



**GOVERNO DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO  
MUNICÍPIO DE SANTO ANTÔNIO DE PÁDUA  
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**



Aluno: \_\_\_\_\_  
ESCOLA MUNICIPAL DEPUTADO ARMINDO MARCÍLIO DOUTEL DE ANDRADE  
Data: \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_\_ Ano de Escolaridade: Fase  VI/ VII/ VIII/ IX  
Professor (a): **Mauro Ferreira Cunha** Disciplina: **Educação Física**

## **Semana 19: de 29 de novembro a 03 de dezembro de 2021**

### **Conteúdo (s) desenvolvido (s): RECONHECIMENTO NA HISTÓRIA AFRO-BRASILEIRA DA IMPORTÂNCIA DOS ELEMENTOS DA CAPOEIRA**



A capoeira, considerada hoje como uma das principais manifestações da arte e da cultura afro-brasileiras, em sua origem, era utilizada como forma de defesa na fuga do cativo por negros escravizados, ideia reforçada na fala do grande Mestre Pastinha “a capoeira é a luta de libertação do negro escravo em ânsia de liberdade”.

A capoeira nasce no Brasil a partir de contribuições de diferentes elementos culturais trazidos da África,

incluindo o ritual africano nomeado Ngolo<sup>1</sup>. Aqui a capoeira foi ganhando forma, estilos e se tornando mais complexa. O Brasil é o berço da Capoeira que hoje está presente em aproximadamente 166 países.

Através da capoeira, têm sido experimentadas formas integradoras para lidar com a diversidade etária, étnico-racial, de crença, de gênero, linguística ou de origem. Inclusive um crescente número de pessoas com deficiência tem aderido à capoeira angola, aumentando o contingente de praticantes da modalidade.

A Capoeira conquistou o reconhecimento do Instituto Brasileiro do Patrimônio Histórico e Artístico Nacional (IPHAN) em 2008, considerada como Patrimônio Imaterial Nacional. E conquistou também, em 25 de novembro de 2014, o reconhecimento internacional ao receber o título de Patrimônio Cultural da Humanidade pela Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultural (UNESCO).

#### ➤ Características da Capoeira

- Acompanhamento de música: berimbau, canto e palmas;
- Formação em roda: roda de capoeira;
- Graduação do capoeirista feita por cordas de cores diferentes atadas na cintura.

Uma característica que distingue a capoeira de outras lutas é o fato de a mesma ser acompanhada por música.

É a música que decide o ritmo e o estilo do jogo, que é praticado no decorrer da roda de capoeira, um círculo de pessoas onde a capoeira é jogada.

Assim, os capoeiristas se alinham na roda de capoeira batendo palmas no ritmo do berimbau enquanto cantam para os dois praticantes jogarem.

O berimbau é um instrumento musical de corda feito de madeira, bambu, arame e uma cabaça.

O jogo pode terminar ao comando do capoeirista no berimbau (normalmente um capoeirista mais experiente), ou com o início de um novo combate entre uma nova dupla.

A música, por sua vez, é composta de instrumentos e canções, onde o ritmo varia de acordo com o 'toque de capoeira', que varia de lento (Angola) ao bastante acelerado.

Nos grupos de capoeira regional ou de capoeira angola, a graduação é simulada pelas cores de cordas atados na cintura do jogador.

#### ➤ Tipos de Capoeira

Os dois principais tipos de capoeira são Angola e Regional.

- Capoeira Angola A Angola é o estilo original praticado pelos escravos. Essa maneira de jogar capoeira é caracterizada por ser mais lenta, composta de movimentos furtivos e executados de modo rasteiro.

O componente básico desse estilo é a malícia. Essa “malandragem” consiste em simular movimentos que sirvam de engodo ao oponente em combate.

- Capoeira Regional A capoeira Regional é o estilo contemporâneo de capoeira. Ela possui atributos de outras artes marciais em sua prática.

Esse estilo foi criado pelo Mestre Bimba e difundiu-se rapidamente pelo mundo. Isso contribuiu para melhorar a imagem do capoeirista ao mesmo tempo em que favoreceu o aumento de seus adeptos.

#### ➤ Golpes de Capoeira

A capoeira é caracterizada por golpes e movimentos ágeis e intrincados. Utiliza principalmente de movimentos feitos junto ao chão ou de cabeça para baixo.

#### ➤ Os golpes mais comuns são:

- Chutes, rasteiras, cabeçadas, joelhadas, cotoveladas e acrobacias em solo ou aéreas.

Portanto, a capoeira é uma luta de defesa e ataque em que os oponentes utilizam, sobretudo, os pés e a cabeça.

<https://seceducao.padua.rj.gov.br/2021/10/07/semana-35-de-18-a-22-de-outubro-de-2021-21/>

### Atividade

1 - Cite 4 tipos de golpe na capoeira:

2 - Quais são os dois principais tipos de Capoeira?

3 - Em que data a Capoeira ganhou o reconhecimento internacional ao receber o título de Patrimônio Cultural da Humanidade pela Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultural (UNESCO).

4 - Assinale a alternativa CORRETA:

( ) O berimbau é um instrumento musical de corda feito de granito, bambu, barbante e uma cabaça.

( ) A Angola é o estilo original praticado pelos escravos. Essa maneira de jogar capoeira é caracterizada por ser mais rápida, composta de movimentos furtivos e executados de modo rasteiro.

( ) A capoeira Regional é o estilo contemporâneo de capoeira. Ela possui atributos de outras artes marciais em sua prática.