

UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS

FACULDADE DE EDUCAÇÃO

PÓS-GRADUAÇÃO LATO SENSU EM ENSINO NA EDUCAÇÃO BÁSICA

Wanessa Caroline Pereira Vasconcelos

**A CAPOEIRA NA ESCOLA:**

**Uma proposta de ensino**

**Congonhas**

**2012**

Wanessa Caroline Pereira Vasconcelos

## **A CAPOEIRA NA ESCOLA:**

### **Uma proposta de ensino**

Trabalho de Conclusão de Curso de Especialização apresentado como requisito parcial para obtenção do título de Especialista em Educação Física escolar pelo curso de Pós-Graduação Lato Sensu em ensino na educação básica (LASEB) da Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG).

**Orientador:** José Ângelo Garíglío

**Congonhas**

**2012**

Wanessa Caroline Pereira Vasconcelos

## **A CAPOEIRA NA ESCOLA:**

### **Uma proposta de ensino**

Trabalho de Conclusão de Curso de Especialização apresentado como requisito parcial para obtenção do título de Especialista em Educação Física escolar pelo curso de Pós-Graduação Lato Sensu em ensino na educação básica (LASEB) da Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG).

Aprovado em 28 de julho de 2012.

### **BANCA EXAMINADORA**

---

Fabrine Silva – Faculdade de Educação da Universidade Federal de Minas Gerais

---

José Ângelo Garíglío – Faculdade de Educação da Universidade Federal de Minas Gerais

## **DEDICATÓRIA**

Dedico este trabalho à minha filha Luísa Caroline Pereira Vasconcelos, meu motivo para seguir sempre em frente, quebrando barreiras e vencendo obstáculos.

## **AGRADECIMENTOS**

Agradeço primeiramente a Deus que, diariamente, me dá força para seguir caminhando na escola da vida. Agradeço a todos que, a cada minuto, torceram por mim e desejaram que eu estivesse aqui, concluindo mais esta etapa de estudos. Agradeço à minha mãe Ivone Cordeiro pela disponibilidade, amor e atenção com que cuidou da minha filhinha durante muitos sábados para que eu pudesse frequentar as aulas. Agradeço ao meu marido Wesley Carvalho pelo apoio neste trabalho. Agradeço, especialmente, à minha irmã Camila Rates, minha conselheira, que sempre bem disposta e, acima de tudo, com muito carinho, me ajudou a concluir este trabalho. Ao meu professor orientador José Ângelo Gariglio, pelas palavras valiosas.

“Capoeira é pra homem, menino e mulher...”

Mestre Pastinha

## RESUMO

Esta Proposta de Intervenção Pedagógica teve como objetivo principal ensinar a capoeira aos alunos de faixa etária entre 7 (sete) e 8 (oito) anos, das séries iniciais do ensino fundamental, valorizando não só a prática de seus movimentos como também a sua história. Contou com a participação de 28 (vinte e oito) alunos do segundo ano do ensino fundamental de uma escola municipal da cidade de Congonhas, Minas Gerais (MG), Brasil. A metodologia de ensino foi embasada em 10 (dez) aulas teóricas e práticas, através de jogos e brincadeiras voltados para o ensino da capoeira. Observou-se que nas aulas iniciais os alunos desconheciam o que viria a ser a capoeira, contudo, demonstraram grande interesse em aprender mais sobre tal conteúdo, fato este que pôde ser comprovado pelo interesse da grande maioria dos alunos (92,85%) durante as aulas. Com o desenvolvimento do plano de ação proposto notou-se que os alunos se tornaram capacitados a executar os movimentos da capoeira apresentados durante as aulas, assim como também adquiriram conhecimento teórico sobre a capoeira e sua história. Esta proposta trouxe resultados satisfatórios, uma vez que, foi proporcionada aos alunos uma oportunidade de conhecerem essa manifestação cultural, ao mesmo tempo em que desenvolviam os seus aspectos biopsicossociais, aumentando suas capacidades e habilidades físicas, motoras e cognitivas, através de uma prática dessa manifestação cultural esportiva. Espera-se também que este plano de ação, além de incentivar, possa auxiliar os professores de Educação Física no momento em que forem trabalhar este conteúdo em suas aulas.

**Palavras-chave:** Educação Física. Ensino. Capoeira.

## SUMÁRIO

<b>1. INTRODUÇÃO.....</b>	<b>9</b>
1.1. Trajetória, experiência pessoal com a capoeira e a escolha do tema.....	9
<b>2. DESENVOLVIMENTO.....</b>	<b>13</b>
2.1. Revisão de literatura.....	13
2.2. Breve histórico sobre a capoeira.....	13
2.3. A capoeira e os negros escravos.....	14
2.4. A esportivização da capoeira.....	14
2.5. A capoeira nas escolas.....	15
2.6. A capoeira e as práticas pedagógicas.....	16
2.7. Curiosidades sobre a capoeira.....	16
<b>3. ESTRUTURAÇÃO DO PLANO DE AÇÃO.....</b>	<b>18</b>
<b>4. PLANO DE AÇÃO.....</b>	<b>20</b>
<b>5. CONSIDERAÇÕES FINAIS.....</b>	<b>27</b>
<b>6. REFERÊNCIAS.....</b>	<b>28</b>

# 1. INTRODUÇÃO

## 1.1. Trajetória, experiência pessoal com a capoeira e a escolha do tema

Antes de elaborar meu plano de ação refleti sobre como foi e é, até hoje, a minha relação com a capoeira. Pois bem, o meu primeiro contato com este jogo já despertou em mim um grande interesse. Possuía alguns amigos que praticavam a capoeira em academias, então resolvi também aprender esta arte. Comecei a fazer aulas três vezes por semana e fui me identificando cada vez mais, pois, além de exigir força física, destreza, exigia também concentração e animação para a participação nas rodas. Que sensação boa era aquela de ter o corpo cansado e ao mesmo tempo aliviado por ter aprendido tantos movimentos, músicas legais e riquíssimas em suas letras, músicas essas que, na maioria das vezes, fui entender com o passar do tempo. Enfim, essa luta mexia comigo.

Comecei a praticar capoeira de três a cinco vezes por semana e já queria fazer o meu jogo e, por isso, me dedicava muito. Além de sentir prazer durante as aulas, tinha aquele momento como uma fuga dos conflitos emocionais pelos quais passam alguns adolescentes. Queria aprender de tudo, até o famoso “mortal”. Consegui alguns! Fiquei alguns anos neste ritmo. Mais tarde, com outros afazeres diários e outro ritmo de vida, já adulta, não pude continuar com os treinos e rodas de capoeira, mas me esforçava para ter um mínimo de contato com a capoeira. Casada com professor de capoeira, sempre o acompanhava nas rodas e em encontros de grupos de capoeira. Atualmente, faço pequenos treinos em alguns finais de semana por ocasião das aulas que meu marido desenvolve com crianças e adolescentes.

Desta forma, em relação ao tema a ser desenvolvido em meu estudo a primeira reflexão que tive foi em relação ao meu trabalho, minha experiência profissional. Comecei a fazer uma retrospectiva como professora de educação física e capoeira. Como? Quanto? Quando trabalhei capoeira? Essa resposta foi fácil pra mim, já que trabalhei a capoeira em praticamente todos os anos dos meus dez anos de profissão, com algumas aulas de movimentos de capoeira no mês de novembro em decorrência do fato de novembro ser o mês da consciência negra. E, agora refletindo e preparando o meu plano de ação vejo que poderia ter enriquecido mais as minhas aulas já que foram apenas baseadas em movimentos e um pouco da história da capoeira.

Motivada por essa experiência com a capoeira e por entender que o seu ensino na escola pode contribuir para a melhor compreensão da cultura brasileira, em especial da cultura afro-brasileira, pergunto: Por que continuar a tratar a capoeira como um tema episódico do currículo escolar confinado a uma data fixa, isto, no dia da consciência negra? Esse tema da

cultura não poderia ser tematizado como um conhecimento tipicamente escolar? Como transformá-lo em conteúdo escolar da educação física? Com essas questões lanço-me à construção de um plano de ação que visa dar razão e vazão a esses questionamentos.

Com o intuito de contribuir efetivamente para o processo de ensino-aprendizagem nas escolas optei por abordar o tema ensino da capoeira em meu plano de ação. Cabe dizer, primeiramente, que já há muito tempo tenho contato extraescolar com a capoeira, o qual se iniciou ao longo da minha adolescência e juventude. Conheci essa prática como um esporte, já que meus treinos eram baseados em jogos e exercícios físicos. Aprendi através de uma metodologia bem simples e eficaz, eram aulas expositivas e prática de movimentos. Era uma capoeira com muitos floreios, isto é, movimentos que enfeitam a roda. Treinava e apresentava em rodas de rua, que a propósito eram pouco privilegiadas.

Apesar do crescimento paralelo de instituições de capoeira e da capoeira em escolas, universidades e creches e além de estar sugerida em informativos que orientavam a educação escolar, como os Parâmetros Curriculares Nacionais (PCN's) e Conteúdos Básicos Comuns (CBC's), os meus professores nem cogitavam a hipótese de desenvolver a capoeira em minha escola durante as aulas de educação física. A minha experiência corporal com a prática da capoeira se deu fora da escola, salvo quando era mês de novembro, quando todas as escolas convidavam os grupos de capoeira para fazerem apresentações em comemoração ao dia da consciência negra. As minhas aulas de educação física, bem planejadas e fundamentadas, eram compostas apenas pelos seguintes esportes: handebol, vôlei, basquete e futsal.

Cabe dizer que o PCN oferece um grande suporte à educação física, pois apresenta alguns conteúdos que não podem deixar de ser ensinados aos alunos, uma vez que servem como meios para que eles desenvolvam habilidades e competências das quais precisarão para atuar e viver como cidadão. O PCN valoriza também a “cultura corporal de movimento” a qual envolve todos os movimentos realizados pelas pessoas dentro e fora da escola de modo que tenham sentido e significado para a cultura brasileira. Incentiva os profissionais de educação física, através das aulas, a formar e transformar os alunos em cidadãos críticos capazes de analisar e modificar a realidade em que estão inseridos de acordo com suas necessidades. Com práticas corporais já desenvolvidas em seu cotidiano, o aluno poderá aprimorá-las e construir outras novas através dos movimentos oferecidos pela educação física. (NATIVIDADE, 2005). Dentre os conteúdos trazidos pelos PCNs, por que não utilizarmos a prática da capoeira? A educação física brasileira necessita trazê-la como sendo uma

manifestação cultural, isto é, valorizar sua historicidade e não separá-la do movimento cultural e político que a originou (SOARES et al., 1992).

Sendo a capoeira uma manifestação afro-brasileira de caráter interdisciplinar, e apresentando, portanto, uma multiplicidade de faces inerentes à educação física e outras diversas disciplinas escolares, sabe-se que é imprescindível seu ensino nas escolas, visto que é uma prática corporal viva em nosso país, e, que traz muitos conhecimentos e histórias, as quais podem ser desenvolvidas nas aulas de educação física, através de jogos, brincadeiras, lutas, dança, esporte, enfim, usar dessa prática para que o aluno adquira novas habilidades e aumente suas capacidades físicas, motoras e cognitivas, compreendendo o seu corpo como uma totalidade, além é claro de aprender o conteúdo histórico da capoeira. Importante também é o fato de que a capoeira deixou de ser um conteúdo complementar, ou seja, uma opção a ser desenvolvida nas aulas, mas que não apresentava fundamentos e nem oferecia justificativas e referências de trabalho sobre este conteúdo e tornou-se conhecimento pertinente aos CBC's da educação física, isto é, foi introduzida nos tópicos principais apresentando habilidades que devem ser desenvolvidas sobre este conteúdo.

Entretanto, nota-se ainda certa resistência e dificuldade de alguns profissionais de educação física em tematizar esta manifestação da cultura brasileira em suas aulas, o que pode estar relacionado ao fato de faltarem cursos de especialização e/ou aperfeiçoamento para que os profissionais sejam capacitados a executarem esta prática ou ainda não terem tido contato com esta modalidade durante a graduação. Monteiro et al (2011), também aponta isto, já que em estudo realizado com o objetivo de analisar a abordagem da capoeira como conteúdo pedagógico na educação física escolar realizou uma entrevista específica contendo apenas uma pergunta: você trabalha o conteúdo capoeira na suas aulas de educação física? Dos dez professores entrevistados, todos responderam que não trabalham com a capoeira como conteúdo pedagógico em suas aulas de educação física. Como causa básica constatou a falta de conhecimento e capacitação dos profissionais para se trabalhar esse conteúdo já que mesmo a capoeira oferecendo diversas possibilidades para ser desenvolvida nas aulas de educação física, como luta, dança, arte, esporte, educação e lazer, ainda existe essa dificuldade por parte dos profissionais, o que pode estar associado, também, com o fato de que muitos profissionais visam apenas a esportivização na educação física.

Destarte, este plano de ação, o qual foi desenvolvido com uma turma do segundo ano, isto é, com alunos de faixa etária entre 7 e 8 anos tornou-se relevante à medida em que apresentou uma maneira de ensinar a capoeira aos alunos das séries iniciais do ensino

fundamental, visto que a capoeira pode se tornar de extrema importância para a criança, pois é o momento que ela está descobrindo o seu corpo e associando-o com a comunicação que é capaz de produzir, podendo assim despertar o seu interesse pela história, ritmo, movimentos ao mesmo tempo em que desenvolve o seu convívio social.

Em especial, essa turma foi escolhida devido ao fato de ser uma turma de crianças bem dispostas a aprender novos conteúdos, não viam barreiras ao enfrentar os desafios propostos nas aulas, estavam sempre abertos a novas aprendizagens, não dificultando o meu ensino. Eram crianças alegres, gostavam de cantar e interpretar. A união dessa turma era impressionante. Não havia comparações uns com os outros e eles não ficavam se diferenciando durante as aulas. Os pais eram bem presentes e davam o apoio que precisássemos. Havia quatro meninas que estavam sempre juntinhas e se disponibilizavam completamente a fazerem o que pudessem de melhor durante as aulas, o que me motivou ainda mais por escolher essa turma, já que capoeira demanda certa energia e alto astral para ser desenvolvida. Fiquei com certa preocupação em relação aos alunos mais indisciplinados, mas me surpreendi, pois não se dispersaram durante o processo de ensino- aprendizagem.

Além disso, a faixa etária das crianças foi determinada pelo fato de que com a idade entre 7 e 8 anos, a maioria delas deve estar apta a combinar e aplicar habilidades motoras fundamentais ao desempenho de habilidades especializadas no esporte e em ambientes recreacionais (SOARES; ALMEIDA, 2006), o que facilita a aprendizagem dos movimentos. E, visando uma maior aprendizagem futura, além desse plano de ação, considere também que por permanecerem na escola por pelo menos mais três anos, ou seja, até o quinto ano essa aprendizagem poderia ser aperfeiçoada mais profundamente pelos alunos, visto que se torna mais fácil o processo de continuação dessa aprendizagem, garantindo a eles essa prática.

## **2. DESENVOLVIMENTO**

É de grande relevância que os alunos das séries iniciais do ensino fundamental aprendam a capoeira, pois desta forma poderão desenvolver os seus aspectos biopsicossociais e aumentar suas capacidades físicas, motoras e cognitivas. Sendo assim, foi utilizado como instrumento de trabalho a capoeira regional, criada pelo Mestre Bimba, quem desenvolveu e ampliou a capoeira no Brasil.

Tornou-se pertinente analisar outros estudos que tivessem o objetivo de contribuir com os profissionais de educação física. Segundo uma revisão bibliográfica, constatou-se que a capoeira regional foi responsável por uma grande mudança no universo do "Capoeiragem", que resultou na sua esportivização, expansão e também a lançou como uma relevante ferramenta educacional (AGOSTINHO, 2007).

Desta forma, cabe discutir primeiramente alguns aspectos relacionados à história da capoeira, a qual está intimamente ligada com os negros no Brasil, quando ela surgiu, por que e com quais finalidades os escravos começaram a praticar essa luta, considerando que no começo a capoeira era uma luta onde os negros usavam para se defender dos maus tratos sofridos.

### **2.1.Revisão de literatura**

### **2.2. Breve histórico sobre a capoeira**

Quanto a origem da palavra, sabe-se que capoeira vem do tupi-guarani (caá+ puéra) e significa mato ralo ou mato que foi cortado (AGOSTINHO, 2007) e os capoeiristas são assim chamados porque carregavam nas cabeças cestos que se chamavam capoeiras (PENTEADO JUNIOR, 2002).

Sobre sua história sabe-se que a capoeira está presente em todo Brasil, entretanto, há uma grande dificuldade em encontrar documentos a respeito de suas raízes (FONTOURA; GUIMARÃES, 2002). Tal dificuldade também é apontada por outros autores que citam ter uma quantidade razoável de livros que tratam da capoeira em seus diferentes aspectos como luta, dança, jogo, desporto, arte, cultura (AGOSTINHO, 2007).

Há, também, uma grande polêmica que gira em torno da questão se a capoeira é africana ou brasileira. Os mestres Bimba, Manuel dos Reis Machado (1900 – 1974) e Pastinha, Vicente Ferreira Pastinha (1899 – 1981) discordavam neste aspecto. Mestre Bimba defendia que embora a capoeira tenha sido trazida por negros africanos ela é brasileira já que foi jogada, aprendida no Brasil e aperfeiçoada pelos escravos de acordo com suas

necessidades e sua cultura (AGOSTINHO, 2007). Enquanto Mestre Pastinha defendia que a capoeira é de origem africana. A maioria dos autores que investiram nos estudos sobre a capoeira, alega que esta prática é oriunda do território brasileiro. O princípio seguido por esses autores é o da dinamicidade da cultura, ou seja, de que a cultura é dinâmica, o que significa que a capoeira foi originada no Brasil através de vários elementos culturais trazidos pelos negros africanos aqui escravizados em contato com outros valores culturais já existentes na América (PENTEADO JUNIOR, 2002).

Sem documentos oficiais que comprovem a real situação vivida pelos negros e sobre a capoeira, é provável que muito foi esquecido ou modificado pelos homens até o que conhecemos hoje. Contudo, a capoeira continua presente na nossa cultura, juntamente com seus elementos de ginga, canto e música, enfim com toda essa expressão corporal.

### **2.3. A capoeira e os negros escravos**

Nascida na escravidão, a capoeira era utilizada pelos escravos como estratégia de defesa contra os maus tratos sofridos pelos senhores de engenho. A capoeira (luta) e outras expressões culturais eram proibidas, mas os escravos a praticavam em forma de dança, tentando assim enganar seus senhores. Com o uso do berimbau, havia um toque diversificado para avisarem que o feitor estava por perto, assim tinham tempo para fingirem que estavam apenas dançando, quando na verdade estavam treinando. Eram avisados pelo toque chamado de cavalaria. Daí a capoeira (dança), pois eram dançando a capoeira que os escravos disfarçavam essa prática, tornando-se uma clara manifestação do modo de vida dos negros no Brasil. Porém os feitores e senhores começaram a perceber que a capoeira poderia ser até fatal, e proibiram definitivamente essa manifestação entre os escravos, com pena de serem chicoteados duramente (FONTOURA; GUIMARÃES, 2002).

Os negros fujões iam para as matas e formavam os quilombos onde se escondiam para conseguirem a liberdade. E quando o capitão do mato e feitores descobriam os quilombos, estes eram destruídos para que os escravos não pudessem mais se refugiar ali. O quilombo mais importante foi o Quilombo dos Palmares, surgido em 1547 e que durou até 1694. Em 1888 foi abolida a escravidão, mas mesmo assim os negros eram perseguidos pela polícia e mal vistos pela sociedade.

A Capoeira floresceu dessa forma, porém ficou associada à marginalidade, já que foi sendo utilizada como arma, e envolvida em bagunças, se tornando uma questão política, pois era proibida, e eram presos e deportados quem a praticasse. Em 1932, com interesse político, Getúlio Vargas libera essa manifestação popular, e a partir dessa data a capoeira poderia ser

praticada livremente, em apresentações e ensinadas em alguns lugares pré- definidos. Foi assim transformando-se em esporte (AGOSTINHO, 2007).

#### **2.4. A esportivização da capoeira**

Esforçando-se em provar que a capoeira não é de marginal, Bimba destrói a tradição passada associada a malandros e vadios, criticando as atitudes desses grupos e desenvolvendo a capoeira em grupos de melhor *status* na sociedade (PENTEADO JUNIOR, 2010). Surgiram, então, as academias lideradas pelos Mestres Bimba (Manoel dos Reis Machado) com a capoeira Regional, e Pastinha (Vicente Ferreira) com a capoeira Angola.

Com importantes valorizações dessa prática, após vários anos, em 23 de Outubro 1992, a Confederação Brasileira de Capoeira foi reconhecida pelo Comitê Olímpico Brasileiro, e filia-se à recém-criada Federação Internacional de Capoeira.

Atualmente a capoeira considerada como um esporte pode ser um treino para a disputa de futuros campeonatos, como pode ser desenvolvida como objetivo de aprimorar as habilidades físicas de quem a pratica, juntamente com a integração social que ela oferece. A Capoeira é um esporte praticado em dupla, que ao som da orquestra musical formada geralmente por pandeiros, berimbau e atabaque, toma uma característica de dança. Com golpes de ataque e defesa onde os “capoeiristas” tomam o extremo cuidado para não se atingirem.

#### **2.5. A capoeira nas escolas**

Tendo em vista a Lei 10.639 de 09/01/2003 a qual rege que o conteúdo programático nas escolas deverá incluir o estudo de história da África e dos africanos, a luta dos negros no Brasil, a cultura negra brasileira e o negro na formação da sociedade nacional, resgatando a contribuição do povo negro nas áreas social, econômica e política pertinentes à História do Brasil sabe-se que através da capoeira, a educação física poderá contribuir grandemente para que tal lei seja cumprida nas escolas.

Considerada um patrimônio histórico nacional pelo Instituto do Patrimônio Histórico e Artístico Nacional (IPHAN) e conhecimento pertinente ao CBC de Educação Física, a capoeira deve ser trabalhada nas aulas de educação física, não importando a que categoria se relaciona, se com jogos, lutas, arte, cultura e nem a que nome se é referida - capoeira, brinquedo, vadiação, ou arte de disciplinar (PENTEADO JUNIOR, 2002). O que se torna importante é que ela seja vivenciada pelos alunos e explorada pelos professores através de uma comunicação corporal, a fim de criar no aluno o desenvolvimento dimensional, não

apenas com a finalidade de ensinar a capoeira, mas também se explorar aspectos culturais e sociais relacionados ao tema.

O envolvimento contínuo dessa cultura corporal aprimora na criança as habilidades e capacidades através de uma prática de exercícios que vão levando o aluno à descoberta do próprio corpo, vão descobrindo que existe ali uma comunicação com o seu corpo, despertando neles interesses pelas músicas, história, enfim, o processo social por qual passou e passa essa prática.

## **2.6. A capoeira e as práticas pedagógicas**

Os professores de educação física podem trabalhar a totalidade do aluno, pois têm condições de aplicar a teoria à prática, isto é, unir a história dos negros e da capoeira com a prática de seus movimentos. Contudo, este se torna um desafio considerável levando-se em conta a indisposição de uma boa parcela de educadores físicos, os quais têm demonstrado maior preocupação com a prática efetivamente, e certo descaso com as reflexões teóricas (BONFIM, 2010). Fato que desvalorizaria o ensino da capoeira já que é viável que se trabalhe a sua história paralelamente com a prática.

Ao ensinar a capoeira, os docentes devem proporcionar aos alunos a oportunidade de trabalhar sua identidade cultural, dando-lhes a garantia de vivenciar uma aprendizagem valiosa e significativa, onde o corpo fala. Devem ensinar aos alunos que foi jogando, lutando e dançando a capoeira que as classes oprimidas se livraram das injustiças sociais que as perseguiam.

Partindo do ponto de vista que para se trabalhar a capoeira, assim como outro conteúdo com crianças, há que se ter uma pedagogia e didática de ensino mais apropriados e adaptados, salientando muitas vezes a empatia. Pode-se usar o método expositivo, o qual é um método bastante utilizado nas escolas – expor verbalmente, explicando de modo sistematizado, e demonstrar, representando fenômenos e processos que ocorrem na realidade.

## **2.7. Curiosidades sobre a capoeira**

Interessante pode ser começando a falar sobre os elementos rítmicos que apresenta a capoeira, sendo que o principal é o berimbau. O berimbau é um instrumento feito de madeira de biriba, arame de aço e cabaça seca. Devido à perseguição sofrida pelos capoeiristas, Mestre Bimba pagava às polícias para que o deixassem tocar um pouco o seu berimbau, instrumento que, segundo Bimba, deve ser segurado na mão esquerda juntamente com uma moeda que, ao tocar ou não na corda de aço, permite obter som de duas notas musicais. Pastinha acrescentou que a mão direita deve segurar a vareta com os dedos polegar, indicador e médio, restando os

dedos mínimo e anelar para manter fixo o caxixi, uma cestinha de palha fechada com sementes dentro e, que, geralmente é segurado na mão que se toca o berimbau (FONTOURA; GUIMARÃES, 2002).

Sobre a técnica de tocar o instrumento, deve-se afastá-lo ou aproximá-lo do corpo, e pressionando com mais ou menos força a moeda, conseguem-se algumas variações nas duas notas básicas (FONTOURA; GUIMARÃES, 2002).

Quanto ao significado da capoeira ser praticada em forma de roda, há estudos que dizem ser um símbolo de igualdade, onde quem está ali na roda está igualado uns com os outros não importando sua cor ou classe social.

E quanto à relação da roda com a religião, sabe-se que entrar na roda de capoeira significa dar a volta ao mundo ou sair pelo mundo afora. Porém, a roda de capoeira é outro mundo diferente, particular, simultaneamente profano e sagrado, onde ninguém entra nem sai sem antes se benzer (pedir licença) ao pé do berimbau. E no fim do ritual, canta-se uma música de despedida, quando os capoeiristas, desejam-se uma boa viagem, em sua volta ao mundo dos homens (PENTEADO JUNIOR, 2002).

### 3. ESTRUTURAÇÃO DO PLANO DE AÇÃO

Pensando em como trabalhar, ensinar capoeira, não só a sua prática como também o seu conteúdo histórico para crianças de 7 e 8 anos nas séries iniciais do ensino fundamental, elaborei um plano de ação. Partindo primeiramente da reflexão que de nada adiantaria ensinar para os alunos apenas os movimentos de capoeira, o ritmo de suas palmas e a formação de uma roda, pensava em ensinar e proporcionar a eles uma vivência de experiências que deveriam fazer a diferença na vida deles. Um planejamento me deu um suporte, uma base em que consegui assegurar a organização e preparação das minhas aulas, e a coerência do meu trabalho.

Visto que as crianças não gostam de ir para as aulas de educação física e ficarem 50 minutos sentadas e “não fazerem nada”, como despertar nos alunos a vontade de aprender coisas novas de maneira diferente, que não seja correndo ou “jogando bola”, o que naturalmente é esperado pelos alunos das aulas de educação física? Planejando e pensando no perfil da turma, nos objetivos, na metodologia a ser aplicada e até na avaliação do ensino aprendizagem.

É responsabilidade nossa, professores de educação física, seguirmos os nossos objetivos de aula, planejando. E não, repassando uma sequência de atividades sem objetivos propostos. Assim os alunos vão perceber e aprender que educação física não é uma mera atividade, e sim que é uma aula onde há muitos conteúdos e saberes históricos e práticos oferecidos a eles, estes que desenvolvidos de maneira planejada terão ótimos resultados no processo ensino- aprendizagem, garantido a nós docentes, e aos discentes um trabalho mais significativo e transformador.

É de grande importância falar sobre a história da capoeira, como surgiu, quais as influências que a fizeram se desenvolver como tal, como foi se transformando na rua, nas academias, e, por fim, na escola, toda a musicalidade que faz parte dessa prática. Enfim como foi conquistando espaço. Entender por que a capoeira não é tão trabalhada como conteúdo na escola, mesmo sabendo de todos os benefícios que pode trazer ao aluno, em relação aos aspectos socioculturais, à saúde, ao desenvolvimento motor e às capacidades e desenvolvimento das habilidades.

Como dito anteriormente, com o objetivo de ensinar capoeira para crianças de 7 e 8 anos das séries iniciais do ensino fundamental, elaborei um plano de ação. Para tal, contei com a participação de 28 alunos regularmente matriculados no segundo ano do ensino fundamental de uma escola municipal da cidade de Congonhas, Minas Gerais, Brasil. A

metodologia de ensino foi embasada em 10 aulas teóricas e práticas, através de jogos e brincadeiras voltados para o ensino da capoeira.

Estruturei as minhas aulas de maneira em que os alunos entendessem primeiramente a história da capoeira e conseguissem relacioná-la ao modo de vida dos negros e escravos no Brasil. Pensei, porém, em aulas dinâmicas, e, através de jogos e brincadeiras, contextualizando e oferecendo a eles experiências sobre o assunto. Quanto a prática de movimentos, decidi executar com eles os considerados básicos na capoeira, sempre ao som das músicas de capoeira para que eles fossem vivenciando o seu ritmo.

Os materiais aos quais eles tiveram acesso foram os pandeiros, berimbau, cd com músicas de angola e regional e vídeos, pois achei mais adequado para eles manusearem; considerei a minha própria experiência, lembrando perfeitamente quais foram os primeiros movimentos que aprendi em meus treinos de capoeira. Pois bem, as aulas de educação física não são aulas puramente de capoeira, mesmo que o objetivo seja ensinar a capoeira, por isso achei pertinente convidar um profissional habilitado em capoeira, no caso um instrutor, para que a turma tivesse a experiência de ter uma aula exclusiva de capoeira. Foi extremamente interessante, pois se entusiasmaram com a aula, os instrumentos, as músicas, enfim com a energia que tem uma aula, uma roda de capoeira. Puderam assim se sentir produzindo algo, já que achei melhor deixar esta aula para o final do processo, justamente para que já pudessem participar mais efetivamente da aula, usando as experiências das práticas já desenvolvidas durante as aulas anteriores. Preocupe-me com o fato de que seria importante os alunos desenvolverem as atividades com alegria, sempre os motivando a exporem a sua criatividade através do lúdico.

## 4. O PLANO DE AÇÃO

### ➤ Aula I

No primeiro dia de aula, cujo objetivo foi identificar o grau de conhecimento dos alunos sobre o conteúdo capoeira, realizei uma breve discussão acerca do tema e apresentei o principal instrumento da capoeira, o berimbau. Observei que embora os alunos desconhecessem o nome do instrumento, eles souberam associá-lo à capoeira. Após discutirmos alguns conceitos, iniciei uma pequena conversa através das seguintes perguntas: o que é capoeira? Quem criou a capoeira? Em qual país se originou a capoeira? Dentre os 28 (100%) alunos, 05 (14%) responderam que capoeira é luta e esporte onde ninguém machuca ninguém, ou seja, demonstraram a visão central do que é um jogo de capoeira. Apenas 1 (2,8%) relacionou a capoeira com os escravos. Em seguida, solicitei aos alunos que fizessem um desenho sobre o que eles entendiam da capoeira e colei em um mural dentro de sala, com o intuito de verificar a imagem que eles tinham sobre capoeira. Percebi que associavam-na com luta e músicas.

### ➤ Aula II

Na segunda aula realizada objetivei introduzir a história da capoeira falando sobre o modo de vida dos escravos, sobre o capitão do mato, despertando nos alunos a percepção da importância da capoeira para os escravos. Também ensinei alguns movimentos da capoeira, o cocorinha, onde o aluno se abaixa em sinal de defesa, e a meia lua onde o aluno eleva a perna em movimento circular em uma altura baixa. Para tal, desenvolvi dois piques. Um deles, chamado pique capitão do mato, onde há um capitão do mato e os demais são os escravos, que devem fugir do capitão para não serem pegos, e caso forem pegos, são presos. O outro pique, chamado pique capoeira, o qual quem for pego fica agachado na posição de “cocorinha”, e para voltar a correr um colega deve passar a “meia lua”. Considerando que as crianças normalmente se dispersam em aulas teóricas, esperava que a maioria se dispersasse dificultando assim essa parte da aula, mas pude notar que apenas 3 (8,4%) alunos resistiram em ouvir a história, já que durante as aulas de educação física eles esperam movimento com o corpo, brincadeiras. Com a intenção de prender a atenção desses alunos que se mostraram dispersos melhorei a dinâmica nas próximas aulas. Observei que os alunos tiveram facilidade para executar os movimentos e também que eles relacionaram a teoria apresentada com a prática desenvolvida. Um exemplo pode ser visto na figura 1, já que um dos alunos imaginou

que a lata de lixo fosse um quilombo, local onde os escravos se escondiam do capitão do mato.



**Figura 1.**

Aluno de uma escola municipal da cidade de Congonhas, Minas Gerais, Brasil, associando a teoria com a prática, visto que se escondeu atrás da lixeira imaginando ser um quilombo (local usado como refúgio pelos escravos).

### ➤ **Aula III**

Com o objetivo de fixar os movimentos desenvolvidos na última aula dada (cocorinha e meia-lua) e ensinar a ginga da capoeira e a queixada, introduzindo a música de capoeira, ministrei a terceira aula, desenhando um triângulo no chão para que os alunos associassem o movimento da ginga acompanhado da música, formei uma roda onde os alunos executassem, em dupla, os movimentos já aprendidos. Fui introduzido o ritmo das palmas, para que houvesse a associação com o ritmo da música. Percebi uma falha ao ter utilizado o triângulo desenhado no chão, já que os alunos ficaram limitados àquele espaço. Os alunos mostraram-se bastante ansiosos para aprenderem outros movimentos além dos que já haviam sido ensinados e comentaram que viram algumas reportagens sobre a capoeira, trouxeram fotos, enfim fizeram uma pequena pesquisa espontaneamente, o que demonstrou um interesse por parte deles em aprender, fazendo-me perceber que estavam realmente interessados e levando a sério essa aprendizagem, tornando assim mais gratificante este plano de ação.

### ➤ **Aula IV**

Na quarta aula, cujo objetivo foi ensinar movimentos de rolê (girar com as mãos no chão, voltando para a mesma posição) e AU (estrela da ginástica), estruturei os alunos em filas para que, de dois em dois, executassem os novos movimentos, olhando um para o outro.

Logo em seguida, relembramos todos os movimentos até então ensinados e finalizei a aula com uma roda e com palmas. Usei essa metodologia, já que ambos os movimentos são executados com a cabeça para baixo, e, olhando um para o outro não perderiam a noção do espaço em que estavam ocupando. Observei que os meninos tiveram mais facilidade para desenvolver os movimentos do que as meninas, o que pode estar associado ao fato de terem que sustentar o corpo com as mãos. Todos os alunos se interessaram em aprender os movimentos e a disciplina melhorou muito durante as rodas de discussão devido à vontade de aprender.

#### ➤ **Aula V**

A quinta aula foi um vídeo demonstrando os movimentos e seus respectivos nomes, rodas de capoeira e danças afros. Os alunos ficaram curiosos em aprender os vários nomes que trazem os movimentos da capoeira. Houve perguntas sobre alguns nomes. Observaram que muitos trazem nomes relacionados a animais. Confesso que tive um pouco de receio ao expor este vídeo para eles, pois temi que ficassem se golpeando fora das aulas e sem instruções, mas felizmente isso não ocorreu, devido à seriedade e maturidade com que estavam tratando desse assunto capoeira, o que mais uma vez me surpreendeu.

#### ➤ **Aula VI**

Durante a sexta aula, executamos os movimentos básicos da capoeira através de uma brincadeira em círculo utilizando uma caixinha contendo papéis com os nomes dos movimentos já desenvolvidos, e papéis em branco onde o aluno poderia escolher o movimento, falando seu respectivo nome; e um pandeiro para que quem estivesse com ele o tocasse e quem não estivesse batesse palmas. A brincadeira consistia em ouvirem uma música e passar a caixinha de mão em mão. A pessoa que estivesse com a caixinha nas mãos no momento em que a música parasse deveria pegar um papel e executar o movimento escrito. Os alunos estavam ansiosos para aprenderem novos movimentos e tiveram facilidade para tocar o pandeiro, visto que o ritmo da capoeira é fácil. A disciplina manteve-se boa durante toda a aula. Embora estivesse consciente de que os alunos ficariam ansiosos percebi que tal ansiedade atrapalhou um pouco, já que queriam aprender movimentos novos. Entretanto, expliquei a eles que o processo é gradual e que somente quando fizessem bem os movimentos aprenderiam outros mais complexos.

## ➤ **Aula VII**

Na sétima aula contei com a colaboração da professora regente dos alunos. Ela trabalhou, em sala de aula, algumas músicas utilizadas nas rodas de capoeira com eles a fim de fixarem as letras. Foi muito válido, já que quando precisassem cantar nas aulas eles já saberiam a letra.

Visando o desenvolvimento dos movimentos ensinados e uma revisão das músicas aprendidas na aula anterior, realizei na sétima aula uma dinâmica de aquecimento usando os movimentos. Batalha do aquecimento: trotando de um lado para o outro na quadra canta-se o refrão: “Essa é a batalha do aquecimento, vamos fazer esse movimento”. O professor escolhe o movimento, no caso de capoeira e os alunos executam, volta-se para o outro lado da quadra e faz-se o mesmo. Após o aquecimento, em círculo, e com a música, passa-se a caixinha com os papéis e os nomes dos movimentos enquanto cantam a música, que quando interrompida, o aluno que estiver com a caixinha deve continuar a cantá-la e, se não o fizer tira um papel e executa o movimento escrito no mesmo. Posteriormente, conforme apresentado nas figuras abaixo, em duplas, executaram, novamente, os movimentos aprendidos.



**Figuras 2 e 3.**

Alunos de uma escola municipal da cidade de Congonhas, Minas Gerais, Brasil, executando, em duplas, movimentos de capoeira.

## ➤ **Aula VIII**

Na oitava aula, convidei um professor de capoeira para que os alunos tivessem a oportunidade de experimentar uma aula de capoeira, e foi muito satisfatório para as crianças. A aula foi expositiva e o professor ensinou alguns movimentos, até então já aprendidos antes comigo durante as aulas anteriores. Depois houve uma roda na qual o professor ensinou algumas músicas e eles respondiam o coro. Observei como fluiu mais facilmente a aprendizagem dos alunos. O que achei mais interessante foi que nos movimentos de rolê e AU, a grande maioria conseguiu fazer naturalmente, apenas observando, foi como eles já

soubessem bem os movimentos e estavam apenas repetindo. Durante a roda, eles jogaram o jogo da capoeira de dois em dois, executando todos os movimentos já aprendidos. Fato interessante que observei também é que durante a execução de movimentos, um espera que o outro se defenda primeiro para depois executar o movimento, preocupando-se assim em não machucar o colega.



**Figuras 4 e 5.**

Alunos de uma escola municipal da cidade de Congonhas, Minas Gerais, Brasil, executando movimentos utilizados em uma roda de capoeira.

#### ➤ **Aula IX**

Na nona aula, os alunos já chegaram na quadra jogando e cantando as músicas aprendidas, enfim bem animados com a aula anterior, se sentindo verdadeiros capoeiristas. Mas essa aula não foi a prática de movimentos, propus aos alunos que fizéssemos um grande cartaz mostrando o que é capoeira, conforme figura 6. Ao avaliar os desenhos, observei que os alunos demonstraram que não fixaram como os capoeiristas se vestem, falha esta que cometi, deixando de mostrar a eles as roupas e explicar sobre seu significado, porque se vestiam de branco, enfim, falha que pode ser reparada nas próximas vezes que se for trabalhar capoeira.



**Figura 6.**

Compreensão da capoeira. Desenho realizado por um aluno de uma escola municipal da cidade de Congonhas, Minas Gerais, Brasil.

➤ **Aula X**

Por fim, na décima e última aula, os alunos fizeram uma apresentação de roda de capoeira para as trezentas e cinquenta crianças e funcionários da escola, onde primeiramente dois dos vinte e oito alunos contaram a história da capoeira, abordando sua origem, ensinaram o ritmo das palmas, cantaram algumas músicas, e por último começaram o jogo juntamente com os outros vinte e seis alunos. Houve uma participação maciça da plateia, visto que todos se envolveram, ajudando nas palmas e no coro. Foi uma apresentação maravilhosa, me senti muito feliz ao ver a facilidade, segurança e prazer com que as crianças se apresentaram. Ao término da apresentação houve grande interesse e procura por parte de quem assistiu, mostraram-se curiosos e com anseio de também aprender o que os colegas aprenderam. Registrei através de vídeo esta apresentação com o intuito de posteriormente ser mostrado aos alunos, o que infelizmente não pôde se realizar devido à falta de tempo. Fiquei muito satisfeita e realizada com o meu trabalho, ao ver que se deu da forma esperada.



**Figuras 7 e 8.**

Alunos de uma escola municipal da cidade de Congonhas, Minas Gerais, Brasil, fazendo uma apresentação de roda de capoeira para as demais crianças e funcionários da escola.



**Figura 9.**

Alunos de uma escola municipal da cidade de Congonhas, Minas Gerais, Brasil, fazendo uma apresentação de roda de capoeira para as demais crianças e funcionários da escola.

## 5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Durante a implementação do plano de ação pude aprender muito e foi de grande valia para minha vida pessoal e profissional. Como professora de educação física, comecei a valorizar esta forma sistematizada de se trabalhar e percebi que o ensino-aprendizagem flui com mais naturalidade e facilidade, o que me ajudou para os planos de aula futuros. Percebi que ensinar capoeira se torna muito mais fácil quando se tem um tempo maior para executar várias aulas diferenciadas, mesclando teoria e prática.

Foi muito gratificante ver os alunos apresentarem o tema aos demais alunos da escola com segurança e expondo de maneira correta o que foi desenvolvido. O corpo docente e a direção da escola mostraram-se entusiasmados e até surpresos com o resultado desse plano de ação ao verem a finalização deste, o que deu a entender que eles não esperavam que as aulas de educação física fossem capazes de se mostrar tão produtivas. Diante disso, aprendi que posso valorizar mais as minhas aulas de maneira mais efetiva.

Ao elaborar e executar este plano de ação observei que os alunos da faixa etária entre 7 e 8 anos têm uma grande disposição em aprender capoeira, já que a grande maioria se interessou, participando efetivamente. Considerando que são crianças ansiosas por estarem em constante movimento, percebi que as aulas devem ter o máximo de dinamismo possível para que estas não se dispersem e percam o interesse, não deixando, contudo, de abordar seu contexto histórico em relação à capoeira. Cabe ao professor, portanto, escolher a maneira que deverá desenvolver a capoeira com seus alunos, se com jogos, brincadeiras e/ou outras formas.

Este plano de ação englobou o básico que o aluno dessa faixa etária precisa saber sobre a capoeira, tanto sobre informações históricas e sociais quanto a vivência de sua prática. Ao ensinar a capoeira, cabe ao professor que optar por fazer uso deste plano de ação fazer as adequações de acordo com a realidade do seu trabalho, espaço escolar e alunos. Desde já, sugiro que se deve abordar a questão das roupas usadas pelos capoeiristas, o que deixei a desejar.

Enfim, espero que seja de grande valia para outros professores de educação física que tenham o interesse em trabalhar a capoeira, lembrando esse patrimônio histórico nacional que engloba grande parte da cultura afro-brasileira e que deve ser trabalhado nas escolas.

## 6. REFERÊNCIAS

AGOSTINHO, J. L. **A História da Capoeira Regional – Uma análise bibliográfica.** Monografia. Universidade Estadual Paulista (UNESP), 2007.

BRASIL. Ministério da Educação. Conselho Nacional de Educação. **Diretrizes curriculares para o ensino fundamental.** 1998.

BONFIM, G. C. S. A prática da capoeira na educação física e sua contribuição para a aplicação da lei 10.639 no ambiente escolar: a capoeira como meio de inclusão social e da cidadania. **Anais do III Congresso Nordeste de Ciências do Esporte**, 2010.

BRASIL. **Conteúdos Básicos Comuns.** Secretária de Ensino do Estado de Minas Gerais. 2012.

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

\_\_\_\_\_ Lei Federal nº. 10.639, de 9/01/2003. Estabelece a obrigatoriedade do ensino da História e Cultura Afro-brasileira no currículo da Rede de Ensino no Brasil. Brasília: Gráfica do senado, 2003. Regionais de Educação Física. **Diário Oficial da União**, Brasília, DF, set. 1998.

MONTEIRO, D. J. et al. A abordagem da capoeira como conteúdo pedagógico das aulas de Educação Física escolar. **Rev Digital Lecturas Educación Física y Deportes.** v.16, n.163. Buenos Aires, 2011.

NATIVIDADE, L. A atuação do profissional de educação física em relação às lutas no ambiente escolar. Ênfase na capoeira. **Rev Digital Lecturas Educación Física y Deportes.** V.10, n.90. Buenos Aires, 2005.

PENTEADO JUNIOR, W. R. A Arte de disciplinar: jogando capoeira em projetos sócioeducacionais [Monografia] **Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP)** 2002.

\_\_\_\_\_. Secretaria de Educação Fundamental. Parâmetros Curriculares Nacionais: Educação Física. Brasília, MEC/SEF, 1998.

SOARES, A. S.; ALMEIDA, M. C. R. Nível maturacional dos padrões motores básicos do chutar e Impulsão vertical em crianças de 7/8 anos. **Rev Digital de Educação Física Movimentum**. v. 1. Ipatinga, 2006.

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