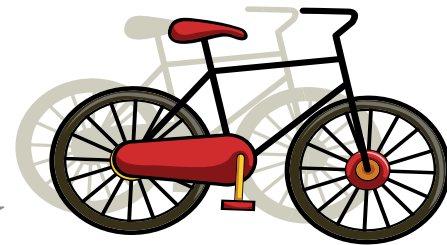




Vamos a

PEDALEAR

Vamos a
PEDALEAR

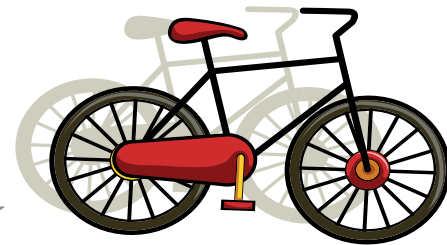


¡Hola amigo!

Soy Lauro Chaman, soy deportista en la clase C5,
Medallista Paralímpico y Campeón Mundial en ruta y
pista. Pertenezco a la selección de Para-ciclismo Brasileña
Invité a mis amigos de la Pandilla del Para-ciclismo
para mostrarte como es el deporte.
¡Nos divertiremos mucho! ¿Vamos?



Vamos a
PEDALEAR

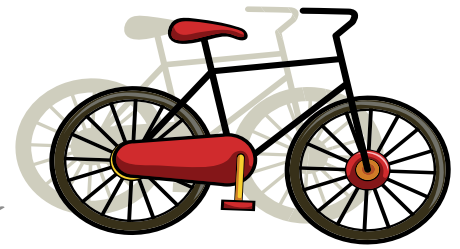


¡Hola amiguito!
Soy Mariela Delgado, soy deportista en
la Clase C5, Campeona Parapanamericana y
Subcampeona Mundial. Pertenezco a la selección de
Para-ciclismo de Argentina.

¿Sabías que el Para-ciclismo es la práctica
de la bicicleta por personas con discapacidad?



Vamos a **PEDALEAR**

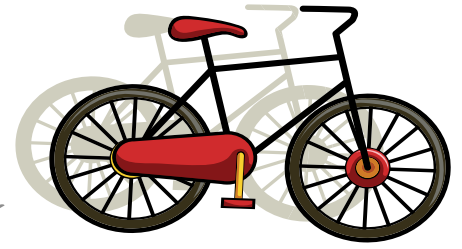


¡Hola! Soy Jady Malavazzi, soy deportista en la Clase H3, Medallista Parapanamericana y Medallista en Campeonato Mundial. Pertenezco a la selección de Para-ciclismo de Brasil. ¿Sabías que el Para-ciclismo está incluido en todos los continentes desde 1992 en el deporte Paralímpico? Han sido nueve ediciones consecutivas en los Juegos Paralímpicos desde su primera participación hace 35 años.

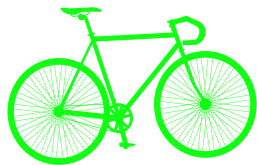
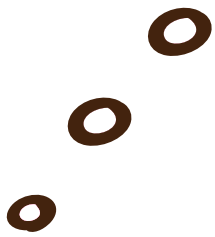


Encierre en un círculo el continente donde vive en el mapa y luego escribe aquí el nombre del país donde vives

Vamos a **PEDALEAR**



Hola, soy Víctor Hugo Garrido Márquez y soy deportista en la Clase C2, Campeón Mundial y Campeón de la Copa del Mundo. Pertenezco a la selección de Para-ciclismo da Venezuela. Sabías que el **Para-ciclismo** se practica con cuatro tipos de bicicletas? Trazaremos los puntos hasta el nombre de cada tipo de bicicleta:



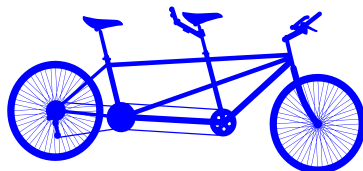
.....

Ciclismo



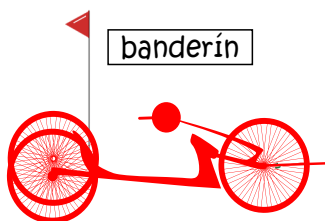
.....

Triciclo



.....

Tandem



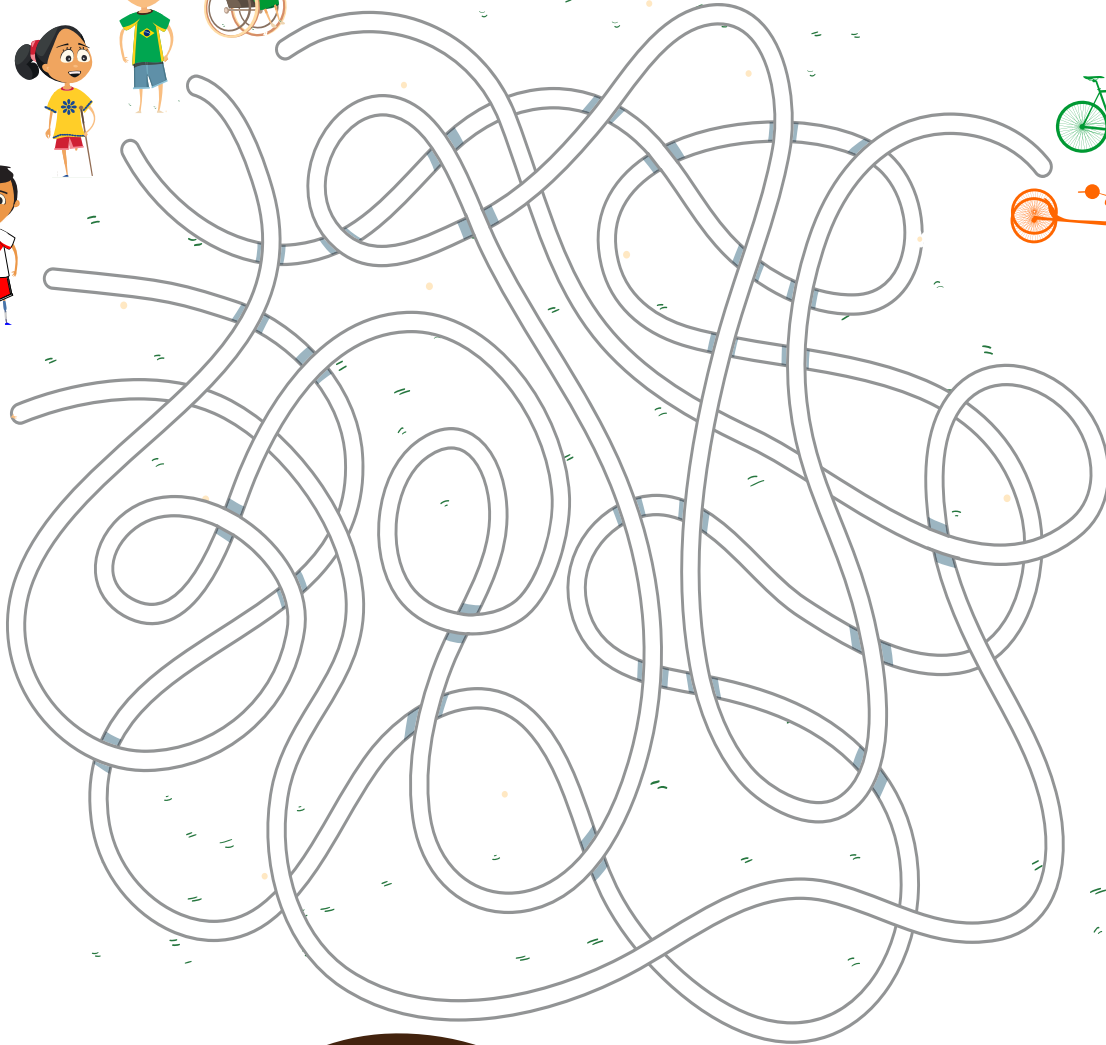
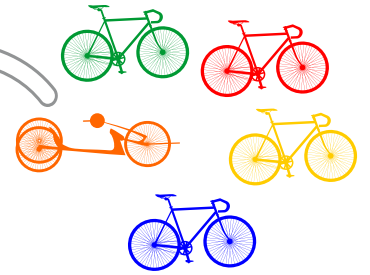
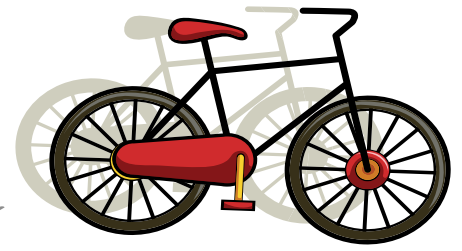
banderín

.....

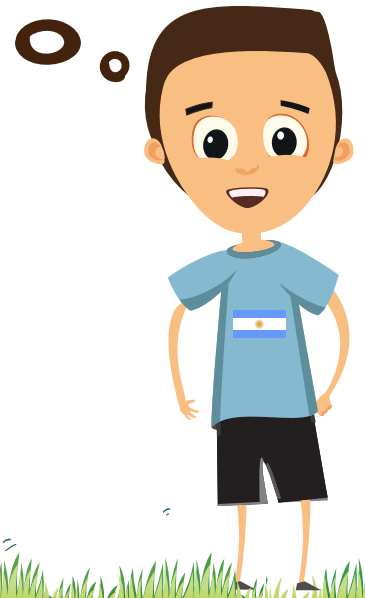
Handbike



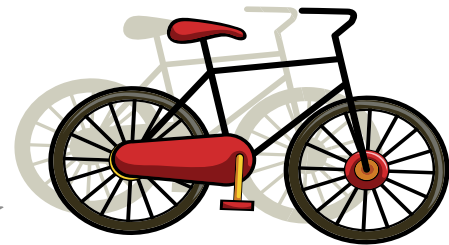
Vamos a PEDALEAR



¡Hola, soy Rodrigo Lopes y soy deportista en la Clase C1, Medallista Paralímpico y Campeón Mundial. Pertenecesco a la selección de Para-ciclismo de Argentina. ¿Qué tal si nos ayudas a encontrar el camino correcto de nuestras bicicletas?

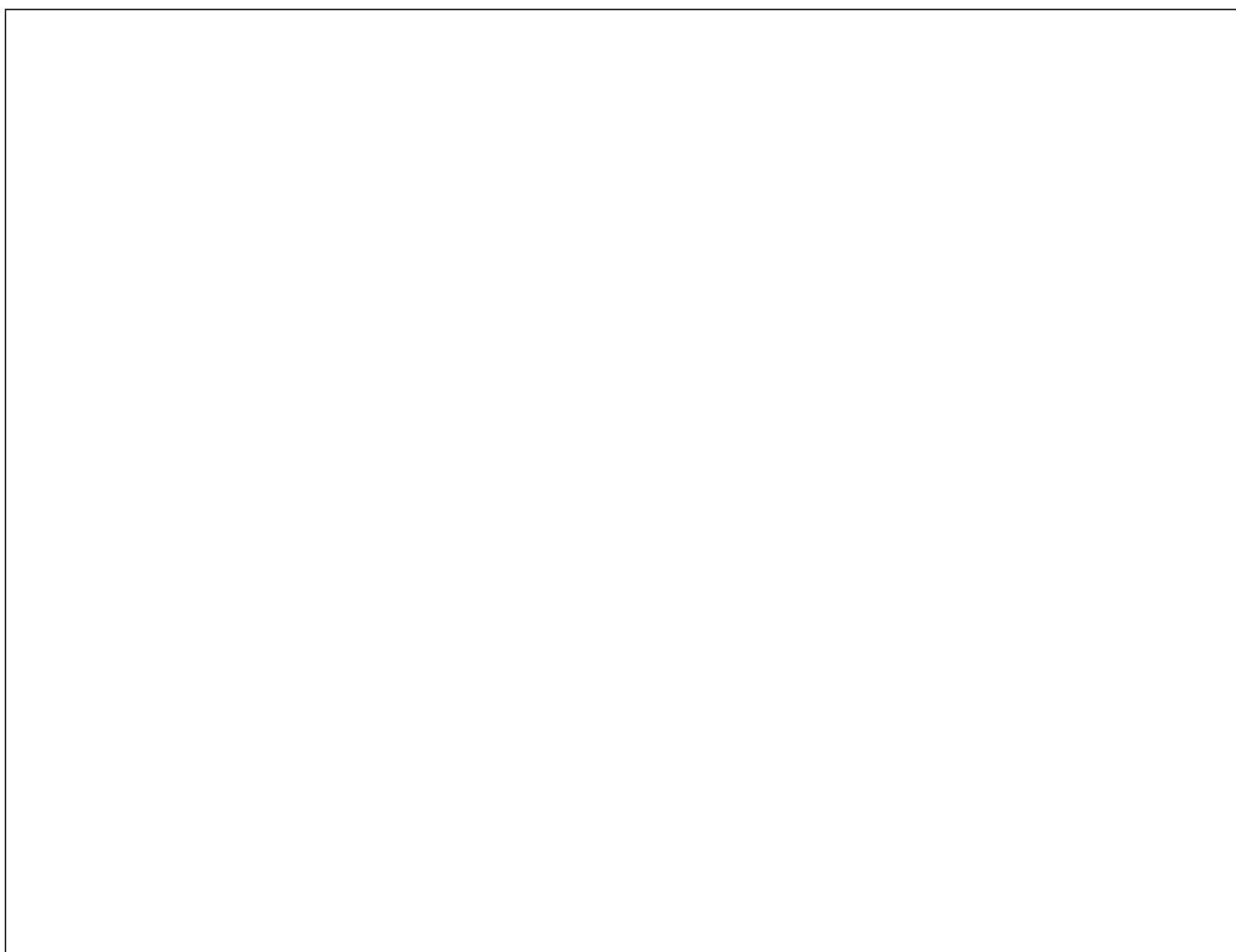


Vamos a **PEDALEAR**

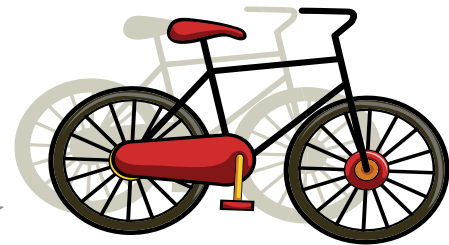


Para competir en Paraciclismo existen lugares específicos y seguros, pero para practicar y divertirse con la bici puede ser en lugares que tengan espacio y seguridad, como parques, clubes o instalaciones deportivas. Además, siempre debe haber un adulto contigo.

Dibujemos una hermosa bicicleta en el siguiente cuadro:



Vamos a PEDALEAR



El paraciclismo es un deporte paralímpico, es decir, deporte para personas con discapacidad y los valores del Deporte Paralímpico son:



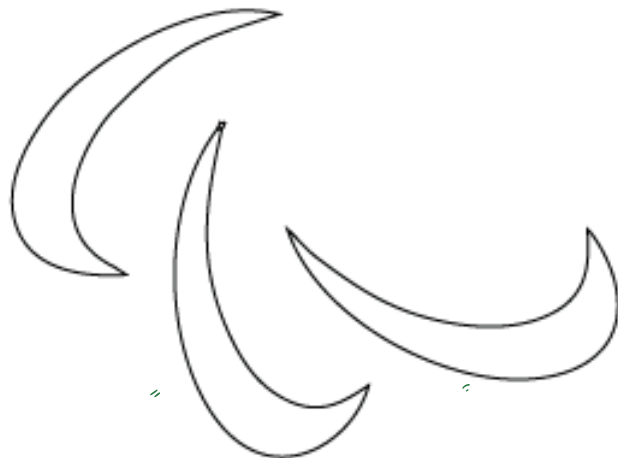
Determinación

Coraje

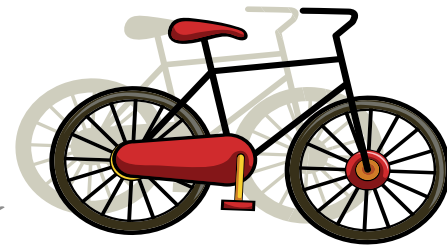
Igualdad

Inspiración

Hola soy Carolina Munevar y soy deportista en la Clase C2, Campeona Parapanamericana y Campeona Mundial. Pertenezco a la selección de Paraciclismo de Colombia. ¿Sabías que el símbolo del Deporte Paralímpico está formado por tres partes llamadas «Agitos» y significa «me muevo»?
¿Qué tal si pintamos los Agitos aquí abajo?



Vamos a
PEDALEAR



Búsqueda de palabras: valores del deporte paralímpico

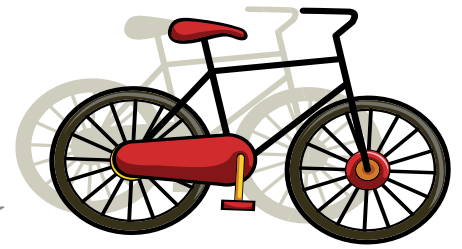
R S R W H I A O L H W W I E A T O H A S H O
O L T T A T V E M S P D O H F A S L E R T S
C I B F I G U A L D A D R V U E G S L S L O
Y E E U E E O S A E E B T O U V I A L A E E
H H E P N O O O E S S T D G U F I S S O O I
U A E R E T R S I W W L E E R T O I T G T N
H E H E T U P E K A K H R R P A E I H L O S
A T O C T S L T F T E K C I M P D H H O C P
E F A N S N I F E W B R U H E I I O U O S I
E A T A H H P W T O C M W T E K N A R E T R
P I D V A S A T F I O E T O S I H A E I A A
D Y T G B E T S D D B N I D M S J W C A E C
L W N A C D T O S A T H V E M E D R T I G I
L P T T T O E W O N O T N T S A O D E A Ó Ó
B T D R N A R T A R T M A T F I I H M W N N
S F O O R D H O O E N T L P E O E E T C O S

Determinación
Coraje

Igualdad
Inspiración



Vamos a PEDALEAR



Para una mayor seguridad cuando practicas Para-ciclismo debes tener cuidado y utilizar equipos de protección. Completamos la cruz a continuación y descubre algunos elementos que nos ayudan a andar en bicicleta de forma más segura:

1

2

3

4

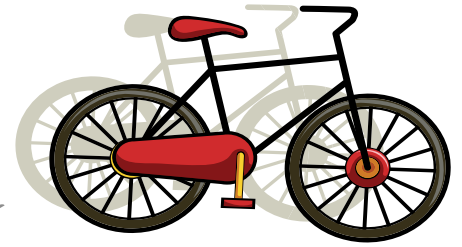
5

6

7

1. Impermeable
2. Zapatilla
3. Banderín
4. Protector solar
5. Gafas de sol
6. Guantes
7. Casco

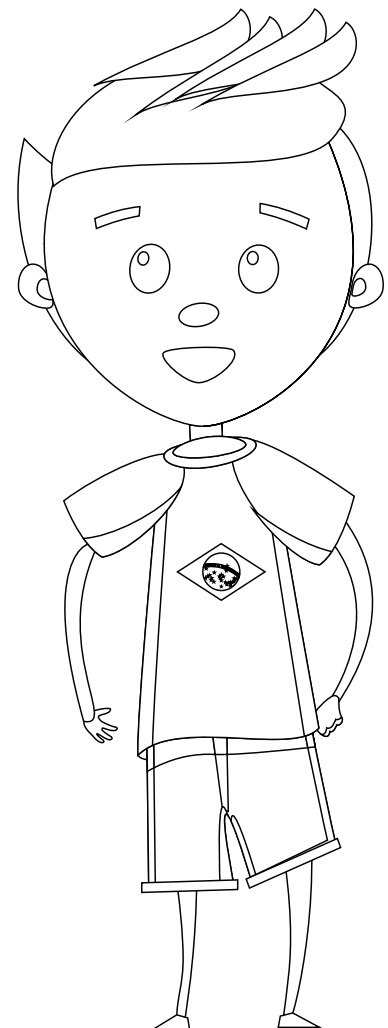
Vamos a
PEDALEAR



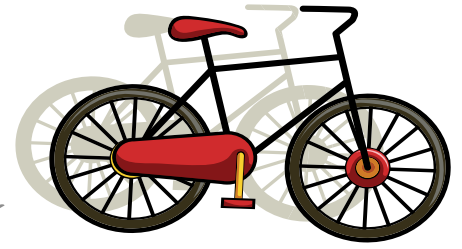
! Vamos a colorear!

Hola soy Paula Ossa y soy deportista en la categoría C5, Campeona Parapanamericana, Subcampeona Mundial en ruta y pista. Pertenezco a la Selección de Para-ciclismo de Colombia.

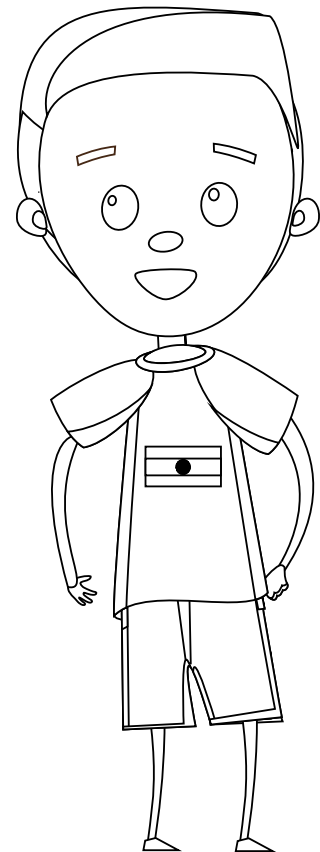
! Vamos a colorear!



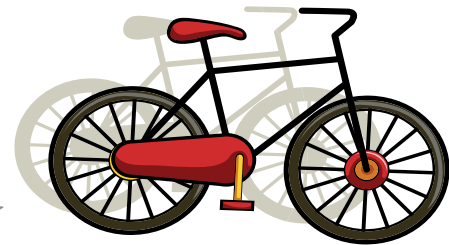
Vamos a
PEDALEAR



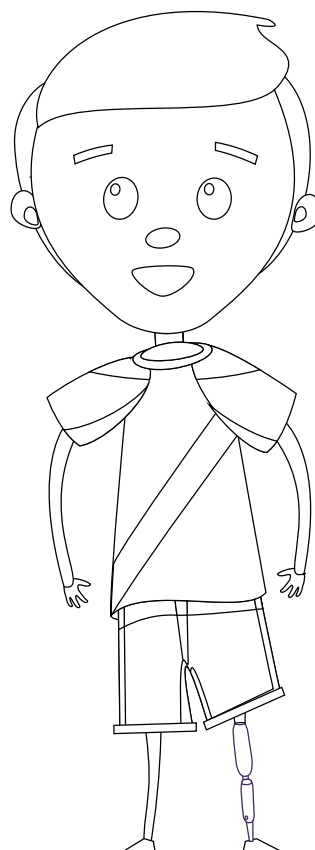
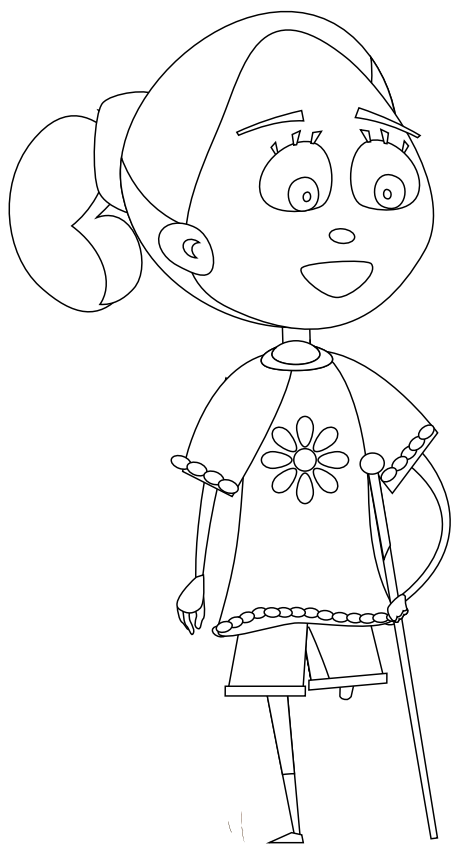
! Vamos a colorear!



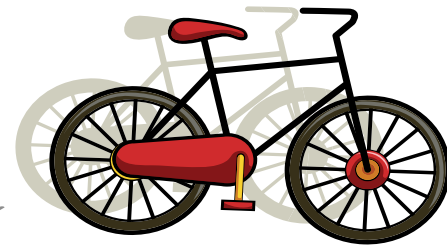
Vamos a
PEDALEAR



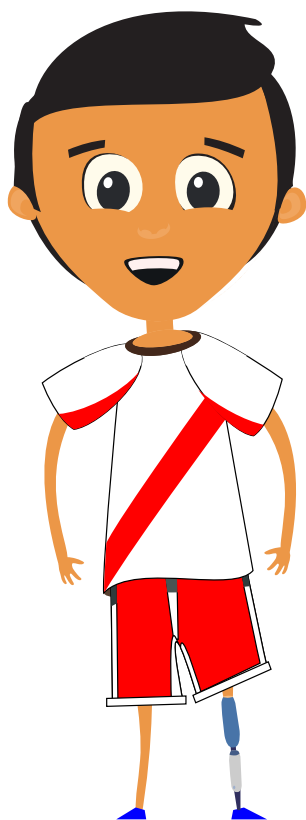
! Vamos a colorear!



Vamos a PEDALEAR

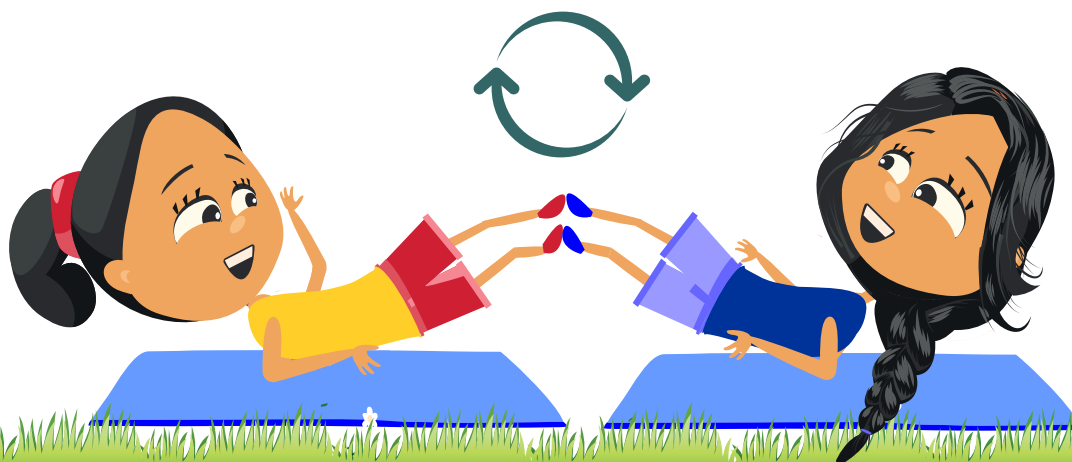


Hola, soy Israel Hilário y soy deportista en la Clase C2, soy Campeón Parapanamericano y Campeón Mundial. Pertenezco a la selección de Para-ciclismo de Perú. ¿Qué tal si hacemos un ejercicio en bicicleta? Este ejercicio se llama "bicicletita" y puedes hacerlo con alguien de tu familia ó algun amigo y no necesitas una bicicleta. ¿Vamos?

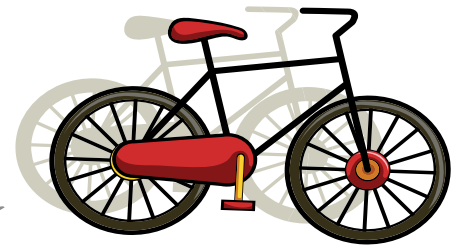


- 1 Primero te emparejas con alguien de tu familia o un amiguito.
- 2 Luego te acuestas en el suelo y pones los pies juntos como en la figura.
- 3 Y luego diviértete haciendo el movimiento en círculos como si estuvieras pedaleando la bicicleta!

¡Ah! Si no puedes o no puedes hacer con tus pies, puedes hacerlo con tus manos.

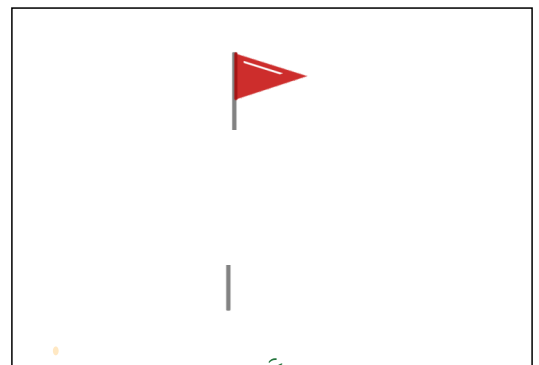
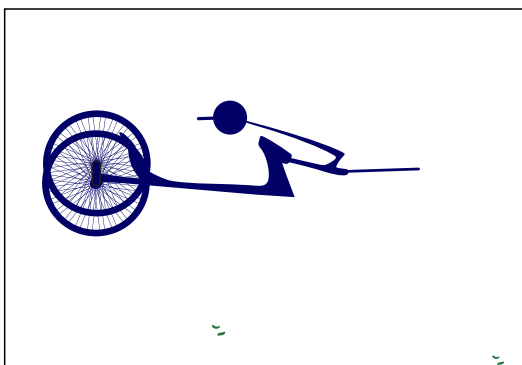
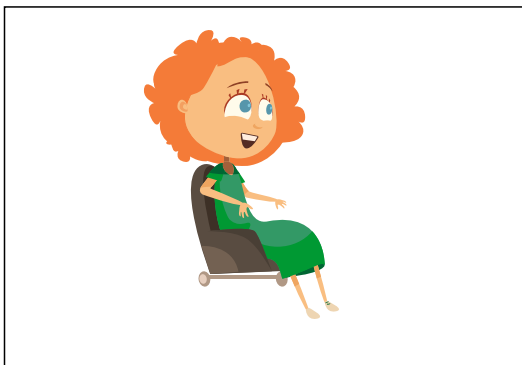
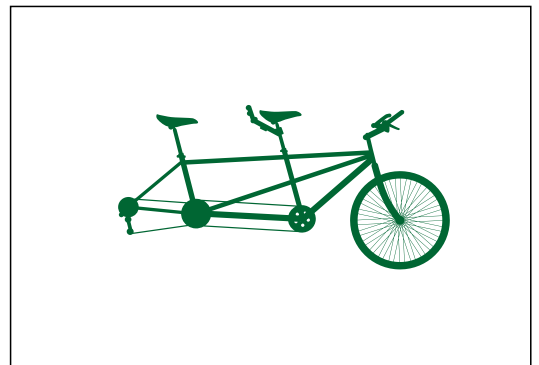
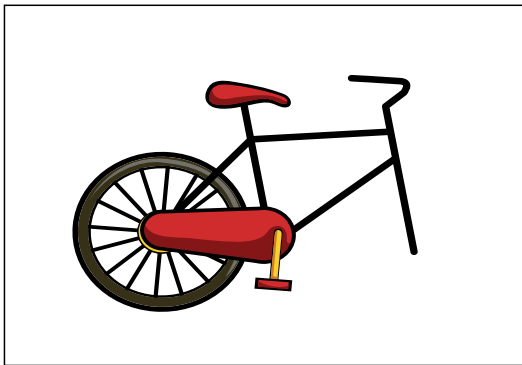


Vamos a PEDALEAR

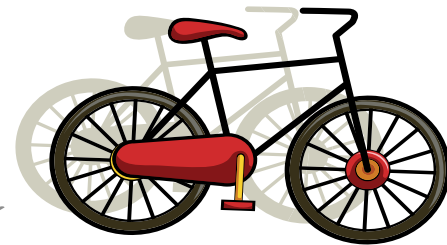


Percepción Visual

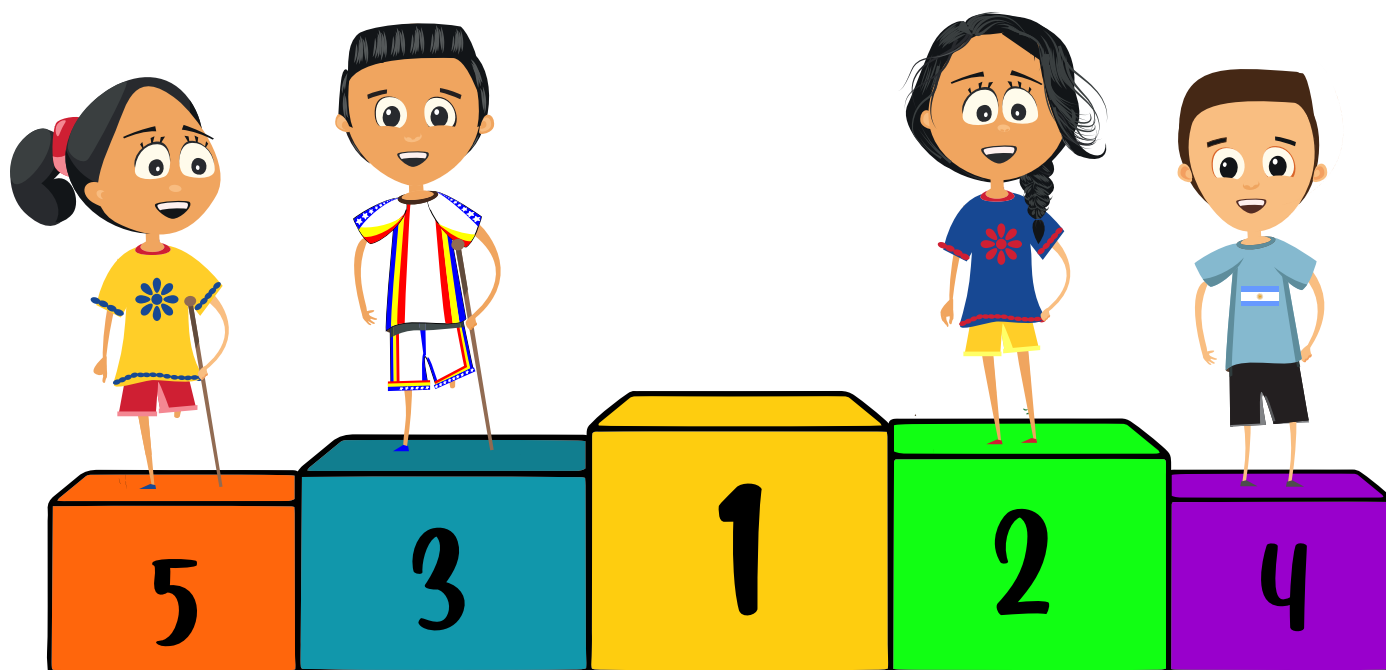
Mira los dibujos a continuación, descubre lo que falta en cada uno y termina el dibujo:



Vamos a
PEDALEAR



¡Felicidades, has llegado al final!



Hola! Soy Tuba.
Dibújate en el lugar mas alto
del podio, junto con la Pandilla
del paraciclismo.



CERTIFICACIÓN

La Confederación Brasileña de Ciclismo y la
Confederación Panamericana de Ciclismo
certifica que:

Escribir su nombre aquí

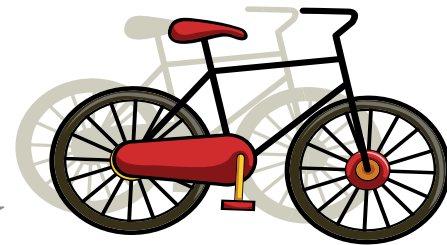
Me divertí y aprendí mucho sobre
nuestra modalidad junto con la Pandilla del
Paraciclismo.

¡Felicidades! ¡Eres el amigo más nuevo de la Pandilla del Paraciclismo!

Pandilla del Paraciclismo

Confederación Brasileña del Ciclismo - CBC
Confederación Panamericana de Ciclismo - COPACI





Vamos a Pedalear. Folleto 1. Americas Ciclismo, 17p. 2020.

Organización y elaboración

Mariane Ferreira
Edilson A. da Rocha.

Ilustración y proyecto gráfico

Mariane Ferreira
Igor J. Baldin

Confederación Brasileña de Ciclismo

Presidente

José Luiz Vasconcelos

1º Vice-Presidente

Gilvan Costa Cavalcante

2º Vice-Presidente

Marcos Lorenz

Coordinador de Paraciclismo

Edilson A. da Rocha

Coordinador Técnico

Romolo Lazzaretti

Confederación Panamericana de Ciclismo

Presidente

José Manuel Peláez Rodríguez

1º Vice-Presidente

Edgardo Hernández Chagoya

2º Vice-Presidente

Jorge Ovidio González

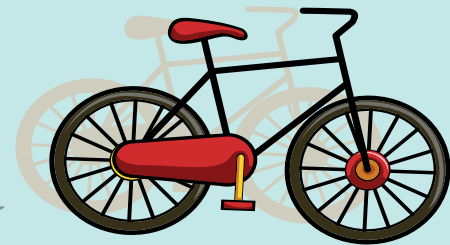
Comisión de Para-ciclismo

José Luiz Vasconcelos

Edilson A. da Rocha

Vamos a

PEDALEAR



**CONFEDERAÇÃO
BRASILEIRA DE
CICLISMO**



Confederación Panamericana de Ciclismo



**Comisión
Panamericana
de Paraciclismo**

Apoyo:

SECRETARIA ESPECIAL DO
ESPORTE

MINISTÉRIO DA
CIDADANIA



**COMITÊ PARALÍMPICO
BRASILEIRO**



**FEDERACIÓN
SUDAMERICANA DE
ACTIVIDAD FÍSICA
ADAPTADA**

**NEAFEP - Núcleo de Estudos em
Atividade Física e Esporte para
Pessoas com Deficiência**



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO

1933

