

**UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS  
FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

**Eduardo Corrêa Mattez**

---

**ESTUDO SOBRE O ENSINO DA  
CAPOEIRA**

---

Campinas  
2007

**Eduardo Corrêa Mattez**

---

---

**ESTUDO SOBRE O ENSINO DA  
CAPOEIRA**

---

---

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação)  
apresentado à Faculdade de Educação Física  
da Universidade Estadual de Campinas para  
obtenção do título de Bacharel em Educação  
Física.

**Orientador: José Júlio Gavião de Almeida**

Campinas  
2007

**FICHA CATALOGRÁFICA ELABORADA  
PELA BIBLIOTECA FEF – UNICAMP**

M432e      Mattez, Eduardo Corrêa.  
              Estudo sobre o ensino da capoeira / Eduardo Corrêa Mattez. –  
Campinas, SP: [s.n.], 2007.

              Orientador(a): José Júlio Gavião de Almeida.  
              Trabalho de Conclusão de Curso (graduação) – Faculdade de  
Educação Física, Universidade Estadual de Campinas.

              1. Capoeira. 2. Ensino. 3. Professores. I. Almeida, José Julio Gavião.  
II. Universidade Estadual de Campinas, Faculdade de Educação Física. III.  
Título.

asm/fef

**Eduardo Corrêa Mattez**

**ESTUDO SOBRE O ENSINO DA CAPOEIRA**

Este exemplar corresponde à redação final do Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) defendido por Eduardo Corrêa Mattez e aprovado pela Comissão julgadora em: 06/11/2007.

José Júlio Gavião de Almeida  
Orientador

Silvia Cristina Franco Amaral  
Banca

Campinas  
2007

# **Dedicatória**

---

---

*Dedico este trabalho a meu pai Walter B. Mattez e minha mãe Kátia C. Mattez, a base da minha vida.*

# Agradecimentos

*Agradeço a Deus e ao meu Guardião que estão sempre me iluminando.*

*Agradeço de coração à minha família, à Tia Ana e ao Tata.*

*Às pessoas boas que me cercam, ao Juca (meu professor de Capoeira que me mostrou as belezas desta arte e que sempre me abriu portas), ao mestre Biriba (que direta e indiretamente só faz crescer minha vontade de continuar estudando a Capoeira), a galera da capoeira, aos meus alunos, ao meu professor e orientador Gavião.*

*Aos meus amigos e amigas de Valinhos (Vitão e os “moleques da rua do Vitão”, “molecada do bairro”, Nanda, Rodrigo, Vivian e a todo o pessoal da turma de Valinhos), a galera do COC (Rafão, Du Ciará, Aryane, Maíra, Alita, Lara... a todos), à galera do skate.*

*A todos os colegas de trabalho da Hípica, principalmente,*

*Com muito carinho aos amigos da faculdade (Rep Our, Jota, Mendes, Badur, Vanesson, Tatão, Thomaz, Vivi, Lu, Pri, Maria, Helô, Polly, Cris, Karinhinha, Nati, Ludens, Xexéu, Paulinho – salva vidas, Flora, Pilha, Jaque, pessoal 01, 02, 03, 05, 06 e 07), a Maitê e todas as grandes pessoas que conheci através dela, a Lilian e todas as ótimas pessoas que vivem a seu redor.*

*É muito bom estar sempre rodeado de pessoas de bom coração.*

MATTEZ, Eduardo Corrêa. **Estudo sobre o ensino da Capoeira**. 2007. 85f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação)-Faculdade de Educação Física. Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2007.

## **RESUMO**

---

---

Este estudo trata-se de uma revisão bibliográfica sobre as metodologias de ensino da Capoeira, com ênfase no estilo Regional (de Mestre Bimba). Relacionando o contexto social à sua prática, para melhor compreensão das influências que a área da Educação Física transmitiu a esta cultura, principalmente nas formas de transmissão de suas movimentações. Para isto, foi realizada uma contextualização histórica da Capoeira desde sua conturbada origem, passando por Mestre Bimba e Mestre Pastinha, momento este que se tornou um marco para a Capoeira, devido a sistematização dos treinos e desvinculação da marginalidade – até então a capoeiragem era fortemente perseguida, sendo caracterizada como crime pelo código penal de 1890 – realizadas por estes mestres que trouxeram a esta prática a figura do professor. Chegando às publicações mais recentes, as quais nos propiciaram realizar uma análise sobre as apropriações dos conteúdos metodológicos da área da Educação Física pela Capoeira através do tempo e sobre as mudanças e manutenções das maneiras de ensino-aprendizagem da Capoeira.

Palavras-Chaves: Capoeira; Ensino; Professor.

MATTEZ, Eduardo Corrêa. **Study on the teaching of Capoeira**. 2007. 85f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação)-Faculdade de Educação Física. Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2007.

## **ABSTRACT**

---

---

This study it is a literature review of the methodologies for the teaching of Capoeira, with emphasis on style Regional (of Master Bimba). Relating the social context of their practice, for better understanding of the influences that the area of Physical Education sent to the culture, mainly in the forms of transmission of your movements. For this, was there a historical contextualization of Capoeira since its disturbed origin, through Master Bimba and Master Pastinha, this moment that has become a landmark for the Capoeira, due to the systematic training and untying of marginality - until then was heavily “capoeiragem” persecuted, being characterized as a crime by the criminal code of 1890 - performed by these masters who brought this practice to the figure of the teacher. Arriving to the latest publications, which provided us perform an analysis on the content of appropriations methodological the field of Physical Education by Capoeira through time and on the changes and maintenance of the ways of teaching-learning of the Capoeira.

Keywords: Capoeira; Ensino; Professor.



# SUMÁRIO

---

---

<b>1 Introdução .....</b>	<b>08</b>
<b>2 Contexto Histórico .....</b>	<b>11</b>
<b>2.1 A capoeira no meio urbano.....</b>	<b>11</b>
<b>2.2 A educação física a partir de 1930.....</b>	<b>14</b>
<b>3 Mestre Pastinha e Mestre Bimba: “os ancestrais mitológicos de todo jogador de Capoeira”(CAPOEIRA, 2006, p.49).....</b>	<b>16</b>
<b>3.1 Mestre Bimba, o criador da Regional .....</b>	<b>19</b>
<b>4 A capoeira em jogo: análise de quatro propostas de ensino-aprendizagem.....</b>	<b>26</b>
<b>4.1 A Capoeira Angola na Bahia .....</b>	<b>26</b>
<b>4.2 Capoeira Sem Mestre .....</b>	<b>27</b>
<b>4.3 Capoeira: pequeno manual do jogador .....</b>	<b>30</b>
<b>4.4 No Caminho do Mestre .....</b>	<b>32</b>
<b>5 Conclusões.....</b>	<b>35</b>
<b>Referências Bibliográficas.....</b>	<b>37</b>
<b>Anexos .....</b>	<b>38</b>

# 1 Introdução

Para melhor introduzir o assunto abordado neste trabalho, será citado de maneira sucinta um pedaço de minha iniciação como monitor do Projeto de Extensão de Capoeira da Faculdade de Educação Física da Unicamp.

A idéia do estudo a ser descrito a seguir, surgiu das necessidades e questionamentos provindos de um crescente envolvimento com a Capoeira. O fato de dar aulas de Capoeira trouxe-me alguns questionamentos e um deles é a justificativa para que eu viesse realizar esta pesquisa.

A partir do surgimento da oportunidade de passar os conhecimentos por mim adquiridos como praticante da arte, passei a observar com mais atenção o sistema de ensino de meu professor para tentar compreender seus objetivos e baseando-me em seu trabalho, criar condições adequadas às minhas potencialidades e às dos alunos, assim como considerar as condições de tempo e espaço que estou inserido.

Portanto, os conceitos teóricos presentes em minha atividade de ensino se baseiam nos fundamentos que me foram passados durante as aulas que freqüentei e com isso procuro dar encaminhamento a um trabalho já existente, porém sempre com uma visão crítica e subjetiva em cima deste trabalho, ou seja, as formas e métodos de ensino são os mesmos, com conteúdos por mim selecionados e adequados aos fatores que me rodeiam.

Após um maior conhecimento desta cultura através de meu professor, tive a oportunidade de conhecer outras formas de ensino, ao freqüentar ou somente participar por um dia – com o intuito de conhecer diferentes movimentações e formas de trabalho – de treinos em outros grupos de capoeira. A partir destas novas experiências o que mais me chamou a atenção não foram as variações de movimentos, mas sim a maneira de ensinar.

Estas diferentes maneiras de ensinar me trouxeram certa inquietação a ponto de usar este tema para o Trabalho de Conclusão de Curso, pois fiquei me questionando o por que destas diferenças, sendo que muitas vezes certas metodologias de ensino me pareciam, no mínimo ultrapassadas, até mesmo impróprias enquanto instrumentos pedagógicos de qualidade.

O estudo, portanto, tratará das diversas tendências metodológicas de ensino da Capoeira Regional, desde suas mais antigas formas de transmissão, até os dias atuais, buscando

compreender como esta cultura se manteve viva até os dias de hoje, sabendo que esta prática sofreu durante toda sua história as mais variadas formas de repressão por parte da elite e das forças policiais brasileiras, estas que tinham o intuito de extinguir a cultura negra, vista como ameaçadora da ordem social.

Para tal, será feita uma contextualização histórica da Capoeira, abordando o desenvolvimento desta cultura ao longo dos anos, desenvolvimento este que segue conjuntamente com os fatos e acontecimentos históricos do Brasil, visto que a história desta arte se relaciona com a história do país desde a época colonial.

Com isso, inicio tal contextualização ainda na época de Brasil colônia, momento este que muitos historiadores acreditam ser o de surgimento da Capoeira, com fortes indícios nas regiões norte e nordeste, locais de enorme miscigenação de raças, povos e etnias, de culturas e costumes muito diferentes.

Seguido de uma urbanização da arte a partir do século XIX com registros e indícios de sua influência na cidade do Rio de Janeiro, onde se situava a Corte brasileira.

Fazendo uma pausa no tempo para discutir as relações entre o contexto social a partir de 1930 e a educação física neste contexto.

E voltando a região nordestina para citar o trabalho dos grandes mestres Pastinha e Bimba, até chegar aos dias atuais, quando a Capoeira se encontra em qualquer região do país e até mesmo fora dele.

Vale lembrar que após mostrar um pouco da contribuição de Mestre Pastinha e Mestre Bimba, este trabalho fará uma análise um pouco mais pormenorizada naquelas obras que têm como ênfase a linha de desenvolvimento da Capoeira, a partir da organização elaborada, inicialmente, por Mestre Bimba.

Tal restrição também será feita pelo fato desta linha de prática da Capoeira possuir um vasto desenvolvimento prático, porém pouquíssimas publicações sobre tais técnicas de ensino-aprendizagem.

Portanto, esta pesquisa trará uma idéia inicial de onde e como chegou a Capoeira até os dias atuais, trazendo assim um embasamento no mínimo introdutório para aqueles que vierem a continuar os trabalhos dos grandes mestres antepassados da Capoeira Regional.

Vale ressaltar que esta monografia não tem, nem de longe, o intuito de

determinar metodologias exatas de trabalho, muito menos a idéia de julgar correta ou incorreta esta ou aquela linha de pensamento, mas sim mostrar de forma abrangente os diversos meios de transmissão que vêm sendo utilizados ao longo dos anos em que a Capoeira esteve presente na vida cotidiana da sociedade.

Para que, os próximos capoeiristas ou profissionais da área de Educação Física possam encontrar uma linha de trabalho com a qual melhor se identifiquem e, em cima desta linha possam utilizar seu conhecimento para enriquecer cada vez mais a arte, sendo que para isso é necessário que conheçam as técnicas e as metodologias existentes.

## **2 Contexto Histórico**

A origem da Capoeira é um acontecimento que vem sendo questionado e discutido por muitos estudiosos e historiadores, ainda hoje. Existem algumas vertentes de raciocínio para tal acontecimento, porém muitas com um fundo de tradição oral, devido à escassez de material documentado.

O intuito deste estudo não é determinar a origem da Capoeira, mas faz-se necessário traçar um contexto histórico desta prática para que o leitor possa compreender o processo de desenvolvimento e também para que se possa entender como esta cultura foi transmitida ao longo dos tempos.

Para tal contextualização, a Capoeira será definida, inicialmente, como uma cultura afro-brasileira, ou seja, prática criada no Brasil por africanos escravizados na época colonial do país.

Nesta época, a população brasileira era de uma diversidade de culturas enorme, composta por negros, índios e brancos de etnias variadas, cada um com seus hábitos e costumes. Com isso, fica fácil entender a quantidade de trocas e influências de valores e símbolos e, conseqüentemente, a quantidade de divergências e conflitos que este ambiente proporcionou.

A partir deste universo de conflitos e afinidades, divergências e convergências, os hábitos e costumes foram sendo modificados e adaptados ao meio, perdendo, ganhando e recriando rituais e tradições. E é neste contexto que nasce a Capoeira, assim como muitas outras culturas com influência africana.

### **2.1 A Capoeira no meio urbano**

Criada a Capoeira, esta foi mantida como forma de resistência, e ainda hoje – apesar de um maior esclarecimento por grande parte da sociedade – é tida como prática de marginais e desordeiros. Segundo Pires (1996, p. 192), a Capoeira “sempre esteve ligada aos grupos de resistência à ordem, fuga de trabalho, roubos ou outras formas de conflito”. A partir do

início do século XIX, a Capoeira que se tem registro é aquela praticada na cidade do Rio de Janeiro, estas documentações citam os crimes realizados por capoeiristas na época em que a cidade era sede do Governo vigente, sede da Corte.

Os registros mostram também a influência desta prática no quadro social e político. Houve neste momento, uma massificação da “capoeiragem”, com praticantes de todas as raças e também de todas as classes sociais.

Sempre ligada à marginalidade. “Junto com prostitutas, vagabundos, estivadores, malandros, aristocratas, boêmios e policiais, faziam parte da buliçosa fauna das ruas” (CAPOEIRA, 2006, p. 39). A prática da “capoeiragem” passa a não ser mais denominada como jogo e sim como luta de rua, devido a seu caráter violento.

Com isso, a população detentora do poder passa a dispensar uma maior atenção às práticas dos negros, com medo de uma revolta por parte desta população desfavorecida.

A instalação de pelourinhos e mourões em praças e largos é um bom exemplo da perseguição às atividades com influência africana, sendo estes os espaços utilizados para estas atividades, as punições ali impostas serviriam de exemplo aos demais, sempre com um objeto de repressão presente, impondo a idéia do castigo àqueles que desobedecessem a ordem instituída pela sociedade.

Existem também, registros sobre a prática da capoeira no Recife e Salvador com maiores informações do século XX até a década de 30. No Recife, por exemplo, os capoeiristas faziam parte das bandas de carnaval e quando duas bandas se cruzavam havia um confronto violento e com muito derramamento de sangue entre os “moleques de banda” (capoeiristas), se enfrentando com gingas e pulos de um lado pro outro que mais tarde viriam a se tornar os passos do frevo. (CARNEIRO, 1971, p. 08 apud CAPOEIRA, 2006, p. 46).

Já em Salvador e na cidade do Rio de Janeiro os capoeiras foram fortemente repreendidos, principalmente no Rio, com a instauração da República e um discurso de que o brasileiro é “preguiçoso por natureza”, visando extinguir a “vadiagem” - a classe dominante sempre taxava a classe dominada, no caso os negros e os praticantes de Capoeira, como vadios – das ruas da Capital Federal.

As maltas de capoeiristas (grupos de capoeiristas que se confrontavam pelo domínio de determinadas partes da cidade, semelhante às gangues de hoje em dia) foram perseguidas, os capoeiras mais hábeis e notórios capturados, sendo enviados à ilha de Fernando

de Noronha e obrigados a cumprir pena antes mesmo da “capoeiragem” se tornar contravenção criminal. (SILVA, 2002)

A Capoeira se torna oficialmente um delito a partir de 11 de outubro de 1890, com a instalação do novo Código Penal da República.

### CAPÍTULO XIII

#### Dos Vadios e capoeiras

Art. 402 – Fazer nas ruas e praças públicas exercícios de agilidade e destreza corporal, conhecidos pela denominação de capoeiragem: andar em correrias, com armas ou instrumentos capazes de produzir uma lesão corporal, provocando tumulto ou desordens, ameaçando pessoa certa ou incerta ou incutindo temor ou algum mal:

Pena: De prisão de dois a seis meses.

Parágrafo único – É considerada circunstância agravante pertencer o capoeira a algum bando ou malta. Aos chefes ou cabeças se imporá a pena em dobro.

Art. 403 – No caso de reincidência será aplicado ao capoeira, no grau máximo a pena do art. 400. (Pena de um a três anos em colônias penais que se fundarem em colônias marítimas, ou nas fronteiras do território nacional, podendo para esse fim serem aproveitados os presídios militares existentes).

Parágrafo único – Se for estrangeiro será deportado depois de cumprir a pena.

Art. 404 – Se nesses exercícios de capoeiragem perpetrar homicídios, praticar lesão corporal, ultrajar o pudor público e particular, e perturbar a ordem, a tranqüilidade e a segurança pública ou for encontrado com armas, incorrerá cumulativamente nas penas cominadas para tais crimes. (PIRES, 2004, p. 19).

Com toda essa repressão, a quantidade de capoeiristas na cidade do Rio de Janeiro diminuiu muito, mas a Capoeira deixou como herança os famosos malandros cariocas, com sua ginga e conversa “mole”, sempre lembrados nos sambas, influenciando assim, toda sociedade brasileira.

Retornando a Salvador, temos também uma fase de forte repressão à cultura negra, porém temos um fato histórico para a arte da Capoeira. Nascem, justamente, em meio a este contexto totalmente desfavorável a essa manifestação cultural, Mestre Bimba e Mestre Pastinha.

Estes dois mestres foram importantíssimos para que esta prática se fizesse resistente até os dias atuais. Poderemos perceber ao longo da história de vida destes dois mestres – e suas vivências com a capoeira – que a preocupação com a sistematização do ensino era inexistente, assim como a relação professor – aluno não se caracterizava como tal, sendo que na maioria das vezes o aprendizado se dava através da observação das rodas de rua, com intervenções de outros capoeiristas mais avançados neste conhecimento quando procurados pelos

mais novos, sem a existência de um professor como referência.

A contribuição destes mestres nos mostra a importância desta relação professor – aluno, os avanços conquistados com esta interação e a necessidade de estarmos sempre refletindo sobre nossas práticas cotidianas.

Antes de entrar nas origens da Capoeira contemporânea, desviarei um pouco o foco dos olhares, do mundo da Capoeira para o mundo a seu redor com a intenção de esclarecer ao leitor, os fatores sócio-políticos que influenciaram a educação física a partir da década de 30 do século XX, e que por sua vez deu base ao trabalho dos grandes mestres que citarei logo após.

## **2.2 A educação física a partir de 1930**

Em 1930 alguns acontecimentos marcaram a história nacional, principalmente no âmbito político.

No ano de 1932, Getúlio Vargas toma o poder e implanta o denominado Estado Novo. Através de uma política populista, o então presidente da república tem como um de seus objetivos, disseminar à população brasileira o ideal de fortalecimento da nação ou Nacionalismo.

Neste contexto a educação física se torna uma das ferramentas do governo para literalmente fortalecer a população, passando a ser obrigatória no ensino infantil a partir da Constituição de 1937, sendo responsável por capacitar os trabalhadores através do adestramento físico.

A partir destas características, o modelo de *Corpo Higiênico eugênico* (CASTELLANI FILHO, 1993) ganha força por ter como características a busca de um “corpo perfeito”, principalmente, para o trabalho. Com isso, pessoas com deficiências físicas e/ou mentais ou qualquer necessidade especial estavam fora deste padrão e não serviriam como mão-de-obra, portanto deveriam ser desconsideradas.

No artigo “Pelos meandros da educação física”, Lino Castellani Filho (1993, p. 122) cita o Decreto Lei nº 1212 de 1939, escrito pelo Doutor Waldemar Areno (médico e professor da Escola Nacional de Educação Física da Universidade do Brasil), no qual



[...] recomendava, em artigo publicado na Revista “*Educação Física*”, a necessidade de serem tomadas medidas eugênicas que impedissem o “desenvolvimento de uma prole nefasta e inútil”, sugerindo, então a esterilização – tanto masculina quanto feminina – das pessoas portadoras de deficiência, [...].

O modelo de *Corpo Higiênico eugênico* (CASTELLANI FILHO, 1993) deu embasamento para a construção de um modelo de *Corpo Produtivo* (CASTELLANI FILHO, 1993), que fora apropriado anos depois pelos militares quando estes estavam no poder após o golpe de 64.

Este modelo supria “[...] a necessidade de corpos fortes e saudáveis para a defesa da pátria face a seus inimigos internos – leia-se comunistas – e os externos, dada a eminência de nossa participação no conflito bélico mundial que se avizinhava” (CASTELLANI FILHO, 1993, p. 120).

Segundo a interpretação de Castellani Filho (1993), a partir da década de oitenta há certa mudança na visão da Educação Física não mais com um modelo de *Corpo Produtivo* (CASTELLANI FILHO, 1993).

Ainda sob a visão deste autor, o que houve de fato foi um desvio de foco para o momento de consumo e não mais da produção, trazendo uma idéia de *Corpo Mercadoria* (CASTELLANI FILHO, 1993), ainda dentro da lógica capitalista.

Conforme, as tendências e conformações sócio-econômicas atuais, este modelo ainda se faz presente não só na área da Educação Física, mas também na vida cotidiana da sociedade mundial. Os “holofotes” cada vez mais se viram para o corpo, sempre em busca de um padrão de beleza imposto por uma minoria que influencia toda a sociedade e não só a de consumo mais ativa, pois alcança as mais inusitadas regiões do planeta através dos meios de comunicação.

Enfim, vimos que durante muitos anos, a Educação Física esteve baseada em um modelo militarista que busca a produtividade acima de tudo e que este modelo foi sendo modificado com o passar dos anos, porém nunca perdeu seu caráter de exigência da eficiência. Dessa maneira foram realizados os trabalhos na área que influenciaram diretamente a cultura da Capoeira, principalmente em relação às maneiras de ensinar e às metodologias de aula, uma vez que a base da sistematização da capoeira, se funde com esta fase da Educação Física, descrita acima.

### **3 Mestre Pastinha e Mestre Bimba: “os ancestrais mitológicos de todo jogador de Capoeira”<sup>1</sup>**

---



---

Vicente Ferreira Pastinha nasceu em 1889 e como já foi dito, num momento em que a Capoeira era fortemente perseguida, em consequência disso, possuindo um caráter de violência muito forte.

Pastinha Iniciou a prática da Capoeira, ainda muito jovem, tendo como mestre um negro de Angola chamado Benedito. Este mesmo negro via mestre Pastinha, quando ainda tinha apenas dez anos de idade (PIRES, 2001, p. 272), apanhar constantemente de um garoto mais velho que morava em sua rua.

Segundo o próprio mestre Pastinha conta, sua iniciação na Capoeira se deu em forma de defesa pessoal:

Na janela de uma casa, tinha um africano que ficava apreciando a minha luta com esse menino. Então, quando eu acabava de brigar, eu passava, o velho me chamava:  
- Meu filho, vem cá. “Ocê” não pode brigar com aquele menino, aquele menino é mais ativo que “ocê”. “Ocê” quer brigar com o menino na raça, mas não pode. O tempo que “ocê” vai pra casa empinar raia, “ocê” venha aqui pra nós “prosear”.  
Então, aceitei o convite do velho, e aí pegava me ensinar capoeira. Quando ele viu que eu já tava em condições pra corresponder o menino, ele disse:  
- “Ocê” já pode brigar com o menino.  
Então saí. [...] (trecho do filme Pastinha: uma vida pela capoeira !, 1999).

Pastinha termina seu depoimento sobre sua iniciação na capoeira contando como venceu seu primeiro adversário, utilizando-se dos movimentos aprendidos com o velho africano.

Mestre Pastinha, assim como muitos outros capoeiristas, tinha uma vida financeira muito instável. E devido a sua habilidade como capoeirista, durante a adolescência, trabalhou como “leão-de-chácara” em uma casa de jogos, emprego comum também na cidade do Rio de Janeiro àqueles que possuíam habilidades como capoeiristas. (SILVA, 2002).

Este Mestre, segundo suas próprias palavras, começou a dar aula cedo, na escola de Aprendizes de Marinheiros. Saindo de lá aos vinte anos de idade, passou a dar aulas no Mirante do Campo de Pólvora (1910 e 1922), onde lecionava para pessoas humildes e pobres.

---

<sup>1</sup> CAPOEIRA, 2006, p. 49.

Tempos depois, Mestre Pastinha muda-se para o Cruzeiro de São Francisco, onde lecionou para pessoas de classes sociais mais favorecidas, devido à proximidade do local com as repúblicas de estudantes de Medicina, Direito, Farmácia, dando aulas também para muitas outras pessoas de diversas profissões.

No final da década de 20, Mestre Pastinha se afasta da vida de capoeirista e só retorna a ela em 1940, quando foi convidado a coordenar um recém fundado Centro de prática da Capoeira tradicional, idealizado por alguns mestres de renome.

“Em 23 de fevereiro de 1941, no Jinguibirra, fim de Liberdade, lá que nasceu este Centro. Porquê? Foi Vicente Ferreira Pastinha que deu o nome de ‘Centro Esportivo de Capoeira Angola’. Fundadores: Amozinho, este era o dono do grupo; os que lhe acompanhavam: Aberre, Daniel Noronha, Onça Preta, Livino Diogo, Olampio, Zeir, Vitor H. D., Alemão filho de Maré Domingo do Milhões., Beraldo Izaque dos Santos, Pinião, José Chibata, Ricardo B. Dos Santos” (parte retirada do caderno de anotações de mestre Pastinha).

Após a criação da Luta Regional Baiana (a qual será tratada mais à frente junto com a história de Mestre Bimba), a capoeira de Mestre Pastinha passa a ser chamada de Capoeira Angola, justamente para diferenciá-la da Capoeira Regional.

A Capoeira Angola recebe apoio de muitos intelectuais da época como Jorge Amado, Carybé e Edson Carneiro, os quais se aproximam de Mestre Pastinha. Esta união dá maior credibilidade à Capoeira Angola, proporcionando maior estabilidade a esta prática.

Outro fato interessante – que também mostra que apesar do surgimento da Capoeira Regional, a Capoeira Angola está enraizada na sociedade baiana – é que o “administrador” da roda do bairro da Liberdade (roda da Gengibirra) cabe a um guarda civil, conhecido como Amozinho – já citado acima na descrição retirada do caderno de Mestre Pastinha, como dono do local – mostrando “a inversão dos valores sociais, uma vez que a instituição que presta o papel repressivo acoberta e protege o espaço público de manifestação da Capoeira, [...]” (SILVA, 2002, p. 118).

A fundação deste centro nos mostra também a percepção dos angoleiros, ao fato da necessidade de se organizarem para firmar sua prática e o convite feito a Mestre Pastinha por Aberrê mostra como seus ensinamentos eram valorizados e surtiam efeito, pois este último foi aluno do mestre no Cruzeiro de São Francisco e se destacava como um dos melhores capoeiristas das rodas da Gengibirra.

A organização de um Centro Esportivo para a prática da Capoeira Angola, nos mostra não só a preocupação com a manutenção da prática da capoeira, mas também a influência da organização esportiva nesta cultura.

Mestre Pastinha não admitia violência em suas demonstrações, seus alunos não deviam utilizar golpes traumatizantes, eram proibidos golpes com as mãos e algumas quedas que poderiam lesionar o jogador também eram proibidas.

Estas proibições buscam um jogo limpo, tentando desvincular a Capoeira à idéia de prática violenta. Mestre Pastinha lembrava que a Capoeira não era culpada pelo mau uso feito dela pelos antigos praticantes. Ele dizia que estes utilizavam a capoeira “para dar vazão ao instinto agressivo” (PASTINHA, 1988, p.23 apud SILVA, 2002, p. 125).

Era proibido aos alunos jogarem descalços e sem camisa e era necessária a utilização de um uniforme preto e amarelo, cores estas que Pastinha retirou do uniforme de seu time de futebol, o Ypiranga Futebol Clube.

Mais do que uma busca de maior credibilidade à prática, estas regras são reflexo da influência da educação física higienista da época, visando à manutenção e busca pela saúde do indivíduo.

Pastinha, observando muito bem as tendências metodológicas da educação física de sua época e utilizando-as para o seu objetivo principal, o de “limpar o nome” da capoeira, lançou mão destas técnicas, utilizadas em meados de 1920, para fortalecer a capoeira.

Ao contrário da Capoeira Regional, a Capoeira Angola se distanciou da influência pedagógica militarista e se apropriou dos métodos da ginástica sueca, a qual deu embasamento teórico e prático à educação física da época.

Segundo o próprio Mestre Pastinha (1988, p. 31–32 apud SILVA, 2002, p. 124): “[...] Qualquer pessoa que esteja em condições de executar os movimentos de ginástica sueca poderá praticar a Capoeira Angola sem qualquer receio”.

A partir do processo de ensino implantado e liderado por Mestre Pastinha, outros mestres continuaram na mesma linha de trabalho, se desligando do mestre por divergências de idéias. Mestre Noronha e Mestre Livino, por exemplo, fundaram o *Centro de Capoeira Angola Conceição da Praia*, enquanto Mestre Pastinha segue seu trabalho no *I Centro Desportivo de Capoeira Angola* (SILVA, 2002, p. 121).

Até hoje, a Capoeira Angola sobrevive, através dos discípulos de Mestre Pastinha que estão sempre se adaptando para estarem de acordo com as transformações e as novas conformações sociais presentes no dia-a-dia, dando seqüência ao trabalho deste grande mestre.

Dando continuação à história dos grandes mestres, contarei agora uma ínfima parte da grandiosa história de um dos homens mais polêmicos do mundo da Capoeira e que se tornou ídolo aclamado até hoje, por outro lado visto por muitos capoeiristas mais conservadores como responsável pela deturpação das tradições e dos rituais de origem africana que faziam parte da Capoeira antes das modificações feitas por ele.

### **3.1 Mestre Bimba, o criador da Regional**

No dia 23 de novembro de 1900 na periferia de Salvador, apenas onze anos após ter nascido o já citado Mestre Pastinha, nasce Manoel dos Reis Machado, mais conhecido como Mestre Bimba.

Dentro de um mesmo contexto de perseguição e violência às práticas culturais negras Bimba se iniciou na prática da capoeira com doze anos de idade, tendo aulas com um africano, Capitão da Companhia de Navegação Baiana, chamado Bentinho<sup>2</sup>.

Após ficar quatro anos na posição de aluno, Bimba passou a dar aulas de capoeira, o fez durante dez anos, antes de passar a entender aquelas movimentações como pouco eficientes dentro de uma luta corporal.

A partir desta reflexão, Manoel dos Reis Machado passa a incorporar a seus movimentos capoeirísticos, golpes de outras modalidades de luta, como o Batuque<sup>3</sup> – sendo seu pai, Luiz Cândido Machado, campeão estadual desta luta-dança – criando assim, a Luta Regional Baiana.

---

<sup>2</sup> Vemos aqui também, assim como na iniciação de Mestre Pastinha, a participação de um “professor” passando seus conhecimentos de forma oral, sem nenhuma sistematização do ensino, com um curso de curta duração, no qual a principal formação do aluno se dava através de suas próprias experiências nas rodas de capoeira.

<sup>3</sup> O Batuque é um tipo de combate baiano já extinto, onde duas pessoas se enfrentavam com rasteiras e trancos com o próprio corpo no tronco e nas pernas do adversário, entoados por pandeiros, berimbaus e ganzás, percebe-se grande semelhança desta luta-dança com a Capoeira.

Neste momento existiam então, três vertentes de práticas da Capoeira, a recém criada Capoeira Regional (originalmente Luta Regional Baiana), a Capoeira Angola de Mestre Pastinha e a Capoeira de rua, esta última tida como prática de malandros e marginais.

Mestre Bimba não só se preocupou com a característica combativa da nova modalidade que criou, mas se preocupou também com a desvinculação deste *status* de prática marginalizada da capoeira.

Sendo que inicialmente a Luta Regional Baiana possuía muitos elementos da capoeira difundida naquela época e sua difamação não seria retirada de uma hora para outra. Mestre Bimba precisava mostrar à sociedade as mudanças que haviam sido feitas por ele, buscando um novo *status* para a Capoeira Regional.

A liberalização da capoeira se inicia com sua aparição em momentos de festas tradicionais. Como na ocasião em que Mestre Bimba foi convidado para fazer apresentações no desfile de comemoração da Independência da Bahia, o Dois de Julho de 1936.

Este foi, certamente, um primeiro passo muito importante, visto que até então as rodas de capoeira, assim como os candomblés e afoxés (instituições negras), se localizavam exclusivamente na parte baixa da cidade de Salvador, longe dos olhos da elite baiana (concentrada na parte alta da cidade).

Contudo, o caminho que mais trouxe visibilidade à Capoeira, foram as lutas de ringue muito difundidas no período de 1930 em Salvador.

Esta prática já havia tomado corpo uma década antes na cidade do Rio de Janeiro, também com importantes participações de capoeiristas.

Estas lutas eram descritas como espetáculos pelos jornais da cidade, principalmente no final da década de 20 e início de 30. Havia na cidade do Rio, um famoso treinador de capoeiristas, chamado Agenor Moreira Sampaio, o Sinhôzinho.

Sinhôzinho não só ministrava aulas de capoeira, mas também de boxe e luta livre. Como cita Pires (2001, p. 104): “Sinhôzinho encarava a capoeira da seguinte forma: ‘prefiro não a classificar como dança, jogo ou luta. A meu ver trata-se da verdadeira ginástica nacional’”.

Podemos perceber que com a entrada da capoeira nos ringues, a relação do professor com o aluno se deu através da figura do treinador, visando a formação de campeões.

Sinhôzinho, com este ideal em mente, organizou “um centro de treinamentos

em um terreno baldio, onde colocou aparelhos de barras fixas, paralelas, levantamento de peso, cordas e aparelhos de treinar capoeira feitos de cabo de vassoura” (PIRES, 2001, p. 104). Seus treinamentos serviram como instrução para a polícia especial (destinada à repressão política por Getúlio Vargas) e para a polícia municipal.

Portanto, veremos não só em Salvador, mas também no Rio de Janeiro uma influência da pedagogia militarista nas aulas de capoeira e ao mesmo tempo uma certa influência da capoeira nas Forças Armadas, devido a um certo prestígio que conquistou através das lutas de ringue.

Segundo Silva, 2002 em sua dissertação:

Em 1935, chegam à Bahia várias modalidades de lutas como o jiu-jitsu, a luta-livre, o catch-as-catch-can, que, progressivamente, vão conquistando praticantes e angustiando alguns conhecedores da *luta nacional*, a capoeiragem.

Em 1936, com uma das mais famosas e comentadas lutas dentro do mundo capoeirístico, foi inaugurado o *Stadium Odeon da Sé*, um ringue em uma praça pública da cidade de Salvador. A luta de inauguração foi entre Manoel dos Reis Machado (Mestre Bimba) e Henrique Bahia, valendo o *cinturão de campeão baiano de capoeira*.

As notícias dos jornais do dia seguinte descreviam a notável atuação de Mestre Bimba, com seus alunos gritando do lado de fora do tablado: “Bimba é Bamba!” e uma fila de norte-americanos (conhecedores do boxe, interessados na “luta nacional”, a Capoeira) apreciando os movimentos dos dois lutadores. Após alguns minutos de jogo com movimentações e contorções ágeis, Mestre Bimba derruba seu adversário com um pontapé no peito, sagrando-se campeão baiano de capoeira.

Manoel dos Reis Machado já havia participado de algumas lutas de capoeira em ringues antes de ser considerado campeão baiano, e defendeu seu cinturão por duas vezes ainda no ano de 1936, vencendo todos estes combates.

Após a realização de alguns outros embates, a maioria deles com Mestre Bimba como juiz, o Parque Odeon foi fechado por causa da falta de clareza nas regras dos combates, estas que eram combinadas, geralmente, momentos antes dos lutadores subirem ao ringue, terminando sempre em confusão.

O sucesso do trabalho deste mestre foi tão reconhecido que em 1932 ele funda sua academia de capoeira, o *Centro de Cultura Física Regional*, sendo esta a primeira academia

com alvará de funcionamento datado em 23 de junho de 1937.

Mestre Bimba continuou a ensinar a Luta Regional Baiana em sua academia, ganhou prestígio e trouxe para o meio da capoeira alunos de todas as classe sociais, formando assim um grupo de capoeiristas.

Em 1953 foi à Brasília realizar uma apresentação para o então presidente Getúlio Vargas, quem declarou ser a Capoeira o único esporte verdadeiramente nacional<sup>4</sup>.

Fica claro que a característica de Luta da Capoeira foi fator importantíssimo para que esta modalidade ganhasse prestígio aos olhos da sociedade, e com isso das autoridades que repreendiam tal atividade.

E foi visando, justamente, uma maior eficiência dentro de uma luta que Manoel dos Reis Machado introduziu golpes de outras modalidades a suas movimentações de capoeira.

Estas novas movimentações deram origem a um método de ensino inovador para sua época, a qual Bimba deu o nome de “*Seqüência de Ensino*” (ANEXO A) e que ficou conhecida até hoje como “*Seqüência de Bimba*”.

Esta seqüência é formada por golpes, contragolpes e esquivas, com movimentações pré-determinadas e realizadas entre duas pessoas.

Os alunos deveriam conhecer a primeira seqüência, realizando-a sem hesitação nos movimentos, para que pudessem passar para a segunda e, assim por diante, até chegar à oitava seqüência, a última e mais complexa dentro deste método.

Segundo um de seus alunos, Raimundo César Alves de Almeida (mestre Itapoan), mestre Bimba dizia que:

Esta Seqüência é uma série de exercícios físicos completos e organizados em um número de lições práticas e eficientes, a fim de que o principiante em capoeira, dentro do menor tempo possível, se convença do valor da luta, como um sistema de ataque e defesa (ALMEIDA, 1982, p. 14 – 15 apud SILVA, 2002, p. 104).

Podemos perceber nas palavras do Mestre, um vocabulário característico da educação física daquela época (“exercícios físicos completos”), mostrando sua preponderância na metodologia de ensino de Bimba, com um claro caráter militarista, no qual a organização e a eficiência são fatores importantíssimos. Vale ressaltar que apesar de ser aquele método,

---

<sup>4</sup> Getúlio Vargas com sua política *populista*, libera as manifestações culturais das classes desfavorecidas financeiramente (em sua maioria, negros) como uma forma de manutenção da ordem e vê na Capoeira uma forma de exaltação do nacionalismo, buscando implantar esta idéia na população através da difusão da prática da capoeira.



ultrapassado para os dias de hoje, era sim um retrato atualizado para a época, no qual Mestre Bimba estava inserido.

A influência militar na vida capoeirística de Mestre Bimba aparece muito cedo, pois seu primeiro mestre de capoeira (Bentinho) era Capitão da Companhia de Navegação Baiana, ao contrário de Mestre Pastinha, por exemplo, que tem um contato maior com os militares depois de já estar formado capoeirista.

Sabendo que ambos viviam em uma época de perseguição às culturas de origem africanas e que os dois vieram de uma mesma classe social. Ou seja, eram participantes de um mesmo ambiente, no qual a educação física com sua pedagogia militar baseada nas ginásticas européias tinha uma presença muito forte. Talvez a diferença entre ter aulas de capoeira com um civil e ter aulas de capoeira com um militar, possa explicar a diferença de caminhos seguidos por estes dois mestres, tendo em vista as diferentes e comuns condutas pedagógicas reservadas a estes dois grupos, naquela época.

Vale ressaltar que as duas metodologias de ensino utilizadas por estes dois mestres refletem tanto a característica da ginástica quanto da pedagogização militar, porém com ênfases diferenciadas.

Mestre Pastinha preferiu deixar um pouco de lado o caráter combativo da capoeira, mas implantou uniforme e regras disciplinares em sua maneira de ensinar que refletem uma organização e preocupação com a ordem. Já Mestre Bimba deu ênfase no aspecto de luta da capoeira, em detrimento da componente ritualística desta cultura, mas com muitos exercícios que visavam fortalecer o aluno e desenvolver sua consciência corporal.

Devido à preocupação de Manoel dos Reis Machado com o desenvolvimento de um maior domínio do corpo, por parte de seus alunos, ele incorporou a sua Capoeira Regional movimentos baseados em modalidades de luta como a greco-romana e o jiu-jitsu<sup>5</sup>, criando o que ele próprio chamou de *Cintura Desprezada* (Anexo B).

Neste treinamento, um dos jogadores é arremessado pelo companheiro, sendo que o “arremessador” utilizaria uma das quatro técnicas que Bimba implantou no jogo da Regional. Seu intuito era “educar” a cintura do aluno que foi arremessado para que este

---

<sup>5</sup> Mestre Bimba teve contato com essa luta através de Cisanando Lima, um de seus alunos que também foi aluno de Conde Koma, um japonês lutador e grande conhecedor da “arte suave” (jiu-jitsu). Conde Koma se radicou no Pará, sendo acolhido pela Família Gracie e como forma de pagamento ensinou aos garotos da família seus conhecimentos do jiu-jitsu, dando início ao desenvolvimento do “Brazilian Jiu-Jitsu”, aprimorado e difundido pelos Gracie.

aprendesse a cair sempre em pé.

“Como o nome – ‘desprezada’ – indica, o velho mestre achava que não se dava a devida atenção ao jogo de cintura e domínio do corpo” (CAPOEIRA, 2006, p. 160).

Talvez, Mestre Bimba tivesse a única intenção de tornar seus alunos mais ágeis e preparados para enfrentar qualquer situação que encontrassem em uma luta, mas fato é que ao desenvolver a *Cintura Desprezada*<sup>6</sup>, o mestre estreitou a relação entre professor e aluno, sendo que este treinamento necessita de um acompanhamento, devido a seu alto risco de lesões.

A *Cintura Desprezada* foi uma inovação revolucionária, não só pela incorporação de novos movimentos muito próximos do adversário buscando a queda, mas também porque a adaptação deste tipo de movimento ao jogo da Capoeira Angola, por exemplo, não foi simples, na Angola não existem agarres, sequer golpes de mão eram permitidos por Mestre Pastinha, portanto os *angoleiros* (como são chamados os capoeiristas que não seguem a linha de Mestre Bimba) não concordavam com estes golpes, utilizando como argumento a descaracterização do jogo de Capoeira.

Vimos durante este capítulo como se deu a nova conformação da relação professor – aluno, a partir de Mestre Pastinha e Mestre Bimba. Eles conseguiram com seus trabalhos tirar a Capoeira da marginalidade, observando as tendências pedagógicas da época, moldando os métodos já existentes provindos da educação física presente nas Forças Armadas para o ensino de uma Capoeira “moderna”.

Levaram, dessa forma, a Capoeira da rua para as academias, conseguiram atingir pessoas das classes sociais mais abastadas e com isso, trouxeram para a Capoeira um número muito maior de praticantes.

A partir de seus ensinamentos e de suas novas técnicas de ensino-aprendizagem muitos outros mestres formaram seus grupos e seguem nesse caminho até hoje.

Fato, é que os dois grandes mestres deixaram um marco na história da Capoeira, hoje em dia dificilmente se encontra algum capoeirista que não faça menção aos mesmos ou que pratique uma capoeira com movimentações sem influência da Capoeira Angola ou da Regional. Hoje em dia, se pratica Capoeira Angola ou Capoeira Regional, sendo estas duas linhas, componentes de um universo chamado Capoeira.

---

<sup>6</sup> É possível a prática e desenvolvimento de outras linhas de capoeira, porém não foram encontrados registros que pudessem dar sustentação à documentos que revelassem uma nova linha.

Com certeza, a sistematização dos ensinamentos da Capoeira, feitas por Mestre Pastinha e Mestre Bimba, fizeram esta cultura sobreviver até os dias atuais.

Conforme a proposta deste trabalho, irei agora restringir as análises um pouco mais aprofundadas deste texto às fontes que mostram um conjunto de atividades com base nos fundamentos passados por Manoel dos Reis Machado, buscando explicitar como a relação professor – aluno se mantém na proposta dos seguidores de Mestre Bimba e sua tendência pós - Bimba.

## **4 A capoeira em jogo: análise de quatro propostas de ensino-aprendizagem.**

Para poder ter uma idéia bem abrangente, fiz um levantamento das obras que trazem em seu conteúdo alguma forma de transmissão da cultura da Capoeira.

O que mais se encontra, são livros sobre a história e a relação da capoeira com a sociedade, principalmente, da época em que sua prática era perseguida e proibida.

Seguindo a linha de raciocínio, citarei as obras que possuem formas de ensino dos movimentos da capoeira e realizarei uma análise um pouco mais profunda sobre a relação do professor – aluno naquelas que têm maiores características da Capoeira Regional.

Os livros levantados são: *A Capoeira Angola na Bahia* de Mestre Bola Sete, *Capoeira Sem Mestre* de Lamartine Pereira da Costa, *Capoeira: pequeno manual do jogador* de Nestor Capoeira e *No Caminho do Mestre* de Elto Pereira de Brito (Mestre Suíno).

### **4.1 A Capoeira Angola na Bahia**

O primeiro livro citado como se pode perceber pelo título, fala sobre a capoeira Angola e data de 1989, com edições em 1997, 2001 e 2003. É interessante relacioná-lo com os outros livros encontrados, pois este é o único que expõe exclusivamente as características da Capoeira Angola e sua diferença é bem grande desde sua forma de apresentação.

O livro é dividido em quinze capítulos, sendo dois deles reservados para movimentações da capoeira angola: Movimentos Básicos da Capoeira Angola e Sequências e Passagens na Capoeira Angola (MESTRE BOLA SETE, 2003, p.11).

Sobre as movimentações, o mestre os divide em “Movimentos Defensivos” (Ginga, Negativa, Role e Aú), “Movimentos Desequilibrantes” (Rasteira, Banda, Tesoura e Boca-de-calça) e “Golpes” (Rabo-de-arraia, Meia-lua, Ponteira, Chibatada, Chapa, Joelhada e Cabeçada).

No capítulo “Seqüências e Passagens na Capoeira Angola, Bola Sete ressalta que a Capoeira Angola primitiva não utilizava seqüências de movimentos, a fim de não padronizar a movimentação, mas diz também que acha válido, pois permite ao aprendiz uma aprendizagem mais veloz.

Neste livro, as seqüências são divididas em primeira e segunda parte com três conjuntos na primeira e quatro na segunda, sendo que o aluno poderá modificar as movimentações dos conjuntos, conforme sua preferência, mas seguindo o esquema de ensino.

Mestre Bola Sete se preocupa mais com as características que correm ao redor do treinamento das movimentações da capoeira como os toques de berimbau, a roda de capoeira, o traje do capoeirista, os cantos, entre outros.

A diferença entre regional e angola fica explícita também em suas publicações, visto que trazem consigo duas maneiras de enxergar esta cultura e a ênfase que é dada às suas características dependem desta visão.

## **4.2 Capoeira Sem Mestre**

A primeira publicação que se encontra após Bimba ter criado a Capoeira Regional e implantado suas metodologias de ensino, data de 1969, escrita por um profissional de educação física da época, Lamartine Pereira da Costa.

Lamartine foi 1º tenente da Marinha e obteve seus ensinamentos de capoeira através de Arthur Emídio, um mestre baiano radicado no Rio de Janeiro.

Arthur Emídio foi aluno de mestre Paizinho, o qual não praticava Capoeira Regional, nem Capoeira Angola, dizia ele: “Nossa capoeira era mais rápida que a do mestre Bimba, uma velocidade tremenda” (PIRES, 2001, p.136)

Portanto, Lamartine era conhecedor de uma capoeira diferente das duas mais conhecidas, mas consta que durante uma viagem à Bahia, teve aulas diretamente com Mestre Bimba. (PIRES, 2001, p. 136).

Ao elaborar seu livro *Capoeira Sem Mestre*, o autor claramente utiliza-se de movimentações características da Capoeira Regional, porém com o único objetivo da luta sem

fazer menção a qualquer mestre ou professor. Como o próprio Lamartine P. da Costa (1969, p. 07) escreve na introdução de sua publicação: “O objetivo do lançamento desta obra, pelas ‘Edições de Ouro’, é de dar oportunidade a um incremento da luta que mais se liga às tendências atléticas do povo brasileiro”.

Deixa claro o ideal militarista em suas palavras, buscando uma certa massificação e maior divulgação das idéias herdadas do Estado Novo de Getúlio Vargas, aplicadas agora em um momento de ditadura militar, idéias estas do fortalecimento da nação para um senso de Defesa Nacional e de doutrinação do corpo através da educação física.

Todavia, considerando toda esta manipulação de uma cultura afro-brasileira para determinados fins estipulados por uma instituição militar, o que mais chama atenção na obra é o fato da tentativa de implantação de um treinamento da capoeira sem nenhum mestre ou professor.

“A capoeiragem é possível de ser treinada a sós como no boxe (‘shadow-boxing’). Por ser uma luta sem contatos, dispensa, na sua aprendizagem, um companheiro” (COSTA, 1969, p. 08).

Com isso, o autor desconsidera totalmente os fundamentos tradicionais e ritualísticos passados de aluno para mestre (figura muito respeitada e valorizada pelos capoeiristas, principalmente, após o surgimento de Mestre Pastinha e Mestre Bimba) durante toda a história da Capoeira.

Vimos que a relação professor-aluno antes dos dois grandes mestres não era um fator muito valorizado pelos capoeiristas, pois estes antigamente aprendiam pela observação dos movimentos dos capoeiristas mais velhos nas rodas de rua, porém sempre existiu a participação de uma pessoa que dava instruções a estes capoeiristas iniciantes, até pela procura dos iniciantes por maiores conhecimentos junto dos mais velhos, sendo estes conhecimentos passados de forma oral com a principal formação baseada na experiência dentro das rodas.

Contudo, a partir da visão deste profissional de educação física a capoeira poderia ser treinada solitariamente, utilizando-se somente da metodologia por ele elaborada, buscando uma interação com outro jogador após a prática intensiva das movimentações mostradas no livro *Capoeira Sem Mestre* e suas combinações.

Ao descrever as características da capoeira o autor diz: “A chave do aprendizado da capoeira está na prática intensiva e não no conhecimento dos movimentos” (COSTA, 1969, p. 20).

Ainda na introdução fala rasamente sobre a importância do treinamento em dupla: “Entretanto a noção de distância (importantíssima) e o senso de oportunidade só serão adquiridos pela prática em dupla e por um treinamento intensivo” (COSTA, 1969, p. 08), Lamartine sequer toca no fator da malandragem presente na cultura da Capoeira, principalmente dentro do jogo. Talvez por ser esta e algumas outras características, fator de discriminação e repúdio pela sociedade aos praticantes antes de sua legalização.

Sua metodologia é dividida em sete partes ou capítulos todos com ilustrações e descrição das movimentações. Segundo o autor, o treinamento se inicia pelo aprendizado da Ginga, na qual faz analogia ao boxe, pautado na execução de um golpe em continuação de uma movimentação do corpo.

Logo após são introduzidos os Movimentos Defensivos (negativa, queda-de-quatro, aú, resistência e compasso). Os Movimentos Ofensivos são subdivididos em Golpes Desequilibradores (rasteira, corta-capim, tesoura, tombo-da-ladeira, a encruzilhada e a baianada) e em Golpes traumatizantes (pontapés, bênção, pisadas, armada, martelo, chapa, coice, arrastão, meia-lua, rabo-de-arraia, rabo-de-arraia-amarrado, vôo do morcego, cabeçada, “s” dobrado, taponar, vingativa e joelhada).

Após passar os movimentos básicos, Lamartine descreve a Combinação dos Golpes com quinze combinações enfatizando a possibilidade da união de um movimento com outro.

No Treinamento dos Movimentos, o autor julga como características principais do jogo de capoeira, a velocidade e precisão, enfatizando a necessidade de um treino intenso para a automatização dos movimentos, instruindo para que se realize um aquecimento antes do início do treinamento.

O próximo passo são as Séries de Aprendizagem com o intuito de treinar a rapidez e flexibilidade nos golpes, o autor descreve quatorze séries utilizando implementos como uma cadeira para treinar a distância e altura dos golpes e um “saco de areia” para aplicar os

golpes.

Sua preocupação exclusiva com a luta fica clara nesta última parte do livro, *Emprego dos Golpes*, no qual mostra o uso dos golpes “Enfrentando outro Capoeira”, “Contra praticantes de outras Lutas”, “Contra Leigos”, “Contra vários adversários” e “Contra adversários armados”, mostrando a aplicabilidade da *arte de defesa pessoal brasileira* (termo utilizado pelo autor).

### 4.3 Capoeira: pequeno manual do jogador

Já no ano de 1981, outra obra é lançada com o título de *Pequeno manual do jogador de capoeira* feito por Nestor Capoeira, com o intuito de divulgar as movimentações. Mais duas obras decorreram desta primeira, uma em 1985, *Capoeira, galo já cantou* e a última em 1992, intitulada *Capoeira, os fundamentos da malícia*.

Em 2006 o *Pequeno Manual do Jogador* chega a sua 8ª edição, revisada e atualizada por uma nova editora, com o título *Capoeira: pequeno manual do jogador*, este com o qual tive contato.

Nestor Capoeira foi aluno de Mestre Leopoldina, sendo este velho mestre reconhecido por suas composições e por sua habilidade com o berimbau. “A fina flor da malandragem” (Mestre Leopoldina), como também era conhecido, faleceu recentemente, em 17 de outubro de 2007, em São José dos Campos<sup>7</sup>.

Mestre Leopoldina foi iniciado na capoeira carioca por um velho malandro chamado Quinzinho, mas teve bastante contato com a capoeira baiana através do já citado Arthur Emídio, mesmo professor de Lamartine P. da Costa.

Portanto, Nestor Capoeira possui conhecimento semelhante ou na mesma linha de capoeira de Lamartine P. da Costa e apesar desta semelhança, poderemos perceber a diferença do direcionamento dos trabalhos de ambos os autores.

Nestor Capoeira, hoje em dia, é graduado mestre pelo Grupo Senzala do qual Mestre Leopoldina fez parte.

---

<sup>7</sup> Deixo registrado meu pesar por uma perda tão significativa para a arte Capoeira e para nós capoeiristas.



O Grupo Senzala teve sua formação nos anos sessenta, mostrando uma capoeira veloz e eficiente, utilizando-se de uma sistematização dos treinamentos e uniformização dentro das academias (herdados de Mestre Pastinha e Mestre Bimba) atraiu muitos jovens da classe média do Rio de Janeiro.

O grupo cresceu e foi o maior representante da capoeira regional nas décadas de 60 e 70. Apesar de o grupo ter sido formado pela união de capoeiristas com formações variadas, a capoeira apresentada pela Senzala é conhecida como “regional-senzala” (CAPOEIRA, 2006 p.60), por estar nos moldes da capoeira regional, mas possuir algumas características que podemos dizer que vão além da sistematização feita por Mestre Bimba.

Ao método de ensino de Bimba (através das seqüências), aos poucos foram adicionados uma ginástica de aquecimento (no início das aulas), treino sistemático e repetitivo de cada golpe, uma graduação para os alunos através de corda ou cordões de diferentes cores amarrados na cintura, e o uso obrigatório de uniforme durante as aulas (CAPOEIRA, 2006 p. 59).

Nestor Capoeira, mostra uma grande preocupação com a manutenção das tradições e rituais característicos da capoeira que estão sendo perdidos a partir das sistematizações que visam eficiência total da movimentação dos capoeiristas, principalmente dentro da capoeira regional.

No capítulo “Aprendendo Capoeira”, Nestor Capoeira discorre sobre os métodos regional-senzala e capoeira angola, explicitando suas diferenças. Segundo o autor, estes métodos são divergentes na objetividade e na improvisação, basicamente.

O método regional-senzala é baseado na *Seqüência de Bimba*, somando-se exercícios de aquecimento, fortalecimento muscular e uma metodologia bastante objetiva, com forte presença de exercícios analíticos para a aprendizagem dos movimentos, priorizando a técnica e deixando de lado as tradições e o ritual.

Já no método da capoeira angola não se utiliza uma estruturação tão grande, mas a criatividade e a malícia são aspectos fundamentais de uma aula baseada neste método.

Devido à sua preocupação com as tradições, Nestor Capoeira mesclou os dois métodos acima citados para criar seu próprio método de ensino. Em seu livro *Capoeira: o pequeno manual do jogador*, o autor apresenta sua forma de ensinar dentro de um capítulo “Método de Ensino”, com algumas sub-divisões: “A movimentação”, “As esquivas”, “Os golpes

básicos”, “A seqüência de mestre Bimba”, “Os golpes desequilibrantes”, “Outros golpes”, “A linguagem da capoeira angola” e “Elementos ritualizados”.

O autor constantemente enfatiza a necessidade de deixar livre a criatividade do aluno, principalmente durante as primeiras aulas e com o passar do tempo, levar em conta as diferenças e a individualidade de cada aluno.

Resumidamente, a metodologia de Nestor Capoeira se baseia, principalmente, no método da regional-senzala, mostrando uma menor preocupação com a técnica dos movimentos, pelo menos no início da aprendizagem (visto que o autor determina formas de treinamento para cada movimento citado dentro das sub-divisões do capítulo “Método de Ensino”), sendo mostradas ao fim do capítulo os componentes do jogo de capoeira que são ritualizados (“A saída para o jogo”, “A chamada para o passo a dois”, “A volta ao mundo” e “A compra de jogo”) e a necessidade de se resgatar a fundamentação de cada um desses elementos.

Este livro, como o próprio título aponta, tem como objetivo ensinar a Capoeira a partir de uma metodologia própria do autor. Contudo, este manual evidentemente não é capaz de substituir um mestre ou professor, visto que seria contraditório explicitar a necessidade de se manter as tradições dentro da Capoeira e dividir a metodologia de ensino em treinamento das movimentações e aspectos ritualizados do jogo.

O livro é interessante para um professor que busca uma nova maneira de passar seus conhecimentos, pois ele mostra a experiência de um mestre preocupado em abranger o máximo da arte Capoeira em seus ensinamentos. E a partir do conhecimento desta experiência, o professor poderá unir os elementos ritualizados ao treinamento das movimentações, dando maiores oportunidades a seus alunos para usarem a imaginação a partir dos fundamentos do jogo.

Fica clara a necessidade de uma relação entre o professor e o aluno para que as preocupações explicitadas por Nestor Capoeira sejam remediadas de forma que não se entenda como concluído o desenvolvimento da Capoeira.

#### 4.4 No Caminho do Mestre

A última obra a ser citada é a de Mestre Suíno do Grupo Candeias, este grupo foi criado em Goiânia e tem como patrono Mestre Bimba, portanto segue sua linha.

*No Caminho do Mestre* é outra obra muito interessante para aqueles que desejam ministrar aulas de capoeira, pois o autor relaciona os conceitos da educação física não só no âmbito do treinamento, mas também nas características psicológicas e filosóficas que estão situadas dentro de uma aula.

Mestre Suíno fala sobre o processo de ensino-aprendizagem com o qual trabalha em seu grupo, exaltando a importância do planejamento das aulas, da motivação dos alunos e da comunicação com eles.

O autor abrange métodos e técnicas utilizadas na área da educação física (Parcial, Global, Misto), traz a idéia da ludicidade dentro da aula e trabalha com a especificidade da capoeira nos métodos, Recreativo, Treinamento em Circuito e o Circulatório e contínuo.

Quanto às técnicas, cita alguns estilos, baseado em um autor chamado Muska Mosston que criou uma teoria chamada *Spectrum* Estilos de Ensino, na qual o estudioso propõe estilos de ensino, os quais vão de uma técnica que prioriza a simples reprodução das idéias até a possibilidade de criação de novas idéias.

Os estilos são: Comando, Tarefa, Recíproco, Auto-Checagem, Inclusão, Descoberta Guiada, Solução de Problemas (Convergente), Solução de Problemas (Divergente), Individual, Iniciado pelo aluno e Auto-Ensino (GOZZI, RUETE, 2006, p.118).

Mestre Suíno utiliza seis destes estilos dentro de suas aulas de capoeira, são eles, Comando, Tarefas, Recíproco, Individual, Descoberta Guiada e Solução de Problemas transferindo gradativamente as responsabilidades e competências para os alunos.

Este autor ainda cita alguns princípios do treinamento desportivo (Individualidade Biológica, Adaptabilidade, Sobrecarga, Sistematização e Volume-Intensidade), porém não especifica diretamente os tipos de treinamento dentro de uma aula de capoeira. O autor os utiliza forma geral, caracterizando cada princípio de uma maneira que abrange qualquer tipo de aula ou treino.

Mestre Suíno descreve sua maneira de ensinar através de um claro

embasamento teórico dentro da área da educação física dando grande ênfase na relação do professor com o aluno, reservando uma pequena parte de sua obra para denominação e exemplos de combinação de movimentos da capoeira.

Ou seja, desta forma o autor deixa claro o intuito de sua contribuição, o de demonstrar sua maneira de ensinar sem dar idéia de fórmulas pré-fabricadas, mas deixando um “molde” para que futuros professores possam utilizar suas idéias a partir desta.

## **5 Conclusões**

Durante o decorrer deste trabalho, foi explicitada a influência da Educação Física sobre a cultura da Capoeira, principalmente, nas formas de transmissão das movimentações.

Vimos que antes do surgimento dos grandes mestres Pastinha e Bimba, esta transmissão era feita conforme a necessidade do aprendiz e sua busca por novos conhecimentos, o que não caracterizava uma relação entre professor e aluno, ou a referência deste ou daquele professor com um só ou vários alunos em um mesmo local de ensino.

Após a sistematização feita por estes mestres, percebemos a aparição da figura do mestre e a importância dela para a cultura da Capoeira.

Neste momento, temos um contexto social com forte presença da educação física, principalmente nas escolas, devido ao ideal nacionalista e de fortalecimento da nação imposto por Getúlio Vargas, ideal este mantido até após a década de 60 com os militares.

Podemos perceber esta presença não só na Capoeira Regional que enfatiza o aspecto combativo e o aprimoramento das técnicas de golpes e contragolpes, mas também na Capoeira Angola, principalmente na característica de organização durante os treinos dos angoleiros, herdada do militarismo presente na área da educação física.

Ao realizar o levantamento bibliográfico, vimos nas publicações que descreviam movimentos característicos da Capoeira Regional e suas formas de treinamento, a forte presença do militarismo ainda hoje. O que nos mostra certa manutenção das metodologias de ensino propostas por Mestre Bimba, com o acréscimo de algum aquecimento no início da aula e alguns exercícios retirados da educação física.

Por outro lado, percebe-se uma grande preocupação com as perdas dos rituais e tradições pertencentes à cultura da Capoeira, fato que nos mostra um avanço na maneira de pensar a capoeira, não só como movimentos de “pernas para o ar” ao som de um berimbau.

Ao relacionar as obras estudadas neste trabalho com o processo de ensino-aprendizagem da capoeira, podemos perceber que até mesmo a Capoeira Angola que busca manter em sua prática as tradições e rituais originais, sofre influências das tendências metodológicas, temos como exemplo o livro de Mestre Bola Sete que utiliza seqüências e passagens como forma de ensino, admitindo ser esta uma metodologia que facilita a assimilação

dos movimentos da Capoeira.

Temos nas duas obras citadas em seguida (Capoeira Sem-Mestre e Capoeira: pequeno manual do jogador) maior influência da Sequência de Bimba, com algumas diferenças entre elas, uma ênfase muito grande no aspecto da luta e desconsideração dos rituais e tradições na primeira e um acréscimo de maneiras de ensino destes rituais que foram se perdendo ao longo do tempo na segunda.

Enfim, no livro *No Caminho do Mestre* percebe-se características da Capoeira Regional na maneira de ensino de Mestre Suíno, porém este utiliza métodos característicos da educação física, o que mostra uma grande preocupação na otimização e aperfeiçoamento na forma de ensinar a Capoeira.

Este estudo trouxe-me um conhecimento que me dará base para poder refletir com mais clareza sobre as possibilidades e diferentes metodologias de ensino da Capoeira, pois ao saber sobre o decorrer deste ensino através do tempo poderei traçar minha própria linha de ensino, visando transmitir não só o que possuo como capoeirista, mas também conteúdos que não tenho domínio e que podem ser retratados dentro de uma aula.

Farei ainda uma analogia utilizando o texto de Lino Castellani Filho sobre a educação física, a fim de explicitar minha visão sobre o trabalho com Capoeira, principalmente em relação aos profissionais desta área.

Na conclusão de seu texto, Castellani Filho (1993) faz uma revisão histórica da educação física, mostrando que a construção desta área não trouxe coisas novas, apenas a aparência foi modificada.

Por outro lado, a forma de raciocínio presente nas teorias da época se fazia baseada em alguns conceitos repensados, o biológico não era mais primordial e as relações sociais estavam sendo levadas em conta.

Portanto, a Educação Física passou a enxergar o Homem por um olhar mais completo e humano, o que parece até redundante.

Em relação à Capoeira, tomo como exemplo a revisão de Castellani Filho para ressaltar que esta cultura possui características riquíssimas, as quais não podem ser deixadas de lado por este ou aquele estilo. A Capoeira tem muito a nos proporcionar, basta um olhar um pouco mais cuidadoso para percebermos a infinidade de formas de trabalho que teremos ao abrangê-la por completo.

## **Referências**

BOLA SETE, Mestre. **A Capoeira Angola na Bahia**, 4.ed. Rio de Janeiro: Pallas, 2003.

BRITO, Elto Pereira de. **No Caminho do Mestre: aprendendo hoje, para ensinar amanhã**.

CAPOEIRA, Nestor. **Capoeira: pequeno manual do jogador**, 8.ed. Rio de Janeiro: Record, 2006.

CASTELLANI FILHO, Lino. Pelos meandros da educação física. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v. 14, n. 03, p. 119 – 125, 1993.

COSTA, Lamartine Pereira da. **Capoeira sem mestre**. Rio de Janeiro: Tecnoprint, 1969.

GOZZI, Márcia Cândida Teixeira; RUETE, Helena Maria. Identificando Estilos de Ensino em aulas de Educação Física em segmentos não-escolares. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esportes**, v. 5, n. 01, p. 117 – 134, 2006.

PASTINHA, uma vida pela Capoeira! Direção: Antônio Carlos Muricy. Produções Cinematográficas. Rio de Janeiro: Brian Sewell, 1999. 1 fita de vídeo – VHS/NTSC.

PIRES, Antônio Liberac Cardoso Simões. **A capoeira no jogo das cores : criminalidade, cultura e racismo na cidade do Rio de Janeiro (1890-1937)**, Tese (Mestrado em História) – Instituto de Filosofia e Ciências Sociais, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 1996.

\_\_\_\_\_. **Movimentos da cultura afro-brasileira: a formação histórica da capoeira contemporânea (1890 – 1950)**, Tese (Doutorado em História) – Instituto de Filosofia e Ciências Sociais, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2001.

\_\_\_\_\_. **A Capoeira na Bahia de Todos os Santos: um estudo sobre a cultura e classes trabalhadoras (1890 – 1937)**. Tocantins/Goiânia: Neab, 2004.

SILVA, Paula Cristina da Costa. **A Educação Física na roda de capoeira...entre a tradição e a globalização**, 2002. Dissertação (Mestrado) – Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas, Campinas.

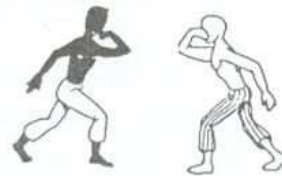
ANEXO A: “Seqüência de Bimba” (CAPOEIRA, 2006, pp. 151 – 160).

## 1ª SEQÜÊNCIA

Liso: meia-lua de frente (de direita), meia-lua de frente (de esquerda), armada e aú.

Riscado: cocorinha, cocorinha, negativa com rolê e cabeçada.

1. Dois jogadores gingam, um acompanhando a ginga do outro. Nos desenhos vemos Liso à esquerda e Riscado à direita.



2. Liso dá um passo à frente (pé esquerdo) na direção de Riscado, colocando-se de tal forma que poderá atacar com objetividade (nos primeiros treinos, Liso deverá avisar a Riscado que vai atacar: “Lá vai!”, para evitar acidentes).



3. Liso ataca Riscado com uma meia-lua de frente (pé direito). Riscado se defende, descendo na cocorinha, enquanto dá um pequeno pulo à frente, entrando e chegando mais perto da perna de apoio (esquerda) de Liso. (Na verdade, no desenho, Riscado deveria estar mais “dentro”, pois se Liso baixar o pé, vai pegar na cabeça de Riscado.)



4. A perna de Liso passou sobre Riscado, e Riscado se levanta.

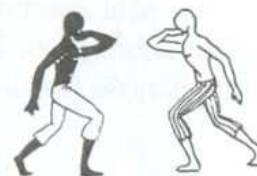


5. Imediatamente Liso ataca com outra meia-lua de frente (perna esquerda). Riscado desce outra vez na cocorinha, aproximando-se da perna (direita) de apoio de Liso. (Na verdade, no desenho, Riscado, deveria estar mais “dentro”, pois se Liso baixar o pé, vai pegar na cabeça de Riscado.)





1. Liso e Riscado gingham, um acompanhando a ginga do outro.



2. Liso dá um largo passo à frente e para fora (com a perna esquerda), buscando uma posição onde poderá encaixar seu martelo (de direita) com eficiência, e solta o golpe. Mas Riscado percebeu o ataque, e, quando Liso deu seu passo (de esquerda, para a frente e para fora), Riscado o acompanhou, dando também um passo (de direita) e encaixando uma banda (com o pé esquerdo) na perna de apoio (esquerda) de Liso, e poderia derrubá-lo (mas não finaliza a queda, para poder dar continuidade à seqüência).



3. Liso executou seu martelo (de direita) e coloca o pé (direito) no chão, emendando imediatamente um martelo de esquerda. Mas Riscado foi mais rápido novamente. Desencaixou a banda (pé esquerdo), dando um passo para o lado e encaixando outra banda (agora com o pé direito) na perna de apoio (direita) de Liso, podendo derrubá-lo novamente.



4. Riscado desencaixa o pé direito e coloca-o um pouco à frente; ele gira a cabeça, o tronco, e os pés também seguem este giro, e Riscado vai tentar pegar Liso com uma armada (de esquerda). Mas Liso já finalizou seu martelo e colocou o pé esquerdo no chão; ao perceber o ataque de Riscado, ele começa a descer numa cocorinha.



5. Riscado soltou a armada de esquerda. Mas Liso desceu na cocorinha, dando um pequeno pulo à frente, aproximando-se da perna (direita) de apoio de Riscado.



6. Liso concluiu a meia-lua de frente (de esquerda), mas, em vez de trazer seu pé esquerdo de volta à posição inicial, como seria normal, Liso finaliza o golpe colocando o pé esquerdo à frente, em posição de emendar uma armada com a outra perna (direita), que certamente pegará Riscado quando este se levantar da cocorinha.



7. Liso gira a cabeça, o corpo, e os pés giram também, e ele vai soltar a armada (de direita). Mas Riscado percebeu o ataque e não se levanta; em vez disso, ele passa da cocorinha para a negativa, esticando sua perna esquerda e colocando seu pé de tal forma que poderia puxar a perna de apoio (esquerda) de Liso, derrubando-o.



8. Liso executa a armada de direita.



9. Liso finaliza o golpe, e Riscado se prepara para sair da negativa e pegar Liso quando este sair de aú.



10. Liso saiu de aú (pelo seu lado esquerdo) e Riscado entrou, tentando encaixar uma cabeçada em Liso (evite dar a cabeçada, pois se o iniciante Liso não souber fugir no aú com rolê, ele cairá de costas e poderá se machucar).

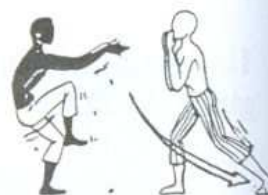


## 2ª SEQÜÊNCIA

Liso: martelo de direita, martelo de esquerda, cocorinha, bñção e aú.

Riscado: banda de esquerda, banda de direita, armada, negativa com rolê e cabeçada.

6. Mal a armada (de esquerda) de Riscado passa sobre Liso, Liso se levanta já preparando uma bênção (de direita).



7. Liso executa a bênção de direita e Riscado se esquiva, descendo na negativa, procurando encaixar seu pé direito por trás da perna de apoio (esquerda) de Liso.



8. Liso recolhe a bênção, já se preparando para sair de aú. Riscado encaixou seu pé (direito) atrás da perna (esquerda) de apoio de Liso, e poderia puxá-lo, derrubando-o (mas não o faz).



9. Liso saiu de aú pelo seu lado esquerdo, e Riscado deu o rolê e entrou na cabeçada.



### 3ª SEQÜÊNCIA

Liso: queixada (de direita), queixada (de esquerda), cocorinha, bênção e aú.

Riscado: cocorinha, cocorinha, armada, negativa, rolê e cabeçada.

1. Os dois jogadores gingham, um acompanhando a ginga do outro. Chega um momento em que Liso deveria pôr a perna direita atrás, na seqüência normal da ginga.



2. No entanto, em vez disso, ele dá, com a perna direita, um passo à frente e um pouco para fora (saindo da frente de Riscado).





3. Liso ataca com a queixada de direita. Riscado desce na cocorinha, dando um pequeno pulo à frente, entrando e se colocando perto da perna (esquerda) de apoio de Liso. (Na verdade, no desenho, Riscado deveria estar mais “dentro”, pois se Liso baixar o pé, vai pegar na cabeça de Riscado.)



4. O golpe passou e Riscado subiu, já “dentro” da guarda de Liso. Num jogo, a vantagem estaria com Riscado.



5. Riscado se refaz e se coloca, dando um pequeno passo à frente e para fora com a perna esquerda, e ataca com outra queixada, desta vez com a perna esquerda. (Na verdade, no desenho, Riscado deveria estar mais “dentro”, pois se Liso baixar o pé, vai pegar na cabeça de Riscado.)



6. Liso terminou a segunda queixada. Riscado se levanta da cocorinha e dá um pequeno passo (com a esquerda) para a frente e para fora (saindo da frente de Liso e se colocando para soltar a armada de direita).



7. Riscado gira a cabeça, o tronco, e os pés giram também (seguindo o movimento da cabeça), e solta a armada de direita. Liso entra (com um pequeno pulo à frente) descendo na cocorinha.



8. Liso sobe, já preparando a bênção de direita. Riscado termina a armada (de direita) com a perna direita atrás (este momento não aparece nos desenhos), e rapidamente desce na negativa, entrando com a perna direita.



9. Liso dá a bênção de direita. Riscado já está com a sua perna direita encaixada na perna (esquerda) de apoio de Liso, e poderia derrubar Liso.



10. Liso sai de aú para o seu lado esquerdo. Riscado dá o rolê e entra na cabeçada.



## 4ª SEQÜÊNCIA

Liso: galopante, negativa, rolê e cabeçada.  
Riscado: arrastão e aú.

1. Nesta seqüência vamos ver o *galopante* e o *arrastão*, ainda desconhecidos (ver mais adiante neste livro). Os dois gingham e um acompanha a ginga do outro.



2. Liso dá um passo à frente (de esquerda) e solta um galopante de direita (uma tapona no ouvido). Riscado move a cabeça para o lado direito, fugindo do galopante, à medida que se abaixa, dá um passo (de direita) à frente e sua perna entra entre as pernas de Liso. Neste mesmo movimento, após o galopante ter passado por cima de sua cabeça, Riscado volta com a cabeça e o tronco (já embaixo) para o outro lado (seu lado esquerdo), num movimento de pêndulo, e entra com o ombro direito no quadril de Liso, deslocando-o ao mesmo tempo em que puxa a base de Liso (puxando por trás dos joelhos de Liso).



3. Liso cai procurando a negativa. Riscado puxa seu pé direito para trás.



4. Liso caiu na negativa. Riscado vai sair de aú pelo seu lado direito, tentando passar para as costas de Liso (e a cabeça de Liso ficaria à sua disposição quando Riscado terminasse o aú).



5. Riscado saiu no aú, mas Liso entrou na cabeçada.

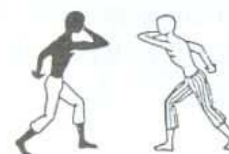


## 5ª SEQÜÊNCIA

Liso: giro em pé, joelhada e aú.

Riscado: cabeçada, rolê, negativa e cabeçada.

1. Os dois gingam, um acompanha o outro.



2. Liso dá um giro em pé. Riscado pensou que poderia ser uma armada e se abaixou; quando percebeu que era apenas um giro em pé, entrou com violenta cabeçada baixa, os braços protegendo o rosto.



3. Liso dá uma joelhada visando ao rosto de Riscado. Riscado percebe o ataque; interrompe a cabeçada no meio do caminho e recua descendo na negativa, sem completar a cabeçada.



4. Liso vai sair de aú pelo seu lado direito, tentando passar para as costas de Riscado.





5. Mas Riscado dá o rolê e entra na cabeçada.

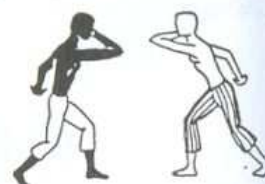


## 6ª SEQÜÊNCIA

Liso: meia-lua de compasso, cocorinha.

Riscado: cocorinha, meia-lua de compasso.

1. Os dois gingham, um acompanhando a ginga do outro.



2. Na seqüência normal da ginga, Liso levou o pé direito à frente e logo em seguida entrou com o pé esquerdo, colocando-se em posição de executar a meia-lua de compasso (de direita). Riscado começou a descer na cocorinha.



3. Liso soltou a meia-lua de compasso (de direita) e Riscado desceu corretamente na cocorinha, junto à perna de apoio de Liso.



4. Mal o golpe de Liso passou sobre a cabeça de Riscado, Riscado, da cocorinha, deu um passo à frente (de direita), colocando-se na posição de soltar a sua meia-lua de compasso (de esquerda).



5. Riscado soltou sua meia-lua de compasso (de esquerda) e Liso desceu na cocorinha.



## 7ª SEQUÊNCIA

Liso: armada, cocorinha, bênção, aú.

Riscado: cocorinha, armada, negativa com rolê e cabeçada.

1. O desenho mostra os jogadores já em plena atividade: a partir da ginga, Liso deu um passo (de esquerda) à frente, entrando e se colocando para dar a armada (de direita). Liso gira a cabeça e o tronco (falta apenas girar os pés para soltar a armada). Riscado já entrou, descendo na cocorinha.



2. Liso soltou a armada e, mal o golpe passou sobre a cabeça de Riscado, Riscado se levantou, dando um passo à frente (de direita), girou a cabeça e o tronco e se colocou em posição de soltar a sua armada (de esquerda).



3. Riscado soltou a armada de esquerda. Liso, que havia terminado seu golpe com sua perna direita atrás, deu um pequeno pulo à frente, descendo na cocorinha e entrando sob a armada de Riscado.



4. Liso já subiu dando uma bênção de direita. Riscado, que havia terminado sua armada com o pé esquerdo atrás, desceu na negativa, entrando com seu pé direito de tal modo que ele fica atrás do pé (esquerdo) de apoio de Liso.



5. Liso saiu de aú pelo seu lado esquerdo, e Riscado se prepara para dar o rolê e tentar a cabeçada, mas aparentemente está um pouco atrasado.





## 8ª SEQÜÊNCIA

Liso: bênção e aú.

Riscado: negativa com rolê e cabeçada.

1. A partir da ginga, Liso deu um passo à frente (de esquerda), para se aproximar, e começa a dar a bênção (de direita). Riscado começou a descer na negativa.



2. Liso executou a bênção de direita, e Riscado desceu na negativa e já encaixou o pé (direito) atrás do pé (esquerdo) de apoio de Liso.



3. Liso finalizou a bênção trazendo seu pé direito de volta ao chão, para a mesma posição de onde tinha partido para dar o golpe; e então saiu de aú pelo seu lado esquerdo. Riscado deu o rolê e entrou na cabeçada.



**ANEXO B: “Cintura Desprezada” (CAPOEIRA, 2006, pp. 160 – 161).**

