de plaza para el ciclo inicial y final (Ciclo intensivo). Realizarla en el centro o enviar por registro único si procede de otra isla</b>
<b>7 de mayo 2018</b>	Publicación listas provisionales de solicitud de plaza y de inscripción (o exención) a la prueba específica de acceso a EEDD
<b>8 al 10 de mayo</b>	Plazo de reclamaciones a las listas provisionales de solicitantes de plaza, inscritos y exenciones en las pruebas específicas de acceso y a la renuncia de solicitudes.
<b>11 de mayo</b>	Publicación listas definitivas para realización de las pruebas específica o exenciones a la misma



<p><b>Del 23 al 29 de mayo</b></p>	<p>Realización de las pruebas específicas de acceso: <b>CALENDARIO PROVISIONAL</b>  <b>ATLETISMO CICLO INICIAL: (IES Virgen de La Candelaria)</b>                  Lugar: Centro Insular de Atletismo (TINCER)                  Fecha: Jueves 24 de mayo de 2018                  Hora convocatoria: 11.00                  Hora comienzo: 11.30</p> <p><b>Documentación a presentar en la preinscripción</b></p> <p>DNI                  Certificado notas que acredite que tenga 4º ESO mínimo o equivalente o otros estudios superiores.                  Tasas pagadas para hacer la prueba de acceso correspondiente Mod. 700.</p> <p><b>Total 13, 20 €</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Entrar en modelo 700 sede electrónica del Gobierno de Canarias.</li> <li>○ En concepto seleccionar: 156 – Otras tasas académicas</li> <li>○ En tasa seleccionar: 314 – Prueba específica de las enseñanzas deportivas</li> </ul> <p>Certificado o informe médico donde se haga constar que el aspirante está apto para realizar la prueba específica.                  Aquellas personas con discapacidad que soliciten adaptación de las pruebas específicas, deberán hacerlo <b>en el momento de la solicitud de preinscripción</b>, acompañándolo de un certificado acreditativo, que se hará llegar al tribunal evaluador que determinará en su caso la adaptación o no.                  Si ha superado la prueba específica en anterior convocatoria, debe presentar con la preinscripción documento acreditativo, que debe solicitar al centro donde las superó.                  Si solicita EXENCIÓN (Alto nivel o alto rendimiento), debe acreditar que cumple con alguno de los requisitos necesarios para obtenerla.</p>
<p><b>1 de junio</b></p>	<p>Publicación listas resultados provisionales pruebas específicas en el centro escolar.</p>
<p><b>Del 4 al 6 de junio</b></p>	<p>Periodo de reclamaciones a las listas provisionales de las pruebas específicas de</p>



	acceso, en el centro correspondiente, y a las listas provisionales de adjudicación de plazas.
<b>25 de junio</b>	Publicación de las listas con resultados definitivos de pruebas específicas de acceso y publicación de las listas definitivas de adjudicación de plazas.
<b>Del 25 junio al 6 de julio</b>	Plazo de matrícula del alumnado de continuidad (repetidores y segundos cursos) y de nuevo ingreso

## OFERTA ENSEÑANZAS DEPORTIVA ATLETISMO EN CANARIAS CURSO 2018-19

	Ciclo Inicial Atletismo	Ciclo Final Atletismo	Ciclo Superior Atletismo	Turno
<b>IES VIRGEN DE LA CANDELARIA (TFE)</b>	X	X		Tarde
<b>IES ANTONIO GLEZ (TFE - TEJINA)</b>	X	X	X	Mañana
<b>IES FELO MONZON (GC)</b>	X	X		Tarde
<b>IES GRAN TARAJAL (FTV)</b>	X	X		Mañana/Tarde
<b>IES BLAS CABRERA FELIPE (Lanzarote)</b>	X			Mañana/Tarde

### PASOS MATRICULA ENSEÑANZA DEPORTIVA ATLETISMO

Retirar en el centro la documentación o rellenar impreso a través de internet

#### 1. CUMPLIMENTAR MODELO 700.

- (Entrar en modelo 700 sede electrónica del Gobierno de Canarias)
- Cumplimentar datos y en concepto elegir 156 otras tasas
- En tasas elegir 1111 enseñanza deportiva 1ª matrícula
- Si eres desempleado o familia numerosa clic en reducciones y elije ( luego tendrás que acreditarlo)
  - En Atletismo Ciclo Inicial introducir 310 horas (96,10 euros)
- Poner el concepto ( Matrícula EEDD Atletismo y nombre del interesado
- Darle a continuar.
- Descargar modelo en pdf e ir al banco a pagarlo.

#### 2. Recoger sobre matrícula en el centro previo pago de 10-12 euros, ingreso en cuenta que se facilitará en el propio centro, o cumplimentar sobre matrícula descargando desde Internet.

#### 3. Rellenar sobre y adjuntar,:

- Modelo 700 pagado (importe matrícula)
- 2 fotografías tamaño carnet,
- fotocopia dni,
- fotocopia certificado de notas de estudios (La ESO, equivalente o estudios superiores) si se matricula en ciclo inicial, o certificado estudios del ciclo inicial si se matricula en el ciclo final.
- Certificado médico.



FACEBOOK.COM/  
ATLETISMOCANARIO



TWITTER.COM/  
ATLETISCANARIOS



INSTAGRAM.COM/  
ATLETISMOCANARIO



YOUTUBE /ATLETISMO CANARIO



- (Se recomienda fotocopiar impreso matrícula para sellarlo a modo de acuse de recibo)

#### 4. Entregarlo en Secretaría del centro donde se imparta la EEDD

#### 5. TASA DE MATRICULA EEDD 2018-2019

CICLO/NIVEL	ESPECIALIDAD	TOTAL TASAS EUROS En 1ª Matrícula
INICIAL	ATLETISMO 310h	96,10
FINAL	ATLETISMO 575h	235,75
SUPERIOR	ATLETISMO 795 h	365,70

## INFORMACIÓN

### TITULO DE TÉCNICO DEPORTIVO Y TECNICO DEPORTIVO SUPERIOR EN ATLETISMO EN CANARIAS

Carga Horaria >>	BLOQUE COMUN	BLOQUE ESPECIFICO	PRACTICAS
Ciclo Inicial Atletismo	60	250	150
Ciclo Final Atletismo	160	215	200
Ciclo Superior Atletismo	200	395	200

**Denominación:** Atletismo. Nivel: Enseñanzas Deportivas de Grado Medio.

**Estructura de las enseñanzas de cada uno de los ciclos de enseñanza deportiva conducentes al título de Técnico Deportivo en Atletismo**

#### **Artículo 12. Estructura de los ciclos inicial y final de grado medio de atletismo.**

- Los ciclos desarrollados en el presente real decreto se estructuran en módulos, agrupados en bloque común y bloque específico.
- Los módulos de enseñanza deportiva del **CICLO INICIAL** de grado medio de atletismo son los que a continuación se relacionan:

a) **Módulos del bloque común:**

MED-C101: Bases del comportamiento deportivo. MED-C102: Primeros auxilios.  
MED-C103: Actividad física adaptada y discapacidad. MED-C104: Organización deportiva.

b) **Módulos del bloque específico:**

MED-ATAT102: Metodología de la enseñanza del atletismo.



MED-ATAT103: Organización de actividades de iniciación en atletismo. MED-ATAT104: Formación práctica.

#### Distribución carga horaria:

- 60 horas Bloque común
- 250 horas Bloque específico
- 150 horas Bloque de formación en prácticas

#### CON CERTIFICACIÓN OFICIAL AL FINAL DEL MISMO

3. Los módulos de enseñanza deportiva del **CICLO FINAL** de grado medio de atletismo son los que a continuación se relacionan:

##### a) Módulos del bloque común:

MED-C201: Bases del aprendizaje deportivo. MED-C202: Bases del entrenamiento deportivo. MED-C203: Deporte adaptado y discapacidad. MED-C204: Organización y legislación deportiva. MED-C205: Género y deporte.

##### b) Módulos del bloque específico:

MED-ATAT201: Perfeccionamiento técnico en carreras y marcha. MED-ATAT202: Perfeccionamiento técnico en saltos. MED-ATAT203: Perfeccionamiento técnico en lanzamientos y pruebas combinadas. MED-ATAT204: Reglamento. MED-ATAT205: Entrenamiento condicional en atletismo. MED-ATAT206: Organización del atletismo. MED-ATAT207: Atletismo adaptado. MED-ATAT208: Formación práctica.

#### Distribución carga horaria:

- 160 horas Bloque común
- 215 horas Bloque específico
- 200 horas Bloque de formación en prácticas

#### CON TÍTULO FINAL ACADÉMICO OFICIAL AL FINAL DEL MISMO

**Denominación: Atletismo. Nivel: ENSEÑANZAS DEPORTIVAS DE GRADO SUPERIOR.**

**Artículo 2. El título de Técnico Deportivo Superior en Atletismo** queda identificado por los siguientes elementos:

- Denominación: Atletismo.
- Nivel: Nivel 1: Técnico Superior del Marco Español de Cualificaciones para la Educación Superior, Enseñanzas Deportivas de Grado superior.
- Duración: 795 horas.
- Referente internacional: CINE-5b (Clasificación Internacional Normalizada de Educación).

#### **Artículo 4. Especializaciones del título de Técnico Deportivo Superior en Atletismo.**

El título de Técnico Deportivo Superior en Atletismo tendrá como especializaciones:

- Atletismo adaptado.
- Carreras de velocidad, vallas y relevos.



FACEBOOK.COM/  
ATLETISMOCANARIO



TWITTER.COM/  
ATLETISCANARIOS



INSTAGRAM.COM/  
ATLETISMOCANARIO



YOUTUBE /ATLETISMO CANARIO



- c) Carreras de medio fondo, fondo y obstáculos.
- d) Saltos.
- e) Lanzamientos.
- f) Marcha.
- g) Pruebas combinadas.

**Las ocupaciones y puestos de trabajo** más relevantes para estos profesionales son las siguientes:

- a) Entrenador de atletismo de alto nivel.
- b) Director técnico.
- c) Director de escuelas deportivas.
- d) Director de instalaciones de atletismo.

## **Artículo 9. Estructura del CICLO DE GRADO SUPERIOR DE ATLETISMO.**

El ciclo de grado superior de atletismo se estructura en módulos, agrupados en un bloque común y un bloque específico.

**Los módulos** de enseñanza deportiva del ciclo de grado superior de atletismo son los que a continuación se relacionan:

### **a) Módulos del bloque común:**

- MED-C301 Factores fisiológicos del alto rendimiento.
- MED-C302 Factores psicosociales del alto rendimiento.
- MED-C303 Formación de formadores deportivos.
- MED-C304 Organización y gestión aplicada al alto rendimiento.

### **b) Módulos del bloque específico:**

- MED-ATAT301 Técnica y entrenamiento en velocidad, relevos y vallas.
- MED-ATAT302 Técnica y entrenamiento en medio fondo, fondo y obstáculos.
- MED-ATAT303 Técnica y entrenamiento en lanzamientos y pruebas combinadas.
- MED-ATAT304 Técnica y entrenamiento en saltos.
- MED-ATAT305 Planificación técnica y condicional en atletismo.
- MED-ATAT306 Organización y gestión en atletismo.
- MED-ATAT307 Proyecto.
- MED-ATAT308 Formación práctica

## **REQUISITOS GENERALES Y ACADÉMICOS DE ACCESO A CADA UNO DE LOS CICLOS**

### **Requisitos generales de acceso a los ciclos inicial y final de grado medio en atletismo.**

1. Para acceder al ciclo inicial de grado medio en atletismo será **necesario tener el título de Graduado en Educación Secundaria Obligatoria o equivalente a efectos de acceso.**
2. Para acceder al ciclo final de grado medio en atletismo será necesario acreditar tener superado el ciclo inicial de grado medio en atletismo, estableciéndose el listado de admitidos por expediente académico.

### **Requisitos académicos de acceso al ciclo inicial de grado medio en atletismo para Personas sin el título de Graduado en Educación Secundaria Obligatoria.**

- Se podrá acceder a las enseñanzas del ciclo inicial de grado medio en atletismo sin el título de Graduado en Educación Secundaria Obligatoria, siempre que el aspirante reúna los otros requisitos de carácter específico que se establecen en el presente real decreto, cumpla las condiciones de edad y supere la prueba establecida en el artículo 31.1.a) del Real Decreto 1363/2007, de 24 de octubre, por el que se establece la ordenación general de las enseñanzas deportivas de régimen especial.





## Requisitos académicos de acceso al ciclo de grado superior en atletismo

**Artículo 14.** Requisitos generales de acceso al ciclo de grado superior en atletismo. Para acceder al ciclo de grado superior en atletismo será necesario tener el título de Bachiller o equivalente a efectos de acceso, así como el título de Técnico Deportivo en Atletismo.

**Artículo 15.** Requisitos de acceso al ciclo de grado superior en atletismo para personas sin el título de Bachiller. Se podrá acceder a las enseñanzas del ciclo de grado superior en atletismo, sin el título de Bachiller, siempre que el aspirante posea el título de técnico deportivo correspondiente, y además cumpla las condiciones de edad y supere la prueba correspondiente conforme al artículo 31.1.b) del Real Decreto 1363/2007, de 24 de octubre.

## ANEXO

### Artículo 31 Acceso sin los títulos de Graduado en Educación Secundaria Obligatoria y de Bachiller

1. Sin perjuicio de lo dispuesto en el artículo 29, será posible acceder a las enseñanzas sin tener el título de Graduado en Educación Secundaria Obligatoria o de Bachiller, siempre que el aspirante reúna los otros requisitos de carácter general y específico que se establezcan, de conformidad con lo señalado en los artículos 29 y 30 y, además, cumpla las condiciones de edad y supere la prueba correspondiente, según se especifica a continuación:

- 
- **a)** Prueba de acceso al grado medio. Tiene por objeto demostrar los conocimientos y habilidades suficientes para cursar con aprovechamiento las enseñanzas de dicho grado. Los contenidos de la prueba versarán sobre los contenidos que se determinen en el currículo de Educación Secundaria Obligatoria de la correspondiente Comunidad Autónoma. Para realizar esta prueba se requiere una edad mínima de 17 años.
- 
- **b)** Prueba de acceso al grado superior. Tiene por objeto demostrar la madurez en relación con los objetivos formativos del bachillerato. Esta prueba versará sobre los contenidos de las materias comunes que se determinen en el currículo de Bachillerato de la correspondiente Comunidad Autónoma. Para realizar esta prueba se requiere una edad mínima de 19 años y estar en posesión del título de Técnico Deportivo en la correspondiente modalidad o especialidad deportiva, o de 18 años cuando se posea, además del título anterior, un título de Técnico relacionado con aquél al que se desea acceder.  
Tanto en uno como en otro caso, la edad mínima establecida deberá cumplirse dentro del año natural de realización de la prueba.

2. La prueba de acceso a la formación profesional de grado medio podrá sustituir a la prueba de acceso al mismo grado de las enseñanzas deportivas.

3. La parte común de la prueba de acceso a la formación profesional de grado superior podrá sustituir a la prueba de acceso al mismo grado de las enseñanzas deportivas.

4. Las Administraciones educativas:

- 
- **a)** Regularán las pruebas de acceso en el ámbito de sus respectivas competencias, y realizarán, al menos, una convocatoria anual.
- 
- **b)** Asimismo podrán ofertar y programar cursos de preparación de las pruebas de acceso, tanto para el grado medio como para el grado superior, para aquellos alumnos que tengan, respectivamente, un programa de iniciación profesional o un título de técnico deportivo, relacionados con las enseñanzas a las que se pretende acceder.



5. La calificación de los cursos de preparación y de las pruebas de acceso se realizará de la siguiente forma:

- a) Los cursos de preparación de la prueba de acceso serán evaluables de 1 a 10 puntos, sin decimales.
  - b) La nota final de la prueba para el acceso al grado medio, expresada en la escala numérica de 1 a 10, con dos decimales, será la media aritmética de las notas alcanzadas en las distintas partes, siempre que éstas sean superiores o iguales a cuatro. Cuando se haya realizado el curso de preparación de la prueba de acceso, la nota final de la prueba será la suma de la media aritmética, más la puntuación que resulte de multiplicar por 0,15 la calificación obtenida en el curso de preparación cuando ésta sea cinco o superior. En ningún caso la nota resultante será superior a 10.
  - c) La nota final de la prueba para el acceso al grado superior, expresada en la escala numérica de 1 a 10, con dos decimales, será la media aritmética de la nota de la prueba de acceso y la nota final de las enseñanzas de Técnico deportivo, siempre que ambas sean superiores o iguales a cuatro. Cuando se haya realizado el curso de preparación de la prueba de acceso, la nota final de la prueba será la suma de la media aritmética más la puntuación que resulte de multiplicar por 0,15 la calificación obtenida en el curso de preparación cuando ésta sea cinco o superior. En ningún caso la nota resultante será mayor a 10.
- En todos los casos serán positivas las calificaciones iguales o superiores a cinco y negativas las inferiores a cinco.

#### Distribución carga horaria ciclo superior atletismo:

- 200 horas Bloque común
- 395 horas Bloque específico
- 200 horas Bloque de formación en prácticas

#### Formación Grado superior

Módulos bloque común.

MED-C301 Factores fisiológicos del alto rendimiento  
MED-C302 Factores psicosociales del alto rendimiento. MED-C303  
Formación de formadores deportivos.  
MED-C304 Organización y gestión aplicada al alto rendimiento.

Módulos bloque específico.

MED-ATAT305 Planificación técnica y condicional en atletismo.  
MED-ATAT306 Organización y gestión en atletismo  
MED-ATAT307 Proyecto

#### **REQUISITOS DE ACCESO ESPECÍFICOS AL CICLO INICIAL DE GRADO MEDIO EN ATLETISMO.**

1. Para acceder al ciclo inicial de grado medio en atletismo será necesario superar la prueba de carácter específico que se establece en el anexo VII.
2. La prueba de carácter específico del ciclo inicial de grado medio en atletismo, acredita la competencia profesional de «dominar las técnicas básicas en atletismo con nivel suficiente para el desarrollo de las tareas propias de la iniciación deportiva», recogida en el artículo 7 del presente real decreto, y que en el título se le asigna una carga horaria de formación de 120 horas sobre la duración total del ciclo inicial de grado medio en atletismo.







3. Para la superación de la prueba de carácter específico será necesaria la evaluación positiva en la totalidad de los criterios de evaluación descritos en las mismas.

### **Exención de la superación de la prueba de carácter específico a los deportistas de alto nivel o y alto rendimiento.**

Estarán exentos de superar la prueba de carácter específico que se establece para tener acceso al ciclo inicial de grado medio en atletismo aquellos deportistas que acrediten:

- La condición de **deportista de alto nivel** en las condiciones que establece el Real Decreto 971/2007, de 13 de julio, sobre deportistas de alto nivel y alto rendimiento para la modalidad deportiva de atletismo.
- La calificación de **deportista de alto rendimiento o equivalente en la modalidad de atletismo**, establecida por las comunidades autónomas de acuerdo con su normativa.
- Haber sido clasificado entre los ocho primeros, al menos una vez en los últimos dos años, en cualquier especialidad** o prueba de la categoría **absoluta** del campeonato de España, Esta condición deberá ser acreditada por la Real Federación Española de Atletismo.

### **Requisitos de acceso de personas que acrediten discapacidades.**

Las personas con discapacidad podrán acceder a las enseñanzas de estos ciclos conforme a la disposición adicional tercera del Real Decreto 1363/2007, de 24 de octubre, siendo obligación de las administraciones competentes llevar a cabo los ajustes razonables para que este acceso no comporte restricciones injustificadas contrarias al principio de igualdad de oportunidades.

## **ANEXO VII**

### **Prueba RAE-ATAT101, de carácter específico para el acceso a las enseñanzas de ciclo inicial de grado medio en atletismo**

#### **Resultados de aprendizaje y criterios de evaluación:**

**PRUEBA 1.** Realiza la colocación y la acción de la salida de tacos, colocándolos con eficacia y respeto al reglamento, ejecutando la técnica de forma ajustada a las fases de la salida de tacos y alcanzando de forma progresiva la velocidad de desplazamiento.

- Se han colocado los tacos de salida con la separación adecuada al ejecutante.
- Se han colocado los tacos detrás de la raya de salida.
- Se ha colocado el aspirante en los tacos a la voz de "a los puestos", y con las manos detrás de la raya.
- Se ha colocado subiendo la cadera a la voz de "listos".
- Se ha puesto en acción a la señal accionando los brazos y empujando con las piernas en los tacos.
- Se ha realizado un incremento progresivo de la velocidad desde la salida hasta los 20 metros.

Prueba asociada: "preparación de los tacos y salida de velocidad"

Se presenta al aspirante unos tacos para realizar la salida y debe realizar las siguientes acciones:

- Colocación de los tacos detrás de la raya de salida.
- Ejecución de la acción de salida de tacos y carrera en progresión durante 20 metros.

**PRUEBA 2.** Realiza la elección de la altura y distancia de las vallas, ejecuta la acción de paso de vallas, demostrando el nivel técnico adecuado para el desempeño de la iniciación deportiva.

- Se ha realizado la salida desde una distancia que le permita llegar con la pierna elegida.
- Se han realizado tres pasos entre la primera y la segunda valla y entre la segunda y la tercera valla con un posicionamiento equilibrado del cuerpo y apoyos correctos.
- Se apoya, después del paso de la valla con el mínimo de flexión en la pierna y el tobillo en las tres vallas, y sin excesiva pérdida de velocidad.

Prueba asociada: "paso de vallas"

Al alumno se le presenta la zona de carreras con tres vallas y debe realizar las siguientes acciones:





- El alumno elige la altura de la valla de entre 76 y 84 centímetros, y la distancia entre vallas de entre 7 y 8 metros.
- El alumno debe talonar una distancia a la primera valla, realizar el paso de las tres vallas y seguir corriendo durante al menos 10 metros más.

**PRUEBA 3.** Realiza el salto de longitud, talonando la carrera, aplicando las técnicas de carrera, batida, vuelo y caída en el foso, demostrando el nivel técnico adecuado para el desempeño de la iniciación deportiva.

- Se ha talonado una carrera de impulso de una distancia aproximada de 15m con referencia al borde del foso.
- Se ha batido con una pierna antes del foso de caída.
- Se ha hecho un vuelo equilibrado en la técnica escogida por el alumno.
- Se ha caído a dos pies en el foso. e. Se ha salido del foso por delante.

Prueba asociada: "salto de longitud"

Se presenta al alumno la zona adecuada para realizar el salto de longitud y debe talonar una carrera de longitud corta (alrededor de 15m) con referencia al borde del foso y realizar las acciones de carrera, batida, vuelo y caída.

**PRUEBA 4.** Realiza el salto de altura con listón (o goma), aplicando el estilo Fosbury Flop, demostrando el nivel técnico adecuado para el desempeño de la iniciación deportiva.

- Se ha talonado una carrera de cuatro pasos en curva por el lado técnicamente correspondiente a la pierna de batida escogida.
- Se ha corrido en curva con una buena posición de carrera y batido con la pierna exterior.
- Se ha saltado verticalmente y se ha colocado el cuerpo por encima del listón.
- Se ha traspasado el listón, retirando las piernas y cayendo de espaldas en la colchoneta. Prueba asociada: "salto de altura"

Se presenta al aspirante la zona adecuada para realizar un salto de altura y el alumno debe:

- Elegir la altura del listón o goma. -
- Realizar el salto estilo Fosbury Flop, con una carrera de cuatro pasos en curva.

**PRUEBA 5.** Realiza el lanzamiento de peso desde el círculo con técnica lineal, demostrando el nivel técnico adecuado para el desempeño de la iniciación deportiva.

- Se ha colocado el peso pegado al cuello y se coloca de espaldas a la dirección de lanzamiento.
- Se han realizado los movimientos de balanza con la pierna libre, previos al desplazamiento con la pierna derecha (lanzador diestro).
- Se ha realizado el desplazamiento lanzando la pierna izquierda hacia el contendor y empujando con la pierna derecha hasta el apoyo de los dos pies (lanzador diestro).
- Se ha llegado a la posición final, después de empujar con la pierna derecha, colocar el cuerpo de cara al lanzamiento y lanzar (lanzador diestro).
- Se ha recuperado el equilibrio cambiando el apoyo del pie izquierdo por el apoyo del pie derecho sin sobrepasar el contendor, saliendo del círculo por la parte posterior (lanzador diestro).
- Los criterios 2, 3, 4 y 5 se adaptaran al lanzador zurdo. Prueba asociada: "lanzamiento de peso"

Se presenta al aspirante el material necesario y la zona de lanzamiento de peso, donde el ejecutante debe:

- Realizar la prueba de lanzamiento de peso utilizando la técnica lineal. -
- Utilizar un artefacto de 3 o 4 Kg.