

O CICLISMO E SUAS MODALIDADES

VOCÊ SABIA QUE A BICICLETA FAZ PARTE DE UMA FANTASTICA MODALIDADE ESPORTIVA?



O ciclismo é um esporte que envolve um atleta e um equipamento: a bicicleta. Se pensarmos assim, é possível chamar de ciclismo quaisquer modalidades que envolvam essas duas partes, como o ciclismo de estrada, o ciclismo de pista, o mountain bike e o bmx. Além disso, o ciclismo também é componente fundamental de outro esporte: o triathlon, que une natação, ciclismo e

corrida.

O CICLISMO NO BRASIL

Não há uma pessoa em específico, segundo os historiadores, que trouxe a bicicleta para o Brasil. O que se sabe e aí então se prevê, é que a bicicleta veio para o país com a chegada dos imigrantes europeus no final do século XIX para o início do século XX.

No ano de 1895, as bicicletas já podiam ser vistas nos estados do Sul e em São Paulo. Na capital paulista foi onde surgiu o primeiro velódromo brasileiro. O Velódromo Paulista, como era chamado, sediou a primeira prova oficial de ciclismo no Brasil, da qual participaram um pouco menos de 40 atletas.

Apesar de já possuir bicicletas no ano de 1896, o Brasil não esteve presente nos primeiros Jogos Olímpicos da Era Moderna, em Atenas, na Grécia. Porém, neste período, já funcionavam nas cidades de Porto Alegre (RS) e São Paulo (SP) ativas sociedades de ciclistas. Estas entidades dirigiam competições que reuniam a cada ano um número cada vez mais expressivo de competidores.

Em 1898, era criada em São Paulo, a fábrica da Caloi. Neste mesmo ano era realizada a primeira disputa em pista oficial no velódromo Rio-Grandense, em Porto Alegre.

Em 1904, o Brasil teve o seu primeiro representante em uma competição internacional neste esporte. Este atleta se chamava Antônio Prado Junior e participou do Campeonato Mundial de Velódromo, realizado em São Paulo, conquistando um honroso sexto lugar.



Em 1936, o Brasil estreava no ciclismo nos Jogos Olímpicos de Berlim, na Alemanha, com os atletas Ricardo Magnani, Dertônio Ferrer e Hermógenes Netto.

Em 1938, era promovido em Porto Alegre, o primeiro Campeonato Brasileiro de Ciclismo.

O esporte se mantinha ativo no país no decorrer dos anos, porém, foi na década de 1950, que o ciclismo cresceu. O atleta Cláudio Rosa, foi um dos ciclistas cujas atuações marcaram esta época.

Em 1960, o atleta Anésio Argenton foi aos Jogos Olímpicos de Roma, na Itália, ficando em sexto lugar na modalidade de corrida de quilômetros contra relógio. Outros

brasileiros também obtiveram boas participações nestas olimpíadas. Antônio Alba e Hernner Simões celebraram vitórias importantes que tiveram a participação direta no crescimento do número de competições realizadas no Brasil, bem como, o aumento do interesse das pessoas pela prática do ciclismo.

Apesar dos anos de conquistas, nos Jogos Olímpicos de Roma, em 1960, o ciclismo brasileiro ficaria ausente das Olimpíadas por vários anos.

Retornou às competições somente em 1972, nos Jogos de Munique, na Alemanha. Quatro anos mais tarde, nos Jogos de Montreal, no Canadá, o país ficaria de fora novamente por não conseguir classificação para as competições.

Retornaria às Olimpíadas, em 1980, nos Jogos de Moscou, na Rússia, da qual, desde então, participou de todas as edições seguintes dos Jogos Olímpicos.

A modalidade mais tradicional talvez seja o ciclismo de estrada. Isso porque o Tour de France, ou a Volta da França, é a competição mais esperada de ciclismo no mundo. Essa competição acontece anualmente, no mês de julho, somando 3.000 quilômetros, que os atletas devem percorrer com suas bicicletas. Ou seja, percebe-se que as provas de estrada são provas de longa distância, que podem ser percorridas no mesmo dia, ou com paradas, como é o caso das Grandes Voltas. Os resultados dessas provas são dados de duas formas: individualmente e por equipe.

O ciclismo de pista é uma das modalidades mais bonitas de se assistir em Jogos Olímpicos. São disputados em uma pista geralmente fechada, denominada velódromo. As provas mais comuns são as provas de perseguição (em que um atleta ou uma equipe de atletas precisa ficar a menos de um metro de distância da outra) e as provas contra o relógio, em que os atletas devem pedalar o mais rápido possível, vencendo aquele que cumprir a distância em menor tempo.

Mountain bike é também conhecido como ciclismo de aventura. São competições disputadas em locais abertos, com trilhas de terra bastante acidentadas, e que envolvem muitas subidas e descidas. Ao contrário das bicicletas utilizadas para o ciclismo de estrada e de pista, que são bastante leves e com pneus muito finos, a bicicleta de mountain bike deve ter suspensão resistente e pneus mais grossos, para resistir aos obstáculos encontrados.

O BMX é uma modalidade que se utiliza de rodas de vinte polegadas de diâmetro, ou seja, de tamanho pequeno se considerada para um homem adulto. Há dois tipos de provas diferentes: uma que é uma corrida disputada em terreno acidentado – BMX Racing – e a outra é caracterizada por manobras com e sobre a bicicleta – BMX Freestyle.

Embora o ciclismo seja considerado um esporte, caracterizado pela competição, deve-se também lembrar de que a bicicleta também é um meio de transporte para muitas pessoas, principalmente em cidades mais calmas. Infelizmente, a falta de espaço para o ciclista nas vias comuns das grandes cidades faz as pessoas trocarem as bicicletas pelos carros para se locomoverem. Em tempos de aquecimento global, se houvesse investimento real na construção de ciclovias, talvez tivéssemos uma melhora da qualidade do ar e, por que não, mais ciclistas nas nossas cidades.

PROVAS DE CICLISMO

No ciclismo de estrada, as provas também podem variar muito entre elas e até na mesma prova, caso esta tenha várias etapas. Vamos ver que tipo de provas existem:

- **Prova de um dia:** Esta é apenas composta por uma etapa, sendo que pode dar tudo por tudo para chegar o mais depressa possível e assim vencer a prova. Normalmente não são tão importantes e muitas delas são mais com um fim um

pouco recreativo ou representam algo, como uma homenagem a um antigo ciclista.

- **Prova por etapas:** Estas são as mais comuns, tendo a prova várias etapas (ou corridas) e o objetivo é terminar no menor tempo possível, mas somando os tempos de todas as etapas. Algo muito importante neste tipo de competições é o trabalho de equipe (apesar de o ciclismo ser individual) e saber avaliar bem em que etapas apostar mais ou menos.
- **Contra Relógio:** Já nestas corridas, em vez de partirem todos ao mesmo tempo e quem chega primeiro ganha, aqui os ciclistas saem individualmente e apenas querem chegar o mais rápido possível à meta. Existem ciclistas que são especialistas neste tipo de corrida. Estas corridas podem ser apenas de um dia ou uma etapa de uma prova, sendo elas bem mais curtas que uma corrida normal, variando normalmente entre 20 a 60km de distância.
- **Maratonas:** As maratonas são provas que muitos dos ciclistas comuns não fazem, sendo que a grande maioria das pessoas que as fazem são ciclistas que apenas fazem grandes distâncias.

Durante a prática do ciclismo é fundamental o uso do capacete, para evitar bater a cabeça no chão, em uma eventual queda. O esporte apresenta risco de cortes, torções e fraturas nas pernas e nos braços. O praticante deve ter o cuidado de não forçar demais o seu ritmo para não prejudicar as articulações dos joelhos e tornozelos. Além do capacete, outros equipamentos utilizados no ciclismo são: farol, garrafa de água, roupas confortáveis, como as de lycra, e tênis.

Exercício 1 Elabore 5 perguntas e respostas sobre o conteúdo acima e envie para mim. (válido para semana do dia 03/08/2020 até 09/08/2020).

Exercício 2- Construa, com materiais recicláveis que tem em casa, que costumam ir para o lixo, uma BICICLETA EM MINIATURA. (válido para a semana do dia 10/08/2020 até 16/08/2020).

Abaixo modelos de exemplo

