



Nível: Iniciação

Vanessa Fernandes

1. Lê o glossário.

Nadar:



Pedalar:



Pedal:



Triatlo:



Meta:



Taça:





1. Lê o texto.



Vanessa Fernandes

Fonte do vídeo: <https://youtu.be/c4vW9XeQO7M>

Quando ganhei a minha primeira taça do mundo, fiquei com vontade de ganhar outra. Quando ganhei duas, a pressão começou a aumentar. E, quando ganhei doze de seguida, toda a gente me perguntou até quando as vitórias durariam. Quando ganhei vinte, os olhos do mundo estavam em mim. Dez milhões de pessoas começaram a ter esperança que conseguiria a vitória mais importante do mundo.

Tenho de pôr a pressão fora da minha cabeça. Esqueço todas as taças que ganhei no passado. Ignoro todas as expectativas para o futuro. E nado, pedalo e corro.

2. Responde às perguntas.

1. **Quantas** taças ganhou Vanessa Fernandes?

2. Lê a frase: «Dez milhões de pessoas começaram a ter esperança que conseguiria a vitória mais importante do mundo.» **Que** vitória é essa?

3. **Qual** é o desporto que Vanessa Fernandes pratica?



TRANSCRIÇÃO DO VÍDEO

Fonte do vídeo: RTP



Perosinho. Norte de Portugal. Aqui nasceu. Aqui brincou Vanessa. Não há lugar do mundo que se compare ao quintal de casa.

– Está-me sempre a calhar o bem-me-quer.

– Fogo! Fiz aqui tanta coisa! Tanta coisa! Não, brinquei aqui, muito, muito. (...)

– Venho de uma geração de muita força. O meu

bisavô era uma pessoa com bastante força, pelo que a

minha avó diz, fazia já competição de cavalo e era uma pessoa que não podia perder nada. Não era só em corridas, mas, na sua vida, não podia perder nada, tinha de ganhar tudo. Tinha uma força bastante grande e se calhar isso aí, de geração para geração, foi-se ligando sempre.

Tinha seis anos quando o pai a inscreveu na nataçãO. Aos 13, Venceslau mudou-a para o atletismo. Um dia, perguntou a Vanessa se queria ir a uma prova de triatlo. Tinha 15 anos. O talento foi-lhe reconhecido de imediato. Tornou-se imbatível na bicicleta graças ao pai. Dele herdou genes e corpo de ciclista. Venceslau educou-a para ser igual a ele.

– Uma coisa que ele me ensinou desde muito, muito cedo, quando era miúda, era "Pá, agora **aguenta**. É **sofrer, sofrer, sofrer** até ao fim. Assim é que se ganha. Assim é que os campeões vão lá." Então, em situação de prova, quando é ali a tentar apanhar o grupo da bicicleta, eu penso sempre: "Eh pá, tem de ser agora, é agora, tem de ser, é aquela parte que ele disse." E lembro-me sempre disso que ele me ensinou.

3. Responde às perguntas, assinalando a opção correta com um X.

1. Onde é que Vanessa nasceu e cresceu?

- a) Em Vila Nova de Gaia. _____
- b) Numa aldeia nortenha. _____
- c) O vídeo não diz. _____

2. Da sua infância, ela lembra-se de momentos

- a) maus. _____
- b) bons. _____
- c) nem maus, nem bons. _____

3. Ela diz que vem de uma família de pessoas fortes e dá como exemplo o

- a) pai. _____
- b) avô. _____
- c) pai do avô. _____

4. Vanessa começa a fazer triatlo quando tinha

- a) 6 anos. _____
- b) 13 anos. _____
- c) 15 anos. _____

5. O pai ensinou-lhe que durante uma competição ela tinha de

- a) aguentar ao máximo. _____
- b) apanhar o grupo da frente. _____
- c) ganhar sempre. _____