

**UNIVERSIDADE FEDERAL FLUMINENSE
INSTITUTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA**

FRANCISCO MANNARINO COELHO

**CAPOEIRA NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR: SARAVÁ CAPOEIRA E A VOLTA
QUE O MUNDO DÁ**

Niterói
2016

FRANCISCO MANNARINO COELHO

**CAPOEIRA NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR: SARAVÁ CAPOEIRA E A VOLTA
QUE O MUNDO DÁ**

Monografia apresentada ao curso de Licenciatura em Educação Física da Universidade Federal Fluminense, como requisito parcial para obtenção do grau de licenciado em Educação Física.

Orientador: Tauan Nunes Maia

Niterói
2016

Ficha Catalográfica elaborada pela Biblioteca Central do Gragoatá

C672 Coelho, Francisco Mannarino.
Capoeira na Educação Física Escolar: saravá capoeira e a volta
que o mundo dá / Francisco Mannarino Coelho. – 2016.
44 f.
Orientador: Tauan Nunes Maia .
Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Educação
Física) – Universidade Federal Fluminense, Departamento de
Educação Física e Desportos, 2016.
Bibliografia: f. 42-44.
1. Capoeira. 2. Educação Física. 3. Cultura. I. Maia, Tauan Nunes.
II. Universidade Federal Fluminense. Departamento de Educação
Física e Desportos. III. Título.

FRANCISCO MANNARINO COELHO

**CAPOEIRA NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR:
SARAVÁ CAPOEIRA E A VOLTA QUE O MUNDO DÁ**

Monografia apresentada ao curso de Licenciatura em Educação Física da Universidade Federal Fluminense, como requisito parcial para obtenção do grau de licenciado em Educação Física.

Aprovada em 30 de Março de 2016.

BANCA EXAMINADORA

Prof. Tauan Nunes Maia - UFF

Prof. Marcus Paulo Araujo Macieira de Andrade - FSJ

Prof. Chuno Vanderlei Mesquita - UFF

Niterói
2016

AGRADECIMENTOS

Agradeço a Deus que permitiu que tudo isso acontecesse, aos Orixás e aos guias que me dão saúde, força, luz e paciência para superar as dificuldades em todos os momentos da minha vida.

Aos meus pais, por todo apoio durante este período de estudos e toda base que me proporcionaram.

Agradeço a minha companheira Jéssica, por todo apoio, carinho, amor e compreensão.

Ao professor Tauan, pelo excelente trabalho de orientação durante todo o tempo. Pelo empenho dedicado, se mostrando sempre disposto a ajudar, cobrando e motivando.

Aos meus amigos de turma, que se tornaram amigos para a vida.

E a todos que direta ou indiretamente fizeram parte da minha formação, o meu muito obrigado.

Conversava com a Lua, mas a Estrela respondia:
“Tem paciência, meu velho, cativoiro acaba um dia”.
Mas acabou, cativoiro acabou!

Autor Desconhecido

RESUMO

O objetivo geral deste estudo foi apresentar uma metodologia de ensino da capoeira nas aulas de Educação Física Escolar para alunos do 8º ano da rede de Ensino do Estado do Rio de Janeiro, indo ao encontro da obrigatoriedade de seu ensino de acordo com o Currículo Mínimo do referido Estado. A história da Capoeira está diretamente ligada à história e cultura afro-brasileira, o que por lei, fruto de muitas lutas sociais, é obrigatório o ensino nas escolas de ensino fundamental e médio, públicas ou privadas. A metodologia utilizada nesse estudo foi a revisão bibliográfica. Encarada aqui como prática emponderadora, a Capoeira deverá atingir metas maiores que as habilidades físicas. Deve-se trabalhar não apenas os movimentos da capoeira, por si só, mas também sua história enquanto manifestação da cultura afro-brasileira. É notório o avanço da capoeira na sociedade e no ambiente escolar, mas ainda é um desafio como trabalhá-la na Educação Física Escolar, o qual foi oferecido uma proposta nesse estudo.

Palavras-chave: Capoeira; Educação Física Escolar; Cultura.

ABSTRACT

The aim of this study was introduce a method to teach capoeira in physical education at school for students from the Rio de Janeiro State, as require by minimal curriculum. The capoeira history is connected to afro-brazilian culture, what by law is required in public and private schools. The method used was literature review. As a empowerment practice, capoeira can teach more than physical skills. Have to teach more than capoeira movement, but their history as a afro-brazilian couture. Is notorious the advance of capoeira in our society, but is still a challenge how to teach in scholar physical educatiol, what was showed in this production.

Keywords: Capoeira; Scholar Physical Education; Culture.

SUMÁRIO

1 Introdução.....	10
2 Capítulo 1 - Conhecendo a Capoeira.....	15
2.1 Origem da Capoeira.....	15
2.2 História recente da Capoeira.....	18
2.3 Bagagem histórica até os dias atuais.....	21
3 Capítulo 2 - Capoeira e Educação Física Escolar.....	23
3.1 Capoeira enquanto conteúdo da EFE e o seu papel como instrumento para o professor de EF na escola.....	23
3.2 Parâmetros Curriculares Nacionais da Educação Física (PCN).....	25
3.3 Currículo Mínimo 2012 da disciplina EF da rede de ensino do Governo do Estado do Rio de Janeiro.....	27
4 Capítulo 3 - Proposta de Ensino da capoeira.....	29
5 Considerações Finais.....	42
Referências.....	43

1 INTRODUÇÃO

O presente trabalho configura enquanto o Trabalho de Conclusão de Curso de graduação de Licenciatura em Educação Física pela Universidade Federal Fluminense. Eu, Francisco Mannarino Coelho, tive uma infância bastante ligada ao esporte. Devido ao meu interesse por esportes, e motivado por familiares, comecei a vivenciar diversas práticas esportivas desde cedo, as quais se destacam o futebol e jiu-jitsu. Em função da vivência dos esportes resolvi ingressar no curso de Educação Física. Optei por cursar na Universidade Federal Fluminense, escolha que acrescentou bastante no meu desenvolvimento como sujeito no mundo e na construção de um professor de Educação Física capaz de analisar a realidade em que desenvolve a prática, compreendê-la, interpretá-la e refletir, visando à intervenção através do lúdico em suas aulas.

O interesse pessoal pelo tema se reflete pela admiração acerca da cultura afro-brasileira e o encanto da capoeira como uma das suas manifestações. A disciplina Pesquisa e Prática de Ensino 2 e 3, oferecidas durante minha formação neste presente curso, me nortearam bastante na escolha desde tema, uma vez que foi trabalhado Capoeira em ambas disciplinas e com grande saldo positivo ao final do semestre.

A Pesquisa e Prática de Ensino (PPE) é uma disciplina que podemos vivenciar, em ambiente escolar, a prática de ministrar aulas. É oferecida em quatro disciplinas ao longo do curso (PPE1, PPE 2, PPE 3, PPE 4). Em PPE 2 (ofertada aos alunos do 6 período) foi decisão dos licenciandos em Educação Física e da direção do Colégio junto a seus professores, o tema dança. Nesse momento, eu e meu grupo, composto por mais duas pessoas, abordamos a Capoeira como dança. Em PPE3 (oferecidas aos alunos do 7º período) a decisão foi pelo tema lutas e optamos também pela Capoeira. Foi possível vivenciar nesses dois momentos, mesmo que breve, a Capoeira com os alunos e mostrar que o seu ensino vai muito além do que apenas executar exercícios corporais repetitivos e sem sentido.

Buscamos em ambos os momentos saber qual a bagagem que os alunos tinham acerca da Capoeira, propomos rodas de conversas em todas as aulas e em seguida a vivência da prática dos movimentos da Capoeira. Foi bastante interessante observar que a maioria dos alunos teve dificuldades em dialogar sobre o assunto, alguns até arriscavam falar da origem e contexto histórico, mas sempre

de forma tímida, foi possível perceber que a Capoeira não era “familiar” a sua realidade, exceto os poucos alunos que praticavam fora do ambiente escolar.

Capoeira é uma expressão cultural brasileira que engloba luta, dança, esporte, cultura popular e música. Originou-se do desejo de libertação de um povo que muito sofria devido à escravidão e não contava com meios de defesa. A escravidão pode ser definida quando o indivíduo é propriedade de outro, podendo ser vendido, doado, emprestado, alugado, hipotecado, confiscado. O escravo não tem direitos e pode ser castigado e punido. Os negros africanos, no Brasil colônia, sendo escravos, ficavam proibidos de usar qualquer arma ou prática de meios de defesa pessoal que botasse em risco a segurança de seus senhores (Mestre Pastinha, 1988).

A história da Capoeira está diretamente ligada à história e cultura afro-brasileira, o que por lei, fruto de muitas lutas sociais, é obrigatório o ensino nas escolas de ensino fundamental e médio, públicas ou privadas (LEI FEDERAL Nº 11.645, DE 10 MARÇO DE 2008), que surgiu para tentar amenizar no ensino os preconceitos e ideias estereotipadas negativamente, para com os indígenas e afrodescendentes.

O PRESIDENTE DA REPÚBLICA Faço saber que o Congresso Nacional decreta e eu sanciono a seguinte Lei:

Art. 1oO art. 26-A da Lei no 9.394, de 20 de dezembro de 1996, passa a vigorar com a seguinte redação:

“Art. 26-A. Nos estabelecimentos de ensino fundamental e de ensino médio, públicos e privados, torna-se obrigatório o estudo da história e cultura afro-brasileira e indígena.¹

Ter a Capoeira como conteúdo da Educação Física Escolar é um excelente instrumento para a formação de um aluno crítico, assim como mostra sua história diretamente relacionada à libertação e autonomia.

Aproximo-me do pensamento do Libâneo (1998) que aponta que a escola deve proporcionar meios que ajude o aluno a transformar-se em um sujeito pensante, capaz de construir e reconstruir conceitos, habilidades e valores. É importante contextualizar o tema de estudo, compreendendo suas ligações com a prática vivenciada pela humanidade.

Irei propor nesse estudo uma maneira de abordar a Capoeira dentro de um bimestre escolar para alunos do oitavo ano do ensino fundamental. A escolha por esta proposta diz respeito à obrigatoriedade de seu ensino no 4º Bimestre do 8º ano do Ensino Fundamental nas aulas de educação física do Estado do Rio de

Janeiro, apresentado da seguinte forma no currículo mínimo acerca das habilidades e competências a serem desenvolvidas:

- Conhecer, analisar e problematizar a história das lutas.
- Reconhecer na história afro-brasileira a importância dos elementos da capoeira e seus significados para o contexto sociocultural.
- Aplicar os elementos das técnicas e táticas nas vivências das diferentes lutas.
- Conhecer, analisar e recriar regras das lutas de acordo com a realidade do grupo, bem como a do espaço físico.
- Analisar criticamente a influência midiática nas lutas, especialmente as mensagens televisivas.
- Reconhecer e problematizar as relações de gênero que ganham visibilidade na prática das lutas. (RIO DE JANEIRO, 2012 p. 8)

Autores vêm defendendo que Educação Física Brasileira precisa resgatar a capoeira enquanto manifestação cultural (SOARES, 1992). Através deste resgate será possível transformar a sociedade, superando os preconceitos e as desigualdades existentes. Neste sentido, o professor comprometido com a transformação da sociedade deve abordar a capoeira de modo contextualizado e sabendo que esta pode ser ensinada de forma não alienante, mas libertadora. Logo, deve-se trabalhar não apenas os movimentos da capoeira, por si só, mas também sua história enquanto manifestação da cultura afro-brasileira.

No que toca o ensino da capoeira, esta nos oferece um leque de opções acerca da maneira de se trabalhar seus conteúdos, como, por exemplo, luta, jogo, dança, brincadeira. A diversidade faz do seu ensino algo bastante enriquecedor para os educandos, quando contextualizada histórica e socialmente.

Tendo como referência minha vivência durante o curso e a pesquisa qualitativa de Teixeira et al. (2012), pesquisa cujo objetivo foi investigar o perfil dos profissionais que ministram aulas de capoeira na escola e contou com coleta de dados onde foi utilizada a entrevista semiestruturada, em que oito professores mestres de capoeira que ministram aulas em escolas participaram. Os resultados apontaram que eles não desenvolvem trabalho conjunto com os professores de educação física e os autores afirmam que existe o desafio de inserir a capoeira no ensino formal e conclui que: “Não basta que a capoeira seja, na teoria, incluída como conteúdo da educação física escolar; há um trabalho a ser realizado, tornar a teoria de fato uma prática” (Teixeira et al., 2012).

Portanto, é de enorme importância dialogar sobre a Capoeira na Educação Física Escolar, bem como responder as seguintes questões: Qual o papel que a capoeira deve assumir nas aulas de educação física? Quais objetivos da se

dialogar capoeira nas aulas de educação física? Como trabalhar o conteúdo capoeira relacionando teoria e prática nas aulas? O que diz os Parâmetros Curriculares Nacionais?

Logo, o objetivo geral deste estudo é apresentar uma metodologia de ensino da capoeira nas aulas de educação física escolar para alunos do 8º ano da rede de Ensino do Estado do Rio de Janeiro.

O presente trabalho foi dividido em três capítulos, pois acredito que devemos entender a origem e história da capoeira, analisar enquanto conteúdo da educação física escolar, para propor uma metodologia de ensino.

No primeiro capítulo, para dar início ao estudo e considerar como a base de uma sustentação de como deve ser ensinada a Capoeira no ambiente escolar, lembrando sempre do seu contexto histórico, veremos a origem, história e bagagem histórica até os dias atuais acerca da prática corporal da capoeira.

No segundo capítulo iremos dialogar acerca da Capoeira enquanto conteúdo da Educação Física Escolar e o seu papel enquanto ferramenta para o professor de Educação Física na escola. Para tal, será realizada uma revisão acerca do que dizem os parâmetros curriculares nacionais da educação física (PCN) e o Currículo Mínimo, publicado em 2012, da disciplina Educação Física da rede de ensino do Governo do Estado do Rio de Janeiro.

No terceiro capítulo irei propor uma forma de ensino da capoeira dentro do ambiente escolar e terei como base o Currículo Mínimo da disciplina de Educação Física elaborado pela Secretaria de Estado de Educação do Rio de Janeiro que objetiva nortear o trabalho pedagógico desenvolvido no cotidiano escolar, nos anos finais do Ensino Fundamental e Ensino Médio Regular. Tal documento será apresentado nesse trabalho e serve como referência a todas as escolas, apresentando as competências e habilidades que devem estar nos planos de curso e nas aulas. Apresentarei uma metodologia de ensino da capoeira nas aulas de educação física escolar para alunos do 8º ano, no 4º Bimestre do ensino fundamental da rede de Ensino do Estado do Rio de Janeiro.

2 CAPÍTULO 1 - Conhecendo a Capoeira

Neste capítulo veremos a origem, história e bagagem histórica até os dias atuais acerca da prática corporal da capoeira. Para tal, o mesmo foi dividido em três tópicos: *Origem da capoeira*; *História recente da capoeira*; *Bagagem histórica até os dias atuais*.

No item *Origem da capoeira* será visto o que dizem os autores acerca de quando e onde surgiu a capoeira e a dificuldade em dizer com exatidão sua origem e data.

No item *História recente da capoeira* será visto o quanto a capoeira foi perseguida ao longo dos anos, sua luta para ser descriminalizada e sair da ilegalidade, a importância histórica do mestre Pastinha e da capoeira angola, e, a importância histórica do mestre Bimba e da capoeira Regional.

No item *Bagagem histórica até os dias atuais* serão vistos os marcos históricos para sua descriminalização, a passagem da capoeira enquanto uma luta para passar a ser vista como esporte nacional e a capoeira nos dias atuais e sua expansão pelo mundo.

2.1 ORIGEM DA CAPOEIRA

Fruto de pré-conceitos, perseguições e do poder do opressor em relação ao oprimido, a grandiosa história da capoeira está diretamente ligada à história dos escravos no Brasil. Muitas são as divergências acerca da origem da capoeira. Estas divergências podem estar atreladas ao fato de restarem poucos registros e informações a respeito da sua origem.

Um marco histórico que contribuiu para muitas divergências sobre a origem da capoeira e merece ser lembrado, mencionado por Mello (1996) e Oliveira (1989), aconteceu em 14 de dezembro de 1890, dois anos após a assinatura da Lei Áurea, que aboliu formalmente a escravidão no Brasil. O então Ministro da Fazenda do Governo de Deodoro da Fonseca, Rui Barbosa, mandou queimar todos os registros de posse e movimentação patrimonial relativo à escravidão existente no país. A razão alegada teria sido apagar "a mancha" da escravidão do passado

nacional. Mas pesquisadores afirmam que Ruy Barbosa quis, com a medida, inviabilizar o cálculo de eventuais indenizações que vinham sendo pleiteadas pelos antigos proprietários de escravos (JACOMINO, 2010).

Tal acontecimento contribuiu bastante para dificultar pesquisas, pois com o passar do tempo e não existindo registros, os acontecimentos podem ter sido contados de outra maneira, ou caído no esquecimento. Como sabemos grande parte do que é falado hoje sobre a Capoeira foi transmitido através das gerações de forma verbal. O que podemos afirmar é que a Capoeira começou a se manifestar a partir do tráfico de escravos negros africanos para o Brasil (SILVA, 2001), período em que ocorreu uma enorme migração forçada de africanos para o Brasil, sendo iniciado em meados do século XVI.

Mestre Pastinha em sua obra *Capoeira Angola* (1988), afirma e intensifica dizendo que não há dúvidas de que a capoeira veio para o Brasil com os escravos africanos. Mestre Bimba, citado por Nestor Capoeira (1999) em seu livro *Capoeira – Os Fundamentos da Malícia*, afirma em depoimento que “Os negros, sim, eram africanos, mas a Capoeira é de Cachoeira, Santo Amaro e ilha de Maré, camarado!” (CAPOEIRA, 1999, p.16).

Compartilho do posicionamento do Mestre Bimba quando diz que a Capoeira nasceu no Brasil. Bastante pertinente é a contribuição do pesquisador Luiz Augusto Normanha Lima (1990) quando escreveu “A Capoeira: Um discurso em extinção”, que nos esclarece que vários pesquisadores que estiveram na África não encontraram vestígios de luta parecida com a capoeira no Brasil, não existindo nomes para golpes ou toques de berimbau, ou letras de músicas de capoeira em linguagem local. Logo, a capoeira, ao que indica, parece ser uma prática cuja origem ocorreu no Brasil através de afro-brasileiros, e não uma prática que trouxeram da África.

Os europeus quando chegaram ao Brasil no século XV necessitaram de mão-de-obra de baixo custo para a exploração. De imediato, os portugueses escravizaram índios. Todavia, estes não suportaram os maus-tratos e as cargas de trabalho excessivas, o que fazia com que a exploração do povo africano se tornasse mais viável. Outro fato que merece destaque diz respeito a alguns religiosos católicos que se posicionavam em defesa dos índios, face ao interesse da igreja em catequizar os índios. Então a saída encontrada foi trazer os negros da África (Fontoura e Guimarães 2002).

Ao resgatar o caráter histórico desta escravidão, Petta (1996), em seu artigo *O jeito Brasileiro de ir à luta*, menciona que os estudiosos afirmam que por volta de 1550 começaram a chegar ao Brasil os primeiros escravos africanos. Os escravos eram transportados da África para o Brasil amontoados em navios em péssimas condições, muitos morriam durante a viagem e eram jogados ao mar. Chegando ao território brasileiro eram comercializados como mercadorias.

Neste contexto que houve a entrada dos Africanos no Brasil colônia. Na escravidão, o indivíduo, o negro, era propriedade de outro, podendo ser vendido, doado, emprestado, alugado, hipotecado, confiscado, não tendo direito algum. Os escravos que não obedecessem às ordens ou que não eram produtivos eram, constantemente, castigados e punidos por outros escravos, denominados capitães-do-mato, cujo ofício era punir aqueles que não obedeciam às regras e os costumes.

Devido aos trabalhos forçados, punições, torturas e castigos, alguns escravos fugiam para um local seguro onde se juntavam a outros fugitivos e formavam comunidades, chamadas de quilombos (REIS; GOMES, 1996). Os quilombos surgiram como uma forma de resistência, dentre as comunidades, destacou-se o Quilombo de Palmares, situado na Serra da Barriga, no Estado de Alagoas, liderado por Zumbi. Estudiosos afirmam que Palmares chegou a reunir mais de 20 mil pessoas (LDP-EF, 2007).

A Capoeira originou-se, então, do desejo de libertação de um povo que muito sofria devido à escravidão e não contava com meios de defesa. Segundo Mestre Pastinha, em sua obra *Capoeira Angola*: "Os negros africanos, no Brasil colônia, eram escravos e nessa condição tão desumana não lhes era permitido o uso de qualquer arma ou prática de meios de defesa pessoal que viessem pôr em risco a segurança de seus senhores (PASTINHA, 1988, p.28)".

Não possuindo meios e armas para se defender, descobriram o quão poderoso o próprio corpo poderia se tornar, aperfeiçoaram movimentos de danças e elementos da sua cultura e foram capazes de transformar seus membros em uma poderosa arma de batalha. Logo a capoeira foi sendo difundida entre os escravos, muitas vezes de forma escondida, sendo jogada como dança e rituais referentes à cultura africana. Era uma forma de enganar os senhores de engenho e os capitães-do-mato, e continuar treinando. Os escravos tentavam mascarar a luta, passando a ideia de estarem dançando para enganar os feitores e senhores de engenho.

Concordo com Reis (1997, p. 19) quando diz: “A capoeira é uma manifestação cultural brasileira nascida em circunstâncias de luta por liberdade, nos tempos da escravidão”. Luta, segundo o dicionário Aurélio, dentre alguns significados, tem o sentido de se obter o que deseja; ir à vida. No caso dos escravos era ir em busca da liberdade, lutar contra os trabalhos forçados e qualquer outro tipo de opressão. Luta é também qualquer tipo de combate corpo a corpo (FERREIRA, 2005). Quando Reis (1997) diz que a capoeira nasceu em circunstância de luta por liberdade, acredito que seja no sentido dos escravos irem ao encontro da tão esperada liberdade.

2.2 HISTÓRIA RECENTE DA CAPOEIRA

Ao longo do tempo, a capoeira sempre sofreu duras perseguições. No período da escravidão a luta contra o regime de opressão aos negros, seguido pela marginalidade após a abolição da escravatura onde a capoeira foi proibida por lei (SOARES, 1999) até a década de 1930 onde foi revogada a lei que proibia sua pratica e abriram-se as primeiras academias.

Precisamente em 1888, a escravidão no Brasil foi abolida. A escravidão foi abolida, sendo fruto de muitas lutas. Todavia, a capoeira continuava a ser criminalizada uma vez que "mesmo depois de abolida a escravidão, os capoeiristas continuaram a sofrer perseguições da polícia e eram mal vistos pela sociedade" (OLIVEIRA, 1989. p. 22).

Durante o Império e a República Velha, a capoeira sofreu dura repressão. Diante do receio da população por causa da prática da Capoeira e, em alguns casos, pelo seu uso indevido, durante o governo do Marechal Deodoro da Fonseca em 1890, foi então considerada “fora da lei” pelo antigo Código Penal da República. Ficava proibida a prática da capoeira em todo o território nacional e, reforçado por decretos que impunham penas severas aos praticantes de capoeira (SOARES, 1999). Começou então uma luta pela descriminalização.

Em meados da década de 1930, o então presidente Getúlio Vargas, visando conquistar a simpatia do povo, extingue o Decreto-lei que proibia a prática de cultos afro-brasileiros o qual a Capoeira estava incluída. Contudo, obriga que,

tanto os cultos quanto a capoeira, sejam realizados em ambiente fechado e com um alvará de instalação (CAPOEIRA, 1999). Embora tenha dado início ao processo de “descriminalização”, a Capoeira só foi retirada do rol das contravenções penais em 1941, vindo a ser institucionalizada somente em 1992 (ARAÚJO, 1997).

Falar sobre a história recente da capoeira e do seu processo de descriminalização até ser institucionalizada é lembrar-se de nomes como Mestre Bimba e Mestre Pastinha, mestres que se destacaram e contribuíram para o desenvolvimento da capoeira. Por isso considero de enorme relevância destacar neste trabalho essas duas pessoas que tanto contribuíram na história da capoeira.

Popularmente conhecido como Mestre Pastinha, Vicente Ferreira Pastinha nasceu em 1889 na Bahia. Dizia ter aprendido capoeira com a sorte, em depoimento disse que um velho africano de nome Benedito o ensinou. Benedito, vendo o menino Pastinha apanhar na rua chamou o garoto para aprender a se defender e foi onde Pastinha teve seu início na capoeira, indo todos os dias a casa de Benedito para treinar e aprender as mandingas dos escravos (ADORNO, 1987).

Adorno apresenta depoimentos do mestre prestado no ano de 1967, no Museu da Imagem e do Som, onde em determinados trechos Pastinha relata:

Quando eu tinha uns dez anos - eu era franzininho - um outro menino mais taludo do que eu tornou-se meu rival. Era só eu sair para a rua - ir na venda fazer compra, por exemplo - e a gente se pegava em briga. Só sei que acabava apanhando dele, sempre. Então eu ia chorar escondido de vergonha e de tristeza (...) (ADORNO, 1987. p.52)

Um dia, da janela de sua casa, um velho africano assistiu a uma briga da gente. 'Vem cá, meu filho', ele me disse, vendo que eu chorava de raiva depois de apanhar. Você não pode com ele, sabe, porque ele é maior e tem mais idade. O tempo que você perde empinando raia vem aqui no meu cazuá que vou lhe ensinar coisa de muita valia. Foi isso que o velho me disse e eu fui (...) (ADORNO, 1987. p.53)

Pastinha, segundo diversos autores (Adorno, 1987; Oliveira, 1989; Capoeira, 1998; Souza, 2003) é o maior nome da Capoeira Angola. Em seu livro Capoeira Angola (1988) Pastinha diz que o nome Capoeira Angola é consequência de terem sido os escravos angolanos, na Bahia, os que mais se destacaram na sua prática. O autor define como uma graciosa dança onde a ginga maliciosa mostra a extraordinária flexibilidade dos capoeiristas, deixando sempre claro que é antes de tudo luta, e luta violenta.

Pastinha dizia que a capoeira angola se caracteriza pelos gestos livres e próprios de cada pessoa. Se cada pessoa tem um jeito, gestos e movimentos que lhe são peculiares, isso precisa ser levado em conta. Oliveira (1989) em seu livro *A Capoeira Angola na Bahia*, reforça que o mestre angoleiro procura passar para o seu discípulo o culto aos rituais e preceitos existentes na Capoeira Angola e ao mesmo tempo prepará-lo para se defender sem interferir no seu potencial de criatividade. Vicente Ferreira Pastinha faleceu no ano de 1981.

Manoel dos Reis Machado, conhecido como Mestre Bimba nasceu no dia 23 de novembro de 1899, no bairro de Engenho Velho, cidade de Salvador, Bahia. Seu trabalho como mestre de capoeira foi marcado pela divulgação do jogo em todos os recantos do país e a elaboração de um sistema próprio de treinamento e transmissão dos conhecimentos e técnicas do jogo, a Capoeira Regional (ADORNO, 1987). A Capoeira Regional, criada por Bimba possui características que a diferencia da Capoeira Angola, algumas dessas características são o treinamento em sequência, jogo mais rápido e mais no alto. Nestor Capoeira (1999) menciona que o aprendizado da capoeira angola é intuitivo e espontâneo, já capoeira regional é caracterizada por um método de ensino racional. Bimba faleceu em Goiânia em 05 de fevereiro de 1974.

2.3 BAGAGEM HISTÓRICA ATÉ OS DIAS ATUAIS

Vimos até aqui que a Capoeira começou a se manifestar a partir do tráfico de escravos (SILVA, 2001) e esteve sujeita a repressão e marginalização. Reprimida duramente no período da escravidão e marginalizada após a abolição, a capoeira foi proibida por lei dois anos após a abolição, durante o governo do Marechal Deodoro da Fonseca, tornando-se crime previsto no código penal da República (SOARES, 1999). Ficava então proibida a prática em todo o território nacional.

A partir da década de 1920 a prática começou a ser descriminalizada, ganhando destaque no cenário nacional na década de 30, com Mestre Bimba, responsável pela criação da Capoeira Regional. Este período se consolidou a descriminalização desta arte. Na época, o então presidente Getúlio Vargas, extingue o Decreto-lei que proibia a prática de cultos afro-brasileiros no qual a Capoeira

estava incluída. Contudo, obriga que, tanto os cultos quanto a capoeira, sejam realizados em ambiente fechado e com um alvará de instalação (CAPOEIRA, 1999; MELLO, 1996).

Após esta extinção, surge à criação das primeiras escolas de capoeira, e a capoeira passa a ser vista como “esporte nacional”. Jackson Luís Agostinho (2007) concluiu em seu estudo que

A invenção da Capoeira Regional, por Mestre Bimba, foi um divisor de águas na história da capoeira e responsável pelo avanço e, talvez, a sobrevivência dessa luta. Através da criação, esportivização e metodização do estilo Regional, a capoeira se adaptou e se inseriu no mundo esportivo, e dessa maneira, foi descriminalizada ganhando *status* de “esporte nacional” e ensinada em academias.

Na década de 50 a capoeira chamou atenção de grandes personalidades da época e passou a ser retratada e divulgada por artistas como Jorge Amado, Carybé e outros.

Atualmente a capoeira é praticada em mais de 150 países (GOULART 2005, filme Mestre Bimba - A capoeira iluminada), nos mais variados espaços tais como: academias, clubes, hotéis, ruas e praças. Esta pratica corporal é realizada por homens, mulheres, crianças e idosos. Seu caráter pedagógico é trabalhado nas universidades, escolas, academias, núcleos sociais, centros de reabilitação física e mental, apresentada como peça teatral, dança e folclore em todo o planeta.

Assim sendo, já visto a origem, história, principais nomes e bagagem histórica, no próximo capítulo discutiremos acerca da Capoeira enquanto conteúdo da Educação Física Escolar e o seu papel enquanto ferramenta para o professor de Educação Física na escola, o que dizem os parâmetros curriculares nacionais da Educação Física (PCN) e o Currículo Mínimo, publicado em 2012, da disciplina de Educação Física da rede de Ensino do Governo do Estado do Rio de Janeiro.

3 CAPÍTULO 2 - Capoeira e Educação Física Escolar

Visto a origem, história e bagagem histórica até os dias atuais acerca da prática corporal da capoeira, neste segundo capítulo discutiremos acerca da Capoeira enquanto conteúdo da Educação Física Escolar e o seu papel enquanto ferramenta para o professor de Educação Física ministrar as aulas na escola. Para tal, foi feita uma revisão acerca do que dizem os parâmetros curriculares nacionais da educação física (PCN) e o Currículo Mínimo, publicado em 2012, da disciplina Educação Física da rede de ensino do Governo do Estado do Rio de Janeiro.

3.1 Capoeira enquanto conteúdo da Educação Física Escolar e o seu papel como instrumento para o professor de Educação Física na escola.

A capoeira é um conteúdo que pode ser trabalhado a luta, a dança e a arte, o folclore, o esporte, a educação, o lazer e o jogo (SOUZA; OLIVEIRA, 2001). Esta diversidade faz do seu ensino no ambiente escolar algo bastante enriquecedor, a capoeira torna-se de fácil aplicação como conteúdo no âmbito escolar devido à grande pluralidade cultural que nos trás, como visto no capítulo anterior.

A capoeira pode ser uma importante ferramenta para o professor de educação física. Sendo a capoeira uma manifestação genuinamente brasileira (SILVA, 2002) nascida em circunstância de luta por liberdade, nos tempos da escravidão (REIS, 1997), expressando a voz do oprimido em relação ao opressor (SOARES *et al.*, 1992) , autores vêm defendendo que Educação Física Brasileira precisa resgatar a capoeira enquanto manifestação cultural no ambiente escolar (SOARES, 1992).

O professor comprometido com a transformação da sociedade deve abordar a capoeira sempre de modo contextualizado e sabendo que esta pode ser ensinada de forma não alienante, e sim libertadora. Deve-se trabalhar não apenas os momentos da capoeira por si só, mas também sua história enquanto manifestação da cultura afro-brasileira. A capoeira não é apenas um saber que se

traduz num saber fazer, num realizar "corporal", mas também é um saber sobre este realizar corporal (BRACHT, 1996).

Aproximo-me com o pensamento de Vieira (1995) quando diz que:

Ela, enquanto técnica, enquanto forma de luta, vista de forma restrita a esses dois elementos, acaba por matar tudo o que a fez nascer, crescer e sobreviver ao longo de toda uma época. Ao separarmos a capoeira de sua história, nós destruimos enquanto elemento de cultura brasileira e a transformamos em mais um momento de alienação através da técnica esportiva (VIEIRA, 1995, p. 25).

Acredito que o ensino dos movimentos deve ser acompanhado da transmissão de todos os elementos que envolvem sua cultura, origem, história e evolução. Não podemos separar a capoeira de sua história. Concordo com Soares (1992) quando argumenta que a Educação Física Brasileira precisa resgatar a capoeira enquanto manifestação cultural, trabalhando sua historicidade, não desencarná-la do movimento cultural e político que a gerou.

Campos (1990) afirma que a capoeira é um valioso instrumento para formação integral do aluno, pois interliga aspectos como cultura, história e arte. Reis (2001) descreve que professores de educação física, pedagogos e educadores estão tentando legitimar a capoeira como instrumento de educação, onde esta colabore com a visão ampliada de um processo educacional crítico, reflexivo e contextualizado com ideais de promoção de cidadania. A capoeira é uma atividade física que envolve dança, luta, cânticos, palmas, música, nos oferecendo um leque de opções acerca da maneira de se trabalhar seus conteúdos, esta diversidade faz do seu ensino algo bastante enriquecedor para os professores, sempre contextualizada histórica e socialmente (REIS, 2001), como já dito anteriormente. Aproximo-me do pensamento do Libâneo (1998) que a escola deve proporcionar meios que ajude o aluno a transformar-se em um sujeito pensante, capaz de construir e reconstruir conceitos, habilidades e valores. A prática da capoeira na escola possibilita o desenvolvimento de conteúdos como autonomia, cooperação e participação social, postura não preconceituosa, entendimento do cotidiano pelo exercício da cidadania, historicidade.

Acredito na historicidade como um dos pontos que fundamentam a capoeira enquanto conteúdo da Educação Física Escolar, tendo origem afro-brasileira e sendo extremamente rica em conteúdos significativos histórico-sociais. É

repleta de significações socioculturais diferentes das classes dominantes, possuindo um vasto patrimônio cultural. Patrimônio este que, quando inserido no ambiente escolar, pode contribuir para a descriminalização e uma postura não preconceituosa das manifestações e expressões dos diferentes grupos étnicos e sociais e as pessoas que deles fazem parte. (BRASIL, 1997)

3.2 Parâmetros curriculares nacionais da educação física (PCNs)

De acordo com os Parâmetros Curriculares Nacionais (PCNs), é de fundamental importância construir uma escola voltada para a formação de um cidadão crítico, autônomo, reflexivo, sensível e participativo. Tais documentos foram elaborados devido à necessidade de construir referências nacionais comuns ao processo educativo em todo território nacional, criando condições, no ambiente escolar, que permitam o acesso ao conjunto de conhecimentos socialmente elaborados e vistos como necessários ao exercício da cidadania.

O documento menciona e deixa claro o respeito às diversidades regionais, culturais e políticas existentes. Faz uma menção que se existem diferenças sociais e culturais, que determinam diferentes necessidades de aprendizagem, existem também aquilo que é comum a todos. (BRASIL, 1998)

Acredito que tais parâmetros curriculares comuns a todos ajudam a garantir o respeito à diversidade e, por exemplo, desconstruir preconceitos e ideias estereotipadas negativamente para com os indígenas e afrodescendentes.

A Educação Física, dentro do que se propõem nos Parâmetros Curriculares Nacionais (PCN), é entendida como uma área que trata de um tipo de conhecimento, denominado cultura corporal de movimento, que tem como temas o jogo, a ginástica, o esporte, a dança, a capoeira e outras temáticas que apresentarem relações com os principais problemas dessa cultura corporal de movimento e o contexto histórico-social dos alunos, adotando como eixo estrutural o princípio da inclusão e o desenvolvimento da autonomia, da cooperação, da participação social e da afirmação de valores e princípios democráticos (BRASIL, 1998). O modelo de Educação Física contido nos PCNs (BRASIL, 1998) propõe como princípio básico a necessidade das aulas serem dirigidas a todos os alunos,

sugerindo que os conteúdos sejam trabalhados em toda dimensão da cultura corporal, reconhecendo os valores que estão por trás das práticas.

É tarefa da Educação Física escolar, portanto, garantir o acesso dos alunos às práticas da cultura corporal, contribuir para a construção de um estilo pessoal de praticá-las, e oferecer instrumentos para que sejam capazes de apreciá-las criticamente. (BRASIL, 1998. p. 30)

Neste sentido, no livro dos PCNs de Educação Física, na parte do terceiro e quarto ciclos do ensino fundamental, são explicitados os objetivos do documento. Dentre os objetivos, os que possuem relação direta no que toca o respeito à diversidade, princípio da inclusão, desenvolvimento da autonomia, da cooperação e da participação social, tem como objetivos do ensino que os alunos sejam capazes de compreender a cidadania como participação social e política, assim como exercício de direitos e deveres políticos, civis e sociais, adotando, no dia-a-dia, atitudes de solidariedade, cooperação e repúdio às injustiças, respeitando o outro e exigindo para si o mesmo respeito; posicionar-se de maneira crítica, responsável e construtiva nas diferentes situações sociais, utilizando o diálogo como forma de mediar conflitos e de tomar decisões coletivas; conhecer características fundamentais do Brasil nas dimensões sociais, materiais e culturais como meio para construir progressivamente a noção de identidade nacional e pessoal e o sentimento de pertinência ao país; conhecer e valorizar a pluralidade do patrimônio sociocultural brasileiro, bem como aspectos socioculturais de outros povos e nações, posicionando-se contra qualquer discriminação baseada em diferenças culturais, de classe social, de crenças, de sexo, de etnia ou outras características individuais e sociais; questionar a realidade formulando-se problemas e tratando de resolvê-los, utilizando para isso o pensamento lógico, a criatividade, a intuição, a capacidade de análise crítica, selecionando procedimentos e verificando sua adequação.

Como o objeto de estudo deste trabalho é a capoeira, defendo aqui a possibilidade em adotar a capoeira como ferramenta de ensino para atingir os objetivos propostos pelos PCNs. Vimos até aqui que a origem da capoeira e sua prática nasceram e desenvolveu como consequência do poder do opressor em relação ao oprimido, originou-se, do desejo de libertação de um povo que muito sofria devido à escravidão e não contava com meios de defesa (PASTINHA, 1988). A capoeira pode ser eficaz no processo de transformação do aluno em um cidadão crítico, valorizando a pluralidade do patrimônio sociocultural brasileiro e de outros

povos e nações, aprendendo a respeitar e adotando uma postura contra qualquer discriminação.

3.3 Currículo Mínimo da disciplina Educação Física da rede de ensino do Governo do Estado do Rio de Janeiro.

Desde 2012, a Secretaria de Estado de Educação (Seeduc) oferece uma ferramenta para auxiliar no planejamento escolar. O documento foi criado para servir de referência a todas as escolas estaduais do Rio de Janeiro, tem como finalidade orientar os itens que não podem faltar no processo de ensino-aprendizagem, em cada disciplina, ano de escolaridade e bimestre (RIO DE JANEIRO, 2012).

O Currículo Mínimo busca fornecer os meios para a progressão no trabalho, bem como em estudos posteriores e, fundamentalmente, visa assegurar-lhe a formação comum indispensável ao exercício da cidadania. (RIO DE JANEIRO, 2012 pág. 2).

No campo da Educação Física escolar, de acordo com o documento:

É um campo de conhecimento que lida com a cultura corporal como forma de linguagem e expressão, tendo como orientação teórico-prática reconhecer e compreender os jogos, os esportes, as ginásticas, as lutas, as danças e as atividades rítmicas e expressivas como manifestações das dinâmicas de contextos socioculturais diversos. Numa interlocução com o campo da Saúde, a Educação Física deve ter como princípio ampliar a compreensão da condição humana, articulando as dimensões biológica, antropológica, sociológica, política e econômica, com vistas a potencializar o exercício ativo da cidadania, enfatizando e contextualizando as questões éticas e estéticas. (RIO DE JANEIRO, 2012 pág. 3).

O tema capoeira aparece somente no 4º Bimestre do 8º ano, no eixo Luta. Dentre as competências e habilidades que devem estar nos planos de curso e nas aulas a serem trabalhados nesse bimestre, temos:

- Reconhecer na história afro-brasileira a importância dos elementos da capoeira e seus significados para o contexto sociocultural.

Logo, será apresentada no próximo capítulo uma proposta de ensino da capoeira nas aulas de educação física escolar para alunos do 8º ano, 4º Bimestre da rede de Ensino do Estado do Rio de Janeiro.

4 CAPÍTULO 3 – Proposta de ensino da capoeira

Neste capítulo será apresentada uma proposta de ensino da capoeira nas aulas de educação física escolar de acordo com a proposta do Currículo Mínimo do Estado do Rio de Janeiro, onde indica a capoeira para alunos do 8º ano, 4º Bimestre da rede de Ensino do Estado do Rio de Janeiro. A capoeira está inserida no documento dentro do eixo luta, contendo as seguintes habilidades e competências: Conhecer, analisar e problematizar a história das lutas; reconhecer na história afro-brasileira a importância dos elementos da capoeira e seus significados para o contexto sociocultural; aplicar os elementos das técnicas e táticas nas vivências das diferentes lutas; conhecer, analisar e recriar regras das lutas de acordo com a realidade do grupo, bem como a do espaço físico; analisar criticamente a influência midiática nas lutas, especialmente as mensagens televisivas; reconhecer e problematizar as relações de gênero que ganham visibilidade na prática das lutas. (RIO DE JANEIRO, 2012).

Para atingir tais habilidades e competências em um bimestre do ano letivo, foi planejado um total de 20 (vinte) aulas de 50 minutos divididas em três blocos, classificados por Bloco A, Bloco B e Bloco C. A classificação em blocos é para facilitar a aplicação das aulas e melhor organização das mesmas. A seguir irei destacar cada bloco e a quantidade de aulas para atingir todas as habilidades e competências proposto pelo Currículo Mínimo e como seria a sugestão de aula.

BLOCO A

A proposta para esse bloco tem como habilidades e competências: conhecer, analisar e problematizar a história da capoeira e reconhecer na história afro-brasileira a importância dos elementos da capoeira e seus significados para o contexto sociocultural.

O objetivo específico do presente bloco foi destacar, analisar e problematizar a capoeira enquanto manifestação genuinamente brasileira (SILVA, 2002) nascida em circunstância de luta por liberdade nos tempos da escravidão (REIS, 1997), expressando a voz do oprimido em relação ao opressor (SOARES *et al.*, 1992). Analisar e problematizar a escravidão no Brasil.

Neste Bloco foi previsto um total de cinco aulas.

AULA 1 e 2

Será colocado aos alunos uma ida a biblioteca da escola para pesquisar sobre a origem e história da capoeira, ouvindo o destaque de cada aluno e qual a bagagem que eles possuem acerca do tema. No decorrer do diálogo, promover reflexões sobre o período da escravidão e origem da capoeira oriunda de movimentos comunitários e lutas de classes. O objetivo com as pesquisas é resgatar a capoeira enquanto manifestação cultural, trabalhando sua historicidade, não desencarná-la do movimento cultural e político que a gerou.

A capoeira encerra em seus movimentos a luta de emancipação do negro no Brasil escravocrata. Em seu conjunto de gestos, a capoeira expressa, de forma explícita, a 'voz' do oprimido na sua relação com o opressor (COLETIVO DE AUTORES, 1992, p. 76).

AULA 3, 4 e 5

Assistir ao filme Quilombo; Filme de coprodução brasileira e francesa de 1984, do gênero drama, dirigido por Cacá Diegues, cujo Roteiro foi baseado nos livros Ganga Zumba, de João Felício dos Santos e Palmares, de Décio de Freitas.

O filme tem a preocupação de mostrar os três últimos "governos" de Palmares: Acotirene, Ganga Zumba e Zumbi. O filme retrata como era a vida no Quilombo de Palmares e mostra a luta pela dignidade da liberdade e igualdade contra o sistema de escravidão. A proposta em assistir o filme é a de promover reflexões e problematizar esse período de escravidão no Brasil, perguntando o destaque de cada um sobre o período escravocrata visto no filme e nas pesquisas da aula anterior, para assim discutir e entendermos em que contexto originou-se a capoeira. O filme nos oferece um olhar de como foi a escravidão no Brasil e a vida nos quilombos.

BLOCO B

Visto e discutido todo o contexto em que surgiu a capoeira, é hora de conhecer e experimentar os elementos que compõem a capoeira. É válido reforçar que as técnicas de ginga e dos golpes não são o mais importante e não é exigido padronização dos movimentos, a capoeira é antes de tudo livre e vale a criatividade, malemolência e malandragem! A ginga era a malemolência, a malandragem, o disfarce de dança da capoeira. Cabe ao professor estimular essas questões no decorrer das aulas, os gestos devem servir como exemplos e não de exigência do movimento igual.

Habilidades e competências: Aplicar os elementos das técnicas e táticas na vivência da capoeira.

O objetivo específico do presente bloco foi conhecer e experimentar corporalmente alguns dos diferentes elementos que compõem a capoeira: a ginga, as esquivas e alguns golpes; conhecer e experimentar alguns instrumentos musicais presentes na capoeira (berimbau, pandeiro, caxixi, atabaque, agogô); conhecer e explorar exemplos de letras de cantos e sua relação com os acontecimentos históricos.

Neste Bloco foi previsto um total de oito aulas.

Aula 1 e 2.

Atividade 1: 25 minutos

Atividade 2: 25 minutos

Atividade 3: 25 minutos

Atividade 4: 25 minutos

Atividade 1

Iniciar a aula perguntando aos alunos se alguém sabe realizar o movimento da ginga e pedir para que tentem gingar da maneira que achar correto. Ao longo da atividade o professor deve orientar sobre a posição do corpo, como altura da ginga, posição dos pés e alternância dos braços. Uma sugestão de atividade para vivenciar a ginga é pedir para cada aluno desenhar no chão, com um giz, um triângulo isósceles. Os alunos devem posicionar os pés nas extremidades da base deste triângulo. A cada instante um dos pés deve ser retirado da extremidade da base e tocar o ápice do

triângulo. Esta é uma posição que possibilita maior estabilidade para a ginga. Porém, é importante que o professor diga que apesar da maior estabilidade proporcionada por esta posição, é comum observarmos capoeiristas executando os movimentos com os pés desenhando um quadrado. É importante também que o professor demonstre que quanto mais longe está o ápice do triângulo, mais estável é considerada a ginga do capoeirista.

Posteriormente, o professor deverá inserir a alternância dos braços e pernas. Assim, quando o pé esquerdo se encontrar no ápice do triângulo (atrás), o braço esquerdo estará na frente do rosto, fazendo sua proteção.

Atividade 2

Ginga espelhada: Colocar os alunos em duplas. As duplas deverão gingar frente a frente. O movimento precisa ter o ritmo semelhante, como se estivesse sendo reproduzido por um espelho.

Ginga alternada: Os alunos devem gingar ainda em duplas. Porém, enquanto um jogador ginga para um lado, o outro jogador ginga para o outro lado.

Atividade 3

Demonstrar a Cocorinha, queda de quatro, meia lua de frente e meia lua de compasso.

Cocorinha: É uma esquiva na qual o praticante se abaixa de frente para o adversário, com os braços protegendo o rosto.

Queda de Quatro: É uma esquiva em que o praticante desce ao solo, para trás, e se apoia nas duas mãos, ficando, portanto com um total de 4 apoios ao solo: as duas mãos e os dois pés. Se capoeira se locomover nesta posição, dá-se o nome de aranha.

Meia Lua de Frente: Consiste em lançar a perna de trás, esticada, num movimento de rotação, de fora para dentro. Aparte que toca o adversário é a parte interna do pé.

Meia Lua de Compasso: É um golpe em que o praticante agacha-se sobre a perna da frente, e com a outra perna livre, faz um movimento de rotação, varrendo na horizontal ou diagonal. Quando se inicia o movimento de rotação, as duas mãos vão ao solo para melhor equilíbrio. Atinge-se o adversário com o calcanhar.

Atividade 4

Pique cola capoeira. Escolher um ou mais alunos para ser o capitão do mato, responsável por ter que colar os outros alunos que serão os escravos. Quem ta colado tem que fazer uma esquiva aprendida na aula (cocorinha ou queda de quatro), e pra ser salvo, alguém tem que aplicar um golpe (meia lua de frente ou meia lua de compasso).

AULA 3 e 4

Atividade 1: 25 minutos

Atividade 2: 35 minutos

Atividade3: 40 minutos

Atividade 1

Movimento da ginga de forma livre. Pedir para que se movimentem através da ginga pelo espaço, acrescentando os golpes aprendidos na aula anterior.

Atividade 2

Demonstrar a negativa, benção, aú ou estrelinha.

Negativa: É uma esquiva que o praticante faz descendo ao solo apoiado em uma das pernas e com a outra esticada. As duas mãos vão ao chão, sendo que, se estiverem do lado da perna esticada, sua característica é quase que exclusivamente de defesa, porém se as mãos estiverem para o lado da perna dobrada, propicia ao executor a oportunidade de aplicar uma rasteira logo em seguida. Em uma de suas variações, quando as mãos estiverem viradas para o lado da perna dobrada, elas poderão não ir ao solo, permanecendo à altura do rosto e do tórax, em posição de defesa.

Benção: Partindo da ginga o aluno irá projetar o tronco para traz e dará um chute para frente com o joelho flexionado e estenderá na sequência com a ponta do pé voltada para cima usando a sola do pé e o mesmo pé usado volta para traz e ele retoma a ginga, sempre prestando atenção nos braços, pois, o braço que fará a proteção e equilíbrio.

Aú ou estrelinha: É um movimento dividido em quatro tempos, primeiro um dos pés vai à frente, em sequência o aluno irá flexionar o tronco para o lado do pé que está a frente colocando a mão do mesmo lado no chão lembrando que a mão tem que estar encostada inteira no chão e não só os dedos em seguida irá colocar a outra mão no chão do jeito que as duas fiquem paralelas e por último irá impulsionar o corpo com as pernas para o outro lado.

Atividade 3

Com auxílio de um equipamento que emita som, colocar para tocar o som dos instrumentos da capoeira e propor uma roda para que vivenciem a ginga, as esquivas e os golpes com o amigo na roda e ao som dos instrumentos. Os alunos que não estiverem dentro da roda devem ser estimulados pelo professor a bater palmas no ritmo da música.

Aula 5 e 6.

Atividade 1: 30 minutos

Atividade 2: 30 minutos

Atividade 3: 40 minutos

Atividade 1

“Arranca rabo”: Colocar a turma em roda e propor a atividade “arranca rabo”. A atividade consiste em colocar algum material (ex: pedaço de pano) nas costas de dois alunos que irão jogar capoeira dentro da roda e o objetivo é um pegar o “rabo” do outro. Os alunos que não estiverem dentro da roda devem ser estimulados pelo professor a bater palmas da maneira que aprenderam na aula anterior. Todos devem ser estimulados a participar ao menos uma vez.

Atividade 2

Substituir o “rabo” por pregadores por todo o corpo de cada aluno e propor a mesma atividade anterior com a troca do “rabo” por pregadores. Os alunos que não estiverem dentro da roda devem ser estimulados pelo professor a bater palmas da maneira que aprenderam na aula anterior. Todos devem ser estimulados a participar ao menos uma vez.

Atividade 3

Apresentar aos alunos alguns instrumentos que identifiquem musicalmente a capoeira, tais como: Berimbau, caxixi, atabaque e pandeiro. Caso o professor não saiba tocar tais instrumentos, uma alternativa é convidar algum capoeirista que saiba para demonstrar para a turma. Porém o mais importante é que seja um momento de exploração livre das possibilidades sonoras destes instrumentos. É de grande valor que todos tenham contato com cada instrumento.

Aula 7 e 8:

Atividade 1: 50 minutos

Atividade 2: 50 minutos

Atividade 1

Iniciar a aula questionando se os alunos conhecem músicas da capoeira. No momento seguinte cantar ou colocar em um aparelho de som músicas da capoeira sugere músicas que contam um pouco da história da capoeira e homenagem a grandes nomes. Em seguida estimular que a turma cante as músicas apresentadas para cantar na atividade seguinte, a melhor maneira de estimular é o professor dando início ao canto. Sugestão de músicas com base nos conteúdos das letras que contam histórias da capoeira:

Capoeira tem história - Mestre Barrão

“Capoeira tem história

Capoeira tem tradição

Capoeira deixou na marca

Do povo africano na nação

Capoeira tem historia

Capoeira tem tradição

Capoeira deixou a marca

Do povo africano na nação

Ela foi praticada nos quilombos
Ela foi perseguida na senzala
Capoeira é força, é voz
Do povo que luta a não se cala

Capoeira tem história
Capoeira tem tradição
Capoeira deixou na marca
Do povo africano na nação

Zumbi um valente guerreiro
No grito derradeiro a mensagem deixou
Capoeira é luta, consciência
Ela é a essência do povo lutador

Capoeira tem história
Capoeira tem tradição
Capoeira deixou na marca
Do povo africano na nação

Rio, Recife, Bahia falo com alegria
Onde tudo começou
Capoeira luta brasileira
Passou fronteira no mundo se espalhou

Capoeira tem história
Capoeira tem tradição
Capoeira deixou na marca
Do povo africano na nação

Hoje corro pelo mundo
Eu não sou vagabundo, sou educador
Capoeira é a minha matéria
Me tirou da miséria, me formou professor

Capoeira tem história
Capoeira tem tradição
Capoeira deixou na marca
Do povo africano na nação”

História da capoeira - Geraldo Filme

“Oilalá, Oilelê
meu avô me chamava
"Vem cá meu filhinho aprender capoeira pra se defender"

Meu avô preto de Angola
sentado na sua esteira
contava pra criançada
história da capoeira

Foi brinquedo de criança
veio lá de sua terra
em defesa do seu povo
já virou arma de guerra

Oilalá, Oilelê
meu avô me chamava
"Vem cá meu filhinho aprender capoeira pra se defender"

Ele me falou também
que em busca da liberdade
negro se refugiavam
no Quilombo de Palmares

Quando eles defrontavam
opressor que lhes seguia
era perna que jogava

era gente que caía

Meu avô preto de Angola
sentado na sua esteira
contava pra criançada
história da capoeira

Foi brinquedo de criança
veio lá de sua terra
em defesa do seu povo
já virou arma de guerra

Oilalá, Oilelê

meu avô me chamava

"Vem cá meu filhinho aprender capoeira pra se defender"

Ele me falou também
que em busca da liberdade
negro se refugiavam
no Quilombo de Palmares

Quando eles defrontavam
opressor que lhes seguia
era perna que jogava
era gente que caía

Oilalá, Oilelê

meu avô me chamava

"Vem cá meu filhinho aprender capoeira pra se defender"

Atividade 2

Roda de capoeira. Nessa atividade será proposta uma roda de capoeira aonde os alunos irão se organizar livremente para vivenciar todo conteúdo ministrado até esse momento. É interessante que as palmas, cantos, ginga e golpes sejam vivenciados. Cabe ao professor deixar a turma livre, motivando e realizando a atividade com os alunos.

BLOCO C

A proposta para esse bloco tem como habilidades e competências: analisar criticamente a influência midiática na capoeira, especialmente as mensagens televisivas e reconhecer e problematizar as relações de gênero que ganham visibilidade na prática das lutas. O objetivo específico do presente bloco foi propor uma reflexão acerca de como a capoeira pode ser difundida, ensinada e apresentada através da mídia e como ela aparece nos meios de comunicação; Problematizar a discriminação e intolerância nas relações de gênero e sexualidade a partir do cine-debate do filme Madame Satã. Neste Bloco foi previsto um total de sete aulas.

Aula 1 e 2

Atividade 1: 15 minutos

Atividade 2: 25 minutos

Atividade 3: 30 minutos

Atividade 4: 20 minutos

Atividade 5: 10 minutos

Atividade 1

O professor inicia a aula perguntando aos alunos se eles possuem lembrança da capoeira na mídia, como por exemplo, televisão e internet. Em seguida pede aos alunos para trazerem na aula 3 (três) deste bloco uma resenha sobre o material pesquisado. Muito importante na resenha é mostrar o contexto no qual a capoeira é divulgada pela mídia.

Atividade 2

De posse de elásticos ou pedaços de cordas, cortados com aproximadamente 90 cm de comprimento, os pés dos alunos são amarrados pelas pontas do elástico. Dessa maneira, uma perna fica presa à outra, com o elástico, limitando o movimento de abertura das pernas dos alunos. Essa atividade pretende reproduzir os pés dos escravos presos pelas correntes, mas que, mesmo assim, jogavam a capoeira. Deixar que as crianças ginguem umas com as outras, trocando os pares, sempre tendo as músicas cantadas pela turma ou tocadas em algum aparelho de som durante a atividade.

Atividade 3

Ainda com os pés amarrados, em duplas, pedir para reproduzirem os golpes aprendidos nas aulas anteriores. Sempre deixando o aluno livre para realizar o movimento da maneira que lhe convém.

Atividade 4

Retirar os elásticos das pernas dos alunos e sugerir uma roda de capoeira com as mãos amarradas e os pés livres. Sugestão de se apresentar na roda.

Atividade 5:

Finalizando a aula com uma roda de conversa para dialogar sobre a dificuldade de realizar os movimentos com as pernas ou mãos amarradas, lembrando o tempo da escravidão onde a capoeira era realizada mesmo com as correntes limitando os movimentos.

AULA 3

Atividade: 50 minutos

Nessa aula os alunos irão trazer as resenhas sobre a pesquisa realizada acerca da capoeira na mídia. Será pedido para cada aluno apresentar para a turma sua pesquisa e em qual contexto a capoeira foi apresentada. Cabe ao professor expor os pontos a serem discutidos, como: poder de influência da mídia e lados positivos e negativos dessa influência midiática.

AULA 4, 5 e 6

Atividade 1: 105 minutos

Atividade 2: 45 minutos

Atividade 1

Será assistido o filme *Madame Satã*, dirigido por Karim Aïnouz. O filme é inspirado na vida de João Francisco dos Santos, mais conhecido como Madame Satã. Malandro, artista transformista, capoeirista, cozinheiro, presidiário, pai adotivo, João Francisco dos Santos, exímio lutador de Capoeira, nasceu em Pernambuco no início do século XX e viveu na Lapa dos anos 30, onde virou um mito e um símbolo da cultura marginal urbana. Sonhava em ser um grande artista dos palcos. A questão central é mostrar como alguém sem possibilidade de sonhar realizou seu sonho. Mostrar como essa pessoa atuou sobre o seu desejo e fez da sua vida um exercício de liberdade.

Atividade 2

Debate acerca do filme, saber dos alunos o que eles destacam do filme. Cabe ao professor promover reflexões sobre intolerância e discriminação acerca de gênero e sexualidade. Para isso é interessante lembrar os alunos de cenas do filme onde exemplificam essas questões. Como por exemplo:

“Eu sou bicha porque eu quero! E não deixo de ser homem por causa disso!”

“É pederasta passivo, usa sobancelha raspada e adota atitudes femininas, alterando até a própria voz.”

AULA 7:

Atividade: 50 minutos

Atividade de culminância, encerramento do planejamento de ensino da capoeira com uma roda de capoeira realizada em espaços públicos de lazer, como praias e praças. Sem restrição a participação de convidados, promovendo uma reflexão ao término da atividade que a Capoeira, é e deve ser, um espaço democrático, onde a

diversidade e a convivência entre os diferentes, significam um exemplo de respeito e convívio social.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

É urgente a necessidade de valorizar a identidade negra no país, a capoeira enquanto manifestação da cultura afro-brasileira deve ser ensinada além das habilidades físicas, não alienante, mas sim libertadora. É preciso resgatar a capoeira enquanto manifestação cultural, superando os preconceitos e as desigualdades existentes. Capoeira é uma expressão cultural brasileira que engloba luta, dança, esporte, cultura popular e música. A escola é, por excelência, a instância transformadora que, segundo Paulo Freire, tem a obrigação de se posicionar pela mudança: “se a educação não pode tudo, alguma coisa fundamental a educação pode” (Freire, 1996, p. 112). A Proposta de ensino da Capoeira apresentada se preocupa com a historicidade e a vivência dos movimentos, sem exigir dos alunos uma técnica perfeita. O total de 20 (vinte) aulas se faz necessário para atingir as habilidades e competências em um bimestre do ano letivo de acordo com a proposta do Currículo Mínimo do Estado do Rio de Janeiro, onde indica a capoeira para alunos do 8º ano, no 4º Bimestre. A Proposta de Ensino elaborada nesse documento procura atingir objetivos como analisar e problematizar a capoeira enquanto manifestação genuinamente brasileira, conhecer e experimentar corporalmente alguns dos diferentes elementos que compõem a capoeira, conhecer e experimentar alguns instrumentos musicais e explorar os cantos da roda, problematizar a discriminação e intolerância nas relações de gênero e sexualidade.

Faz-se necessário e obrigatório a aplicabilidade da capoeira na escola, é de extrema importância trabalhar esse valioso elemento pertencente à história do Brasil. É válido lembrar que o professor conta com um grande acervo de conteúdos para nortear o ensino, como apresentado na presente Proposta, caso tenha dificuldades em demonstrar movimentos ou manusear os instrumentos que fazem parte da capoeira, podem ser utilizados os recursos de mídia. A importância desse trabalho é nortear o professor para o ensino da capoeira, não só para alunos do 8º

ano, 4º Bimestre da rede de Ensino do Estado do Rio de Janeiro em que se direciona este trabalho, mas também como base para outras redes de ensino e futuros estudos.

É notório o avanço da capoeira na sociedade e no ambiente escolar, mas ainda é um desafio como trabalha-la na Educação Física Escolar, o presente trabalho fica como sugestão, posteriormente seria interessante um novo estudo sobre como foi a aplicabilidade.

REFERÊNCIAS

ADORNO, Camille. **A ARTE DA CAPOEIRA**. 1ª edição: 1987. Gráfica e Editora Kelps – Goiânia/GO. 6ª edição, revista e atualizada: maio/1999.

AGOSTINHO, Jackson Luís Agostinho. **A história da capoeira regional – uma análise bibliográfica**. Bauru. 2007.

ARAÚJO, P. C. **Abordagens sócioantropológicas da luta/jogo da capoeira**. Lisboa: Instituto Superior da Maia, 1997.

AREIAS, Anande das. **O que é capoeira**. 4. ed. São Paulo: Ed. da Tribo, 1983.

BRACHT, Valter. Educação física no 1º. **Grau: conhecimento e especificidade**. Rev. Paul. Educ; São Paulo, Supl. 2, p.23-28, 1996.

BRASIL. **Lei no 9.394**, de 20 de dezembro de 1996.

BRASIL. Secretaria de Educação Fundamental. **Parâmetros curriculares nacionais- Educação Física: Educação Física/Secretaria de Educação Fundamental**. Brasília, DF: MEC/SEF, 1997.

BRASIL, **Parâmetros Curriculares Nacionais (PCNs). Educação Física. Ensino Fundamental. Terceiro e quartos ciclos**. Brasília: MEC/SEF, 1998.

BRASIL, **Parâmetros Curriculares Nacionais (PCNs). Introdução. Ensino Fundamental**. Brasília: MEC/SEF, 1998.

CAPOEIRA, Nestor. **Capoeira: os fundamentos da malícia**. 5ª edição. Rio de Janeiro; Record, 1999.

CAMPOS, Hélio José B. Carneiro. **Capoeira na escola**. Salvador, BA: Presscolor, 1990.

FERREIRA, A. B. de H. **Novo Aurélio – dicionário eletrônico**. Versão 3,0. séc. XXI, 2005.

FONTOURA, A. R. R.; GUIMARÃES, A. C. A. **História da capoeira**. Revista da Educação Física, UEM. Maringá, v.13, n.2, 2002, p.141-150.

JACOMINO. Sérgio. **Penhor de Escravos e queima de arquivos no Brasil**. In: São Paulo, 2010.

LIBÂNIO, José Carlos. **Adeus professor, adeus professora? Novas exigências educacionais e profissão docente**. São Paulo: Cortez, 1998.

LIMA, Luiz Augusto Normanha. **A Capoeira: um discurso em extinção. Trabalho**

de Monografia. Universidade Estadual Paulista . UNESP, Rio Claro, 1990.

MELLO, André da Silva. **Esse nego é o diabo, ele é capoeira ou da motricidade brasileira.** Revista Discorpo, São Paulo, n. 6, p. 29-39, 1996.

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO. **Parâmetros Curriculares Nacionais: introdução e Educação Física.** Brasília, 1997.

OLIVEIRA, José L. (Mestre Bola Sete). **A capoeira angola na Bahia.** Salvador: EGBA; Fundação das Artes, 1989.

PARANÁ. **Livro Didático Público – Educação Física.** Ensino Médio/vários autores. 2 ed. – Curitiba: SEED-PR, 2007.

PASTINHA, Mestre. **Capoeira angola.** Salvador: Fundação Cultural do Estado da Bahia, 1988. 78p.

PETTA, Rosângela. **Capoeira: o jeito brasileiro de ir à luta.** Superinteressante, São Paulo, p.46-57, maio 1996.

REIS, André Luiz Teixeira. **Brincando de capoeira.** Cidade: Ed. Abadá, 1997.

REIS, André Luiz Teixeira. **Educação Física & Capoeira: saúde e qualidade de vida.** Brasília, DF: Thesaurus, 2001.

REIS, João José; GOMES, Flávio dos Santos. **Liberdade por um fio: história dos quilombos no Brasil.** São Paulo: Companhia das Letras, 1996.

RIO DE JANEIRO. **Currículo Mínimo – Educação Física.** Rio de Janeiro: Secretaria de Estado de Educação do Rio de Janeiro, 2012.

SAVIANI, D. **A nova lei da educação: LDB trajetória, limites e perspectivas.** São Paulo: Autores Associados, 2006.

SILVA, P. C. da C. **Capoeira e Educação Física: uma história que dá jogo...primeiros apontamentos sobre suas inter-relações.** In.: Revista Brasileira de Ciências do Esporte, v. 23, n. 1, p. 131-145, Set. 2001.

SILVA, Gladson de Oliveira - **Capoeira: do engenho a universidade** - São Paulo - Cepeusp- 3ª ed. – 2002.

SOARES, C.L. et al. **Metodologia do ensino de Educação Física.** São Paulo: Cortez, 1992.

SOARES, Carlos Eugênio Líbano. **A negregada instituição: os capoeiras na corte imperial 1850-1890.** 1. ed. Rio de Janeiro: Access Editora, 1999.

SOUZA, S. A. R.; OLIVEIRA, A. A. B. **Estruturação da capoeira como conteúdo da educação física no ensino fundamental e médio.** *Revista da Educação Física/UEM.* Maringá, v12, n.2, p.43-50, 2001.

TEIXEIRA, F. F.; OSBORNE, Renata; SOUZA, Eliane Glória Reis da Silva. **A PRÁTICA DO ENSINO DA CAPOEIRA NAS ESCOLAS: PERFIL E VISÃO DO CAPOEIRISTA.** Corpus et Scientia , v. 8, p. 1-15, 2012.

VIEIRA, Luiz Renato. **O jogo da capoeira: Cultura popular no Brasil.** Rio de Janeiro, RJ: Sprint, 1995.

ZUMA, A.B. **Gymnastica Nacional (Capoeiragem) Methodisada e Regrada.** Rio de Janeiro: Edição do autor, 1928.