

A photograph of long jumper Pedro Pablo Pichardo in mid-air during a competition. He is wearing a red and blue singlet with 'PICHARDO' on the front and blue shorts. He is captured in a dynamic pose with arms outstretched and legs bent. The background shows a stadium with spectators and officials seated on the track. The text 'Progresión de Pedro Pablo Pichardo' is overlaid in white on the image.

# Progresión de Pedro Pablo Pichardo

**Gobiernos Provinciales**  
**Direcciones prov.**  
**Deportes y Educación**

**Estado – C.O.C**  
**INDER – MINED – MES**  
**Federaciones Deportivas**  
**Nacionales**

**Centros Prov. de**  
**Medicina**  
**Deportiva**  
**Fed. Dep. Prov.**  
**Fac. Educ. Fis**



**Normativas**  
**Nacionales de**  
**Detección de**  
**Talentos**

**Pirámide deportiva a nivel de provincias**

# Detección de Talentos Deportivos

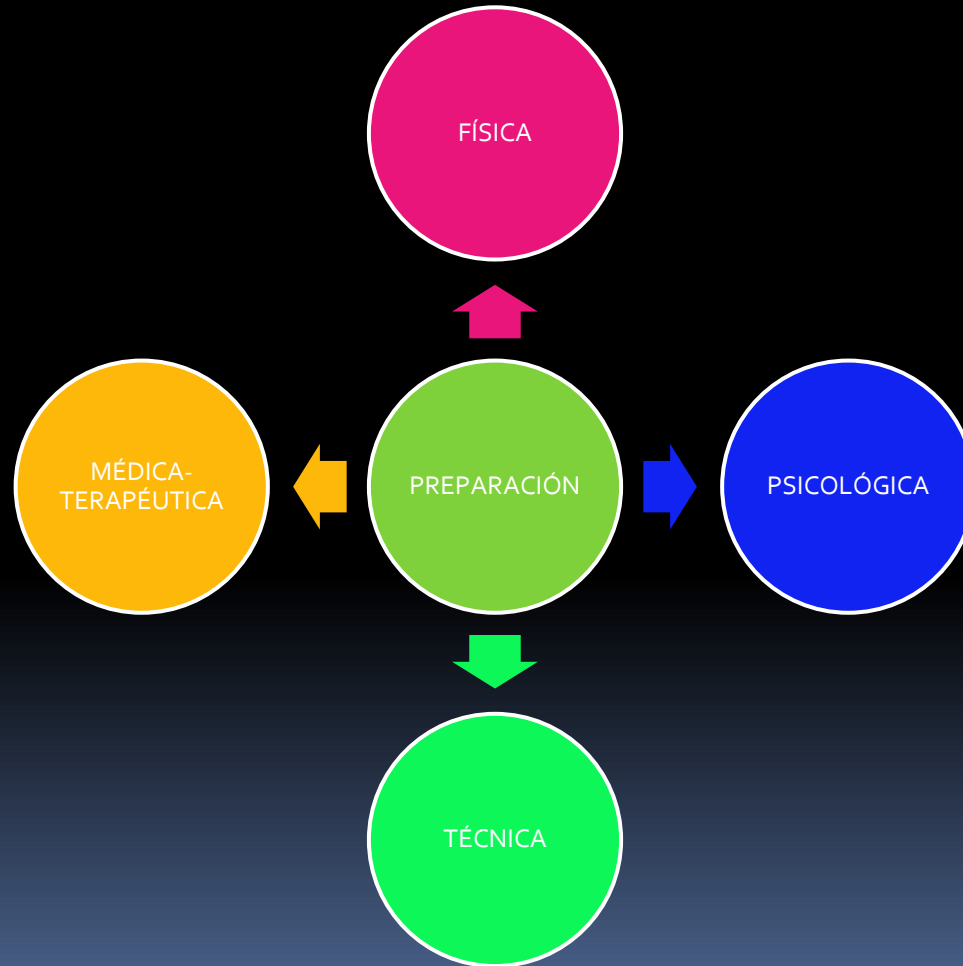
Es un concepto muy amplio que abarca definiciones como:

- Identificación
- Selección
- Desarrollo de talento

# Proceso de desarrollo del talento

- 1. La selección del talento ( Atendiendo a sus condiciones morfo funcionales y características antropométricas).  
(Incluye un nivel de rendimiento acorde a su edad).
- 2. El desarrollo de las capacidades coordinativas.
- 3. El fortalecimiento de todos los segmentos corporales que intervienen en el gesto competitivo. Así como acondicionar las articulaciones y tendones.
- 4. La metodología de la técnica del triple yendo de lo simple a lo complejo.

# CAPACIDADES DETERMINANTES





❖ FÍSICA:

- 1) El desarrollo de la fuerza en todas sus dimensiones ( Resistencia muscular, máxima, rápida y explosiva)
- 2) El desarrollo de la resistencia especial y la rapidez.

❖ TÉCNICA:

- 1) Correcta estructura y ritmo de la carrera de impulso.
- 2) Dominio de los elementos técnicos por separados y de manera global.

❖ MÉDICA-TERAPÉUTICA:

- 1) Conocer el estado de salud del atleta, así como asimila las cargas de entrenamiento en los diferentes momentos de la preparación.

❖ PSICOLÓGICO

Prepararlo desde el punto de vista psicológico para el logro de sus propósitos competitivos.



# ¿Cómo llega Pedro Pichardo a los 18m?

1. Logrando en primer lugar, una simetría muscular de todos los segmentos corporales que intervienen en el gesto competitivo.
2. Elevando el dominio técnico en su primer salto (Brinco).
3. Mejorando la velocidad de aproximación a la tabla y minimizando al máximo el tiempo de contacto en el suelo.


# PROGRESIÓN

CATEGORÍA	AÑO	EDAD	MARCA
CADETE	2009	16	15.57
CADETE	2010	17	15.78
JUVENIL	2011	18	16.16
JUVENIL	2012	19	16.79
MAYOR	2013	20	17.69
	2014	21	17.76
	2015	22	18.08





# PRINCIPALES RESULTADOS

- Campeón mundial juvenil 2012 ( Barcelona)
  - Subcampeón mundial (aire libre) 2013 (Moscú)
  - Medalla de bronce mundial (bajo techo) 2014 ( Sopot)
  - Subcampeón mundial (aire libre) 2015 (Pekín)
- 







DIREKTE

NRK

NRK  
Sport



Doha 2015

Triple Jump Men

2

 CUB

Pedro Pablo PICHARDO

17.33

X

-



Doha

**MUCHAS GRACIAS**