

## **SEQUÊNCIAS DE ENSINO SOBRE A PRÁTICA EDUCATIVA DA CAPOEIRA**

Este material é um referencial para o ensino-aprendizagem da Capoeira, com objetivo de incentivar a prática educativa da Capoeira a partir da Lei 10.639/2003, no âmbito do Instituto Federal do Triângulo Mineiro. Material esse elaborado a partir das experiências vivenciadas no *Raízes do Brasil Centro Cultural de Capoeira – Uberaba-MG*, espaço cultural no qual eu desenvolvo há mais de 20 anos um trabalho a partir da Capoeira e de outras manifestações do universo afro-brasileiro, como: Maculelê, Jongo, Puxada de Rede e Samba de Roda.

O material apresenta uma sugestão de módulos teórico e prático, com duração de seis horas cada, no mínimo, uma vez por semana. A metodologia de ensino que será aplicada em alguns módulos poderá depender da vivência/experiência de capoeiristas. Vejamos:

**MÓDULO 1:** Capoeira na escola a partir da Lei 10.639/2003

**MÓDULO 2:** Contextualização do surgimento da Capoeira no Brasil

**MÓDULO 3:** Colocando o corpo para jogo

**MÓDULO 4:** O ritual da roda de Capoeira

**MÓDULO 5:** A Capoeira e suas simbologias ideológicas

**MÓDULO 6:** Musicalidade: interações e sentimentos – aprender escutando e aprender a compreender

**MÓDULO 7:** Capoeira e suas vertentes culturais – Puxada de Rede, Maculelê, Jongo e Samba de Roda

Precedeu-se à escolha deste tipo de aporte didático – a sequência didática –, pois acredita-se em sua capacidade de abrir caminhos para implementação da Lei 10.639/2003.

## **SEQUÊNCIAS DE ENSINO SOBRE A PRÁTICA EDUCATIVA DA CAPOEIRA**

### **INTRODUÇÃO:**

Esta sequência didática auxiliará os professores que desejam trabalhar a Lei 10.639/2003 a partir da relevância pedagógica da Capoeira. Para isso, selecionamos alguns conteúdos para serem trabalhados em forma de módulos. Entretanto, ressalto que está distante do meu objetivo colocar todos os conteúdos da Capoeira nesta sequência de ensino, mas sim, apresentar alguns com diferentes alternativas metodológicas.

Bom trabalho!

Abraço fraterno, Gleisson Marques.

**MÓDULO 1:** Capoeira na escola a partir da Lei 10.639/2003

**MÓDULO 2:** Contextualização do surgimento da Capoeira no Brasil

**TEMPO ESTIMADO:** 6h

**QUANTIDADE DE PARTICIPANTES POR MÓDULOS:** 40

**RECURSOS DIDÁTICOS:** Datashow

**DESENVOLVIMENTO DA AULA:**

Primeiro, é importante ressaltar que a temática Capoeira pode ser desenvolvida por qualquer unidade curricular. Nesta sequência didática, apresentamos algumas sugestões para se trabalhar com os módulos propostas.

Apresentar aos estudantes como a Capoeira se iniciou, o porquê deste nome, detalhes dos golpes que compõe a luta, explicar a importância da Capoeira enquanto Patrimônio Imaterial da Cultura Brasileira. Para auxiliar nessa atividade, o professor poderá apresentar filmes como: *Besouro: Nasce um Herói*; *Mestre Bimba: A capoeira Iluminada*; *O Pagador de Promessas*; *Pastinha! Uma Vida Pela Capoeira e o Curta metragem: Maré Capoeira*.

Indica-se trabalhar com as obras de Jean Baptista Debret, Hector Julio Páride Bernabó (Carybé) e Johann Moritz Rugendas.

A culminância desta atividade poderá ser em forma de produção de textos e cartazes sobre o tema ou até mesmo com recortes de imagens de revistas, que possibilitem o resgate dos fatos e dos personagens históricos da Capoeira. Desenvolver atividades de contação de história, dramatização e teatro sobre a história da Capoeira. Proporcionar leitura de livros e revistas especializadas em Capoeira, promover diálogos sobre temas transversais, tais como: religião, preconceito, entre outros.

No final, também poderá ser aplicada uma avaliação diagnóstica conforme exemplo:

### SUGESTÃO DE AVALIAÇÃO DIAGNÓSTICA

**1) Marque o que é Capoeira para você:**

jogo  luta  dança  esporte  brincadeira

**2) Onde surgiu a Capoeira?**

Brasil  África

**3) Para você a Capoeira está associada à:**

Luta pela libertação dos escravos

Manifestação Cultural  Crenças religiosas  Manifestação popular

Manifestação esportiva  Manifestação folclórica  Todas as alternativas

**4) Você pratica Capoeira fora da escola?**

Sim  Não

Se a resposta for sim, em que locais?

---

**5) Assinale os movimentos da capoeira que você conhece:**

Aú  Ginga  Cocorinha  Martelo  Esquiva  Meia-lua

Armada  Queixada  Benção  Negativa

Nenhum  Outros. Cite quais: \_\_\_\_\_

---

**6) Você conhece ou já ouviu alguma música de Capoeira?**

Sim  Não

**7) Qual é o seu objetivo em aprender a Capoeira?**

Instrumentos musicais  Cantos  tradição  Disciplina  Crenças

Batizados com troca de cordão  agressividade

Outros. Cite quais: \_\_\_\_\_

**8) O que vocês esperam aprender durante os módulos de Capoeira?**

---

### VÍDEOS DE APOIO PARA ESTA AULA:

- **Filme:** *Besouro:* *Nasce* *um* *Herói:*

<https://www.youtube.com/watch?v=NhrSIxqDSEw>

- **Curta Metragem:** *Maré Capoeira*:  
<https://www.youtube.com/watch?v=vaMIdsKKIRw>
  - **Filme:** *O Pagador de Promessas*:  
<https://www.youtube.com/watch?v=vUyDvdB-0u8>
  - **Filme:** *Pastinha! Uma Vida Pela Capoeira*:  
[https://www.youtube.com/watch?v=-unP\\_tdBiKI&t=212s](https://www.youtube.com/watch?v=-unP_tdBiKI&t=212s)
  - **Filme:** *Mestre Bimba: A Capoeira Iluminada*:  
<https://www.youtube.com/watch?v=lhvgw908pn4>
  - Acesse o site: <https://www.dw.com/pt-br/unesco-reconhece-capoeira-como-patrim%C3%B4nio-cultural-imaterial-da-humanidade/a-18090747>
- 

**MÓDULO 3:** Colocando o corpo para jogo

**MÓDULO 4:** O ritual da roda de Capoeira

**TEMPO ESTIMADO:** 6h

**QUANTIDADE DE PARTICIPANTES POR MÓDULOS:** 40

**RECURSOS DIDÁTICOS:** não se aplica

**DESENVOLVIMENTO DA AULA:**

No primeiro momento da aula, o professor poderá recapitular o aprendizado da aula anterior através de perguntas. Em seguida, apresentar o que será desenvolvido durante a aula.

Com os estudantes dispostos em círculo, o professor poderá trabalhar a questão prática da Capoeira de forma randômica ou em blocos, individualmente ou em duplas, passando por: ginga estática, esquivas e passagens de movimentos. Dando ênfase no nome dos movimentos/golpes, pode relacioná-los ao movimento de outras artes marciais. Durante as aulas, deve-se observar a participação e a contribuição dos discentes nos movimentos sugeridos e procurar identificar os discentes que apresentam dificuldades na execução desses movimentos. É importante incentivar os educandos a pesquisar o nome de outros movimentos que não foram trabalhados durante a aula e apresentá-los na próxima.

Pode-se apresentar os instrumentos utilizados na Capoeira, bem como seu nome e o seu papel na bateria. Além disso, criar dobraduras com movimentos e instrumentos, propondo a construção destes.

Ao fim da aula, pode-se executar uma roda de Capoeira incentivando os educandos a entrarem na roda. No final dessa atividade, pode-se fazer exercícios para relaxamento (Volta à Calma, sem desligar-se da realidade). Após, reúna os educandos para falar sobre os golpes, dificuldades e possíveis assuntos sobre a aula.

Seria muito interessante convidar um grupo de Capoeira para trabalhar a interação entre os educandos e os praticantes dessa arte-luta-jogo.

#### **VÍDEOS DE APOIO PARA ESTA AULA:**

- **Treino prático de Capoeira:** [https://www.youtube.com/watch?v=l-n\\_lrVbkBQ](https://www.youtube.com/watch?v=l-n_lrVbkBQ)
  - **Roda de Capoeira:** <https://www.youtube.com/watch?v=VdMKDC-F-qI>
  - **Roda de Capoeira:** <https://www.youtube.com/watch?v=LuhWjkJLcv4>
  - **Roda de Capoeira:** <https://www.youtube.com/watch?v=Py3kA07kJ4I&t=52s>
  - **Formatura de mestre:**  
<https://www.youtube.com/watch?v=6BaPLi8D5dQ&t=12s>
- 

**MÓDULO 5:** A Capoeira e suas simbologias ideológicas

**MÓDULO 6:** Musicalidade: interações e sentimentos – aprender escutando e aprender a compreender

**TEMPO ESTIMADO:** 6h

**QUANTIDADE DE PARTICIPANTES POR MÓDULOS:** 40

**RECURSOS DIDÁTICOS:** Datashow

#### **DESENVOLVIMENTO DA AULA:**

Pode-se iniciar a aula com músicas de Capoeira ao som dos instrumentos. Trabalhar a música popular brasileira, nomes como Baden Powell que compôs o Samba “Berimbau”, com música de sua autoria e letra de Vinicius de Moraes. Além disso, existem as músicas próprias de Capoeira, em que as letras cantadas vão evidenciar

narrativas históricas de grandes feitos e ensinamentos vivenciados no interior desta arte-luta-jogo. Também durante a aula, os educandos podem tentar desenvolver alguns versos estabelecidos pelo professor e, depois, tentar uni-los e transformá-los em uma letra de música, inserindo-a em um ritmo que melhor se adaptar. Por fim, apresentar novamente os instrumentos e incentivá-los a tocar, de forma a conhecê-los melhor.

### **ALGUMAS CANTIGAS DA CAPOEIRA:**

**Músicas de Capoeira:** <https://www.lettras.com.br/capoeira>

---

**MÓDULO 7:** Capoeira e suas vertentes culturais – Puxada de Rede, Maculelê, Jongo e Samba de Roda

**TEMPO ESTIMADO:** 6h

**QUANTIDADE DE PARTICIPANTES POR MÓDULOS:** 40

**RECURSOS DIDÁTICOS:** Datashow

**DESENVOLVIMENTO DA AULA:**

Perguntar para os discentes se eles conhecem algumas destas manifestações: Puxada de Rede, Maculelê, Jongo e Samba de Roda. Em seguida, apresentar a história de cada manifestação através de aula expositiva verbalizada.

### **PUXADA DE REDE**

A Puxada de Rede era a atividade pesqueira dos negros recém-libertos, que encontraram na pesca do “Xaréu” uma forma de sobreviverem, seja no comércio seja para seu próprio sustento. Nos meses entre outubro e abril, esses peixes procuravam as águas quentes do litoral nordestino a fim de procriarem. Então, era a época certa para lançarem a rede ao mar.

Era uma atividade muito laboriosa. Exigia-se um esforço tremendo e um número muito grande de homens para a tarefa. Os pescadores iam para o mar de madrugada ou às vezes até à noite, para lançar a enorme rede, para só então, de manhã, puxarem. A Puxada da Rede era acompanhada de cânticos, em sua maioria, em ritmo triste, que representavam o labor e a dificuldade da vida daqueles que tiram seu sustento do mar.

Além dos cânticos, os atabaques e as batidas sincronizadas dos pés davam o ritmo para que os homens não desanimassem e continuassem a puxar a enorme rede, o que paradoxalmente dava um ar de ritual e beleza àquela atividade. Quando enfim terminavam de puxar a rede, eram entoados cânticos em agradecimento à pescaria e os peixes eram partilhados entre os pescadores, que começavam o festejo em comemoração.

Alguns contam que o ritual da Puxada de Rede começou com uma lenda. Um pescador saiu à noite para pescar com seus companheiros, como de costume e, apesar da advertência de sua mulher, que o repreendeu acerca dos perigos de se entrar em alto mar à noite, embrenhou-se na imensa escuridão do mar negro da noite, levando consigo apenas uma imagem de Nossa Senhora dos Navegantes.

Sua esposa, pressentindo algo ruim, foi para a beira da praia esperar o regresso do marido. Quando ela menos esperava, surpreendeu-se com a visão dos pescadores voltando do mar muito antes do horário previsto. Todos os pescadores voltaram, com exceção do seu marido, que, por descuido, havia caído no mar e, como estava escuro, nada puderam fazer os outros pescadores. Com a notícia, a recém-viúva caiu em prantos. De manhã, os pescadores, ao puxarem a rede, percebem que ela estava muito pesada para uma pescaria ruim e, ao terminarem de puxar a rede, veem o corpo do companheiro junto aos poucos peixes que pescaram. Os companheiros então carregam o corpo do pescador nos ombros, em procissão, pois não têm dinheiro suficiente para pagar uma urna e fazer um enterro digno.

## MACULELÊ

Sua origem é desconhecida, existindo, para ela, diversas versões. Uma delas aponta que o nome da dança, que simula uma luta tribal, vem da expressão “vamos esperar os Macuas (tribo) a lelê (pedaço de pau)”. Ao longo do tempo, a frase teria sofrido reduções e virado “Maculelê”.

Diante da incerteza sobre a real origem do Maculelê, alguns historiadores afirmam que ele é uma manifestação afro-indígena. O responsável pelo resgate, organização, preservação e disseminação do Maculelê foi Paulino Almeida de Andrade, o Mestre Popó<sup>1</sup>, de Santo Amaro da Purificação (BA). A partir das lembranças do que

---

<sup>1</sup> Paulino Aluísio de Andrade, conhecido como Mestre Popó do Maculelê, aprendeu Maculelê com um grupo de ex-escravizados malês em Santo Amaro da Purificação. Que reúne parentes e amigos para ensinar a dança, baseado em suas lembranças.

seus ancestrais faziam, ele, de certa forma, recriou o Maculelê e lutou para manter viva sua cultura. O resgate deu-se paralelamente à organização da dança, da instrumentação, da musicalidade, da indumentária e da pintura facial.

Como a dança representa uma luta tribal, seus participantes carregam uma grima (bastão de madeira), simulando uma luta e representando um herói guerreiro. O desenrolar da história é contado através dos cânticos que são respondidos em coro. O bailado dos pés e as batidas das grimas têm seu fundamento. Mestre Popó dizia que o Maculelê foi uma luta transformada em dança, mas nunca foi um jogo.

O instrumento fundamental no Maculelê é o atabaque. Entretanto, são utilizados outros instrumentos, como o agogô e o ganzá.

Muito dos cânticos do Maculelê provêm do candomblé de caboclo. Algumas das canções remetem à cultura negra, outras fazem menções à cultura indígena.

A beleza do Maculelê traz em si os traços da miscigenação cultural de um país onde a cultura é a mais diversificada do mundo.

## **JONGO**

O Jongo, ou Caxambu, é um ritmo que teve suas origens na região africana do Congo-Angola. Chegou ao Brasil Colônia com os negros de origem bantu trazidos como escravos para o trabalho forçado nas fazendas de café do Vale do Rio Paraíba, no interior dos estados: Rio de Janeiro, Minas Gerais e São Paulo.

A demanda por mão de obra para o trabalho na mineração e nas fazendas de café intensificou o tráfico negreiro. Com a decadência econômica de outras regiões do país, uma massa de escravos imigrou para o Sudeste, onde, em alguns momentos, mais da metade da população era formada por africanos, a maioria de ascendência bantu.

A influência da nação bantu foi fundamental na formação da cultura brasileira. Para acalmar a revolta e o sofrimento dos negros com a escravidão e distrair o tédio dos brancos, os donos das isoladas fazendas de café permitiam que seus escravos dançassem o Jongo nos dias dos santos católicos.

Para esses negros africanos e seus filhos, o Jongo era um dos únicos momentos permitidos de trocas e confraternização.

O Jongo é uma dança profana para o divertimento, mas uma atitude religiosa permeia a festa. Antigamente, só os mais velhos podiam entrar na roda. Os jovens ficavam de fora observando. Os antigos eram muito rígidos com os mais novos e



exigiam muita dedicação e respeito para ensinar os segredos ou “mirongas” do Jongo e os fundamentos dos seus pontos.

Os pontos do Jongo têm linguagem metafórica cifrada, exigindo muita experiência para decifrar seus significados. Os jongueiros eram verdadeiros poetas-feiticeiros, que se desafiavam nas rodas de jongo para disputar sabedoria. Com o poder das palavras e uma forte concentração, buscavam encantar o outro por meio da poesia do ponto de Jongo. Quem recebesse um ponto enigmático tinha que decifrá-lo na hora e respondê-lo para desatar o ponto. Caso contrário, ficava enfeitiçado, “amarrado”, chegando a desmaiar, perder a voz, perder-se na mata, ou até mesmo morrer de forma instantânea. Atualmente, esses fatos não acontecem mais.

O Jongo é uma dança dos ancestrais, dos pretos-velhos escravizados, do povo do cativo e, por isso, pertence à linha das almas. Contam que aquele que tem a vista forte é capaz de enxergar um antigo jongueiro falecido se aproximar da roda para relembrar o tempo em que dançava o Caxambu.

Contam também que alguns jongueiros, à meia-noite, plantavam no terreiro uma muda de bananeira que, durante a madrugada, crescia e dava frutos distribuídos para os presentes.

Até hoje, alguns núcleos familiares de afrodescendentes persistem em manter viva a tradição do Jongo.

## **O JONGO E O SAMBA**

O Jongo influenciou decisivamente o nascimento do Samba no Rio de Janeiro. No início do século 20, o Jongo era o ritmo mais tocado no alto das primeiras favelas pelos fundadores das escolas de Samba, antes mesmo do Samba nascer e se popularizar. Os antigos sambistas da velha guarda das escolas de Samba realizavam rodas de Jongo em suas casas. Nessas festas, visitavam-se uns aos outros, recebendo também jongueiros do interior.

Os versos do partido-alto e do Samba de Terreiro são inventados na hora pelo improvisador. Esse canto de improviso nasceu das rodas de Jongo. A umbigada, que na língua quimbundo se chama Semba, originou o termo Samba e também faz parte do Samba primitivo. A “mpwita”, instrumento congo-angolano presente no Jongo, é a avó africana das cuícas das baterias das escolas de Samba.

O Jongo, por ser uma festa de divertimento, mas com aspectos místicos, fez com que a dança se restringisse aos ambientes familiares. Por isso, ao contrário do Samba,

que logo conseguiu hegemonia nacional, acabou sendo pouco divulgado. O fato do Jongo ser praticado apenas por idosos e proibido para os mais jovens foi outro fator que levou a dança a um processo acelerado de extinção.

### **SAMBA DE RODA**

O Samba de Roda é uma das variações do batuque de Angola. Conforme reza a tradição, no meio da roda, um dançarino sambava sozinho. Depois de certo tempo, através de uma umbigada, convidava um dos presentes para substituí-lo

A orquestra de samba, geralmente, é composta por pandeiros, viola, chocalho, prato de cozinha arranhado por uma faca e, às vezes, por berimbau. O canto é puxado por uma pessoa e o coro é respondido pelas demais, acompanhado por palmas. O cancionário de Samba de Roda é muito rico e tem sido uma fonte inesgotável para o cancionário e erudito popular do Brasil.

Na Bahia, faz-se Samba de Roda em muitos lugares e em muitas ocasiões, sendo muito animado e comentado, como alguns tradicionais Sambas que acontecem nas festas do largo de Salvador.

### **VÍDEOS DE APOIO PARA ESTA AULA:**

- **Aula de Jongo:** <https://www.youtube.com/watch?v=MAHq7wJTDXY>
- **Aula de Maculelê:** <https://www.youtube.com/watch?v=JzcGRCpcj58&t=923s>
- **Puxada de Rede:** <https://www.youtube.com/watch?v=qd85xbYC6zs>
- **Documentário:** Quilombo São José da Serra - RJ:  
<https://www.youtube.com/watch?v=f0as11-SpP4>
- **Documentário:** Nos 4 Cantos do Jongo:  
<https://www.youtube.com/watch?v=XRBaN7uLNew>
- **Roda:** Samba de Roda - Jongo Reverendo:  
<https://www.youtube.com/watch?v=3mdkmCmtzwU>

### **PARA CONCLUIR:**

Espero que esta sequência didática tenha lhe auxiliado em suas atividades e na proposição de ações para efetivação da Lei 10.639/2003.

Esta sequência é parte integrante de uma vida dedicada à prática e à pesquisa da Capoeira.

Como uma devolutiva de pesquisa ao programa ProfEPT, desenvolvemos este produto. Ressalto, por fim, que o caminho para outras produções permanecem em aberto.