

EMEB AMÉLIO DE PAULA COELHO

PERÍODO DE DISTANCIAMENTO SOCIAL- ENSINO EAD- 2º Bimestre

7º ANO

Professores: Luciano Ap. Ferreira de Castro / Adriana Helena Pelizaro

UNIDADE TEMÁTICA: LUTAS

- **CONTEÚDO:** CAPOEIRA
- **HABILIDADES PRESENTE NESTA UNIDADE TEMÁTICA**

(EF67EF14) Experimentar e fruir, e recriar diferentes lutas do Brasil, valorizando a própria segurança e integridade física, bem como as dos demais.
(EF67EF15) Planejar e utilizar estratégias básicas das lutas do Brasil, respeitando o colega como oponente.
(EF67EF16) Identificar as características (códigos, rituais, elementos técnico-táticos, indumentária, materiais, instalações, instituições) das lutas do Brasil.

- **ORIENTAÇÃO:** Caro aluno (a), nessa segunda parte pedimos que vocês façam uma leitura muito bem feita dos conceitos abaixo, para que reforcem as informações que o conteúdo apresenta. Ao final você deverá realizar o que estiver proposto.

Bons Ventos!

CAPOEIRA- Segunda parte

❖ **Principais Golpes da Capoeira**

- **Armada:** chute realizado com a parte externa do pé, no qual o corpo dá um giro de 360 graus por trás.
- **Aú:** popularmente conhecido como "estrela", é um movimento utilizado para esquivar-se contra golpes de rasteira.
- **Meia-lua:** chute com a canela, no qual o corpo dá um giro de 360 graus por trás.
- **Benção:** é um chute realizado de frente no qual o capoeirista atinge o rival com a sola do pé.
- **Cabecada:** como o próprio nome induz, é um golpe executado com a cabeça contra o oponente de forma que o desequilibre.
- **Ginga:** é considerado um dos principais movimentos da capoeira. É um movimento seguido de colocar a mão direita para frente e a perna direita para trás (na diagonal), da mesma forma com o lado esquerdo do corpo. É importante estar em sincronia com o ritmo do berimbau.
- **Negativa:** movimento no qual o capoeirista se esquiva, abaixando até que fique bem próximo do chão, com uma perna estendida e a outra flexionada para desviar do adversário.
- **Rabo de arraia:** o jogador executa uma cambalhota no ar e golpeia o rival com os calcanhares.

- **Rasteira**: um dos golpes mais comuns. É aplicado com o pé como se estivesse “varrendo” a perna de apoio do oponente para provocar o desequilibrá-lo.
- **Tesoura**: envolve o rival com as pernas e movimenta elas em sentidos contrários para que derrube o rival.
- **Vôo do morcego**: o lutador salta e golpeia o adversário com os dois pés.

❖ **As Técnicas na Capoeira**

O capoeirista utiliza todas as partes de seu corpo e pode jogar a capoeira no chão ou por meio de chutes. A capoeira regional conta com seqüência de movimentos, enquanto a angolana não tem um padrão único.



Foto: Getty Images

❖ **A música na Capoeira**

A música também é extremamente importante para ambos tipos de capoeira. É ela quem irá ditar o ritmo da luta e até determinar alguns dos golpes que podem ser dados. Além disso, as músicas são um importante componente cultural, pois contam sobre o passado, sobre importantes mestres de capoeira, entre outros assuntos.

❖ **Uniforme e equipamentos**

A capoeira angolana não possui uniformes. Já a capoeira regional conta com um uniforme que consiste em uma calça branca modelo abada e uma regata branca.

❖ **Gradação**

A capoeira angolana não conta com gradações. Mas a capoeira regional possui uma gradação, porém, variam muito. Pode ser utilizado cordão para premiar as pessoas certificadas e a ordem de cores muda de acordo com cada grupo. Alguns utilizam as cores da bandeira do Brasil;

outros, cores de religiões africanas e até mesmo os elementos da natureza podem ser apropriados para as graduações.

❖ **Instrumentos da Capoeira**

- **Instrumentos da Capoeira de Angola:** Um berimbau gunga, um berimbau médio, um berimbau viola, dois pandeiros, um atabaque, um agogô e um reco-reco.
- **Instrumentos da Capoeira Regional:** Um berimbau gunga, um berimbau médio, um berimbau viola, um pandeiro, um atabaque, um agogô e um reco-reco.



➤ **Agogô**

Instrumento de origem africana, composto de um pequeno arco, uma alça de metal com um cone metálico em cada uma das pontas.

E estes cones são de tamanhos diferentes, portanto produzindo sons diferentes que também são produzidos com o auxílio de um ferrinho que é batido nos cones. Também faz parte da roda de capoeira Angola na Bahia.

Instrumento de percussão de origem africana é formado por duas campânulas de ferro, que são percutidas com uma vareta do mesmo metal, produzindo dois sons, um de cada campânula. O nome é da língua gegenagô. É também usado nos candomblés, baterias de escola de samba, maracatu, conjuntos musicais e grupos folclóricos.



➤ **Atabaque**

O termo atabaque é de origem árabe, sendo aceito por unanimidade pelos arabistas atimalogistas.

O atabaque é um instrumento oriental muito antigo, sendo utilizado como recurso de comunicação e foi mais divulgado no continente Africano. Embora os africanos já conhecessem o atabaque e até tenham trazido da África alguns tipos, quando chegaram ao Brasil já o encontraram vindo por mãos

portuguesas, para ser usado em festas e procissões religiosas em circunstâncias idênticas ao pandeiro e o adufe.

De origem africana, são tambores primários, cobertos com pele de animal distendidos em uma estrutura de madeira com formato de cone vazado na extremidade superior. São utilizados para marcar com as mãos o ritmo da dança.

Segundo Geoffrey Gorer, é a base da música negra: "The base of negro music is the drum, which is very probably a negro invention". Segundo Artur Ramos, os atabaques foram trazidos ao Brasil por negros sudaneses e bantús. O atabaque também é bastante usado no candomblé e nas danças religiosas e populares de origem africana.



➤ **Berimbau**

O Berimbau foi o último instrumento a fazer parte da capoeira, no final do século XIX. Hoje em dia é considerado o símbolo da capoeira por todos. Dizem que a capoeira e o Berimbau formam um casamento, ou seja, um precisa do outro para continuar existindo. O berimbau é um dos instrumentos mais antigos do mundo, originando-se a mais ou menos 15.000 anos antes de Cristo.

No continente Africano é conhecido como Berimbau de Barriga. É considerado o primeiro instrumento de percussão do mundo. Alguns historiadores escrevem que o Berimbau é derivado do arco do caçador, pois foi o som produzido pela corda do arco ao disparar a flecha que causou a invenção do nosso arco musical

Instrumento cordofono, é o principal instrumento da capoeira. Pode até acompanhar sozinho o jogo. É um arco feito de madeira específica, ligado pelas extremidades por um fio de aço. Na ponta inferior do arco está amarrada uma cabaça ou cuia bem seca que funciona como aparelho de ressonância, aplicada contra o ventre nú do tocador.

O arame é percutido com uma vareta de madeira, chamada de vaqueta, que o tocador segura com a mão direita, juntamente com o caxixi, acentuando o ritmo através do chocalhar e modificando a intensidade do som com a aproximação ou afastamento da abertura da cabaça na barriga. A mão esquerda, que segura o arco e a moeda (dobrão) encosta ou se afasta do arame para obter os mais variados sons..



➤ **Pandeiro**

Utilizado na velha Índia e Península Ibérica, na idade média, em festas de bodas, casamentos e outras cerimônias religiosas. Foi introduzido no Brasil também pelos portugueses e utilizado posteriormente em rodas de samba e pelos negros na roda de capoeira, sendo um instrumento de percussão geralmente mais agudo que o atabaque.

É instrumento de percussão, composto de um aro circular de madeira, guarnecido de soalhos e sobre o qual se estica uma pele, de preferência de cabra ou bode. Tange-se batendo o compasso da dança com a mão. Acompanha o canto pela marcação do compasso.



➤ **Reco-Reco**

Reco-reco é um termo genérico dos instrumentos idiófonos que produzem som por atrito. A forma mais comum é constituída de um gomo de bambu ou uma pequena ripa de madeira com talhos transversais. A fricção de um pauzinho sobre os talhos produz um som de raspagem. Também chamado de raspador, caracaxá ou querequexé.



➤ **Caxixi**

É um instrumento em forma de pequena cesta de vime com alça, usado como chocalho pelo tocador de berimbau, que segura a peça com a mão direita, juntamente com a vaqueta, executando o toque e marcando o ritmo.

Dessa maneira encerramos o conteúdo de Capoeira, ressaltando suas diversas características, e promovendo dentro das nossas possibilidades, uma aprendizagem significativa sobre esse tema.

Espera-se que a partir desse material, vocês possam identificar de maneira adequada os referenciais da Capoeira, tenham condições de compreender seus aspectos e dialogar sobre eles.

Que esse conteúdo possa ter colaborado com a visão de mundo e conhecimento daqueles que nunca tiveram acesso à essa modalidade.

❖ SISTEMATIZAÇÃO DA APRENDIZAGEM

Ao compreenderem o universo da capoeira, podemos perceber que ela é uma luta com forte presença do movimento. E esse movimento é capaz pela imensa influência da música, do canto e da ginga, que são elementos indispensáveis para se tornar um bom capoeirista.

❖ PROPOSTA DE ATIVIDADE

- 1- Pesquise e anote em seu caderno uma música utilizada em uma roda de capoeira.
- 2- Anote em seu caderno, quais são os instrumentos utilizados na Capoeira da Angola, e na Capoeira Regional.

Referência

- 1- <https://youtu.be/0YX8Pe9I6YE>. Acesso em 08/05/2020.
- 2- <http://www.capoeirashow.xpg.com.br/instrumentos.html>. Acesso em 11/05/2020.