

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

DANILO ROBERTO XAVIER DE OLIVEIRA CREGE

**A CAPOEIRA E SUAS POSSÍVEIS
RELAÇÕES COM O DESENVOLVIMENTO
MOTOR DOS ALUNOS DE PRIMEIRA À
QUARTA SÉRIE DO ENSINO
FUNDAMENTAL**

Campinas
2005



DANILO ROBERTO XAVIER DE OLIVEIRA CREGE

**A CAPOEIRA E SUAS POSSÍVEIS
RELAÇÕES COM O DESENVOLVIMENTO
MOTOR DOS ALUNOS DE PRIMEIRA À
QUARTA SÉRIE DO ENSINO
FUNDAMENTAL**

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

Orientador: Prof. Dr. José Júlio Gavião de Almeida

Campinas
2005

UNIVERSIDADE FEF/1091	
N.º CHAMADA:	
TCC/Unicamp	
C861c	
V.	Ex.
QUANTO BC/	2666
PROC.	
<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
PREÇO	11,00
DATA	22/12/05
N.º CPD	375720
200600588	

**FICHA CATALOGRÁFICA ELABORADA
BIBLIOTECA FEF - UNICAMP**

C861c Crege, Danilo Roberto Xavier de Oliveira.
A capoeira e suas possíveis relações com o desenvolvimento motor dos alunos de primeira a quarta série do ensino fundamental / Danilo Roberto Xavier de Oliveira Crege. - Campinas, SP: [s.n], 2005.

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

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

DANILO ROBERTO XAVIER DE OLIVEIRA CREGE

**A CAPOEIRA E SUAS POSSÍVEIS RELAÇÕES COM
O DESENVOLVIMENTO MOTOR DOS ALUNOS DE
PRIMEIRA À QUARTA SÉRIE DO ENSINO
FUNDAMENTAL**

Este exemplar corresponde à redação final do Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) defendido por Danilo Roberto Xavier de Oliveira Crege e aprovado pela Comissão julgadora em: 17/10/2005.



Prof. Ms. Alexandre Marcucci Miotto

Campinas
2005

Dedicatória

*Dedico este trabalho a meus pais e
aos amigos da turma 00 noturno.*

Agradecimentos

Ao Prof. Dr. José Júlio Gavião de Almeida por ter aceitado colaborar com este trabalho e pelos conhecimentos transmitidos ao longo destes anos de graduação. Deixo aqui meu muito obrigado a você que tanto em suas aulas quanto nos corredores da faculdade consegue conciliar diversão com competência.

A meus pais José Roberto e Gilda, e ao meu irmão Pedro que sabem das dificuldades passadas para chegar até aqui, e estiveram sempre presentes apoiando as minhas decisões.

A Camila que entrou em minha vida num momento muito importante, e a cada dia que passa tem se mostrado uma pessoa muito especial. Te adoro!!!! <Fogo>.

Aos amigos do LABEEST e as Profs. Dras. Dora e Regina, pessoas extremamente competentes, que me acolheram e colaboram diariamente para a minha formação profissional.

Aos amigos da Fisioterapia, pessoas com as quais passei os melhores anos de minha vida entre estudos, churrascos, Interfisios e baladas. Pato, Duzão, Mococa, Jão, Milhão, Sato, Cacán, Rafa, Tenista, Du São Roque (tá quase Du!!!!!!), Gui e meninas obrigado por tudo!!!!

Aos amigos da turma 00 Noturno de Educação Física, por todos os momentos passados juntos nestes anos de graduação.

Aos figuras da Equipe 1: Zé Renan, Poses, Gui, Aragon, Alexei. Só risada!!!!

Meu agradecimento especial às meninas: Malu, Giu, Ylanão, Ana Caiçara, Valerião. Com certeza não teria chegado até aqui sem a ajuda de vocês. Este trabalho é dedicado especialmente a vocês. Beijo enorme!!!!

A todos os outros professores, amigos, veteranos,... que de forma direta ou indireta colaboraram nesta etapa de minha vida

E a Deus e todos que olham lá de cima por mim.

CREGE, Danilo Roberto Xavier de Oliveira. A capoeira e suas possíveis relações com o desenvolvimento motor dos alunos de primeira à quarta série do ensino fundamental. 2005. 48f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação)-Faculdade de Educação Física. Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2005.

RESUMO

O desenvolvimento motor é uma área com muitos estudos na Educação Física que abrange desde os primeiros anos de vida até o envelhecimento. Nas crianças na faixa etária de primeira a quarta série do ensino fundamental existe uma série de habilidades motoras se desenvolvendo, e amadurecendo, como o esquema corporal, a lateralidade, a orientação, o equilíbrio, entre outras. Dentro dos chamados conteúdos da Educação Física a dança e a luta talvez sejam os menos explorados pelos professores, que muitas vezes não tiveram contato com esses conteúdos durante a sua formação e desta maneira evitam a utilização destes em suas aulas. A capoeira é uma prática que possui diversos elementos tanto das lutas quanto das danças, o que a torna uma atividade extremamente rica, com diversos recursos possíveis de serem trabalhados na aula de Educação Física. Devido a história de marginalidade ligada a capoeira, que no início do século passado era considerada uma prática de desordeiros, bandidos, e por isso chegou a ser proibida por um longo período de tempo, muitas vezes o seu ensino nas escolas é condenado já que para muitos, a capoeira é apenas uma luta e pode incentivar a violência entre os alunos. A riqueza de golpes, acrobacias, floreios existentes na capoeira a tornam uma atividade capaz de estimular o desenvolvimento de inúmeras destas habilidades motoras, e não necessariamente o professor de Educação Física precisa ser uma capoeirista para utilizar alguns destes recursos da capoeira de maneira a contribuir com o desenvolvimento motor destes alunos. Os primeiros anos escolares são responsáveis por fornecer aos alunos os conhecimentos elementares das disciplinas que serão estudadas nos anos subsequentes. No âmbito da Educação Física não é diferente. Esse é um período em que cabe aos professores proporcionarem atividades lúdicas, capazes de desenvolver as habilidades motoras básicas dos alunos. Desta maneira o objetivo deste trabalho é mostrar as possíveis relações existentes entre a capoeira e o desenvolvimento motor na faixa etária das crianças de primeira a quarta série do ensino fundamental.

Palavras-chaves: Desenvolvimento Motor; Capoeira; Ensino Fundamental

CREGE, Danilo Roberto Xavier de Oliveira. Capoeira and your possibles relationships with motor development of the students from first to fourth degree of fundamental education. 48f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação)-Faculdade de Educação Física. Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2005.

ABSTRACT

The motor development is part of Physical Education with many studies that comprehend the first years of life and the aging. On children from first to fourth degree of fundamental education there are a lot of motor skills developing and ripening, like corporal conscience, laterality, orientation, equilibrium and others. Within the contents of Physical Education the dance and the fights maybe the less useful for the teachers, that many times, doesn't have these contents during your formation, and so, they avoid it utilization in your classes. The capoeira is an activity with many elements of the fights and the dance, and these makes capoeira an important practice with a large source of recourses that can be utilized in a class of Physical Education. Capoeira has a history of marginality, and in the beginning of the last century was considered a practice of disorderlies and robbers, that was forbidden for a long time, and sometimes the teachers of capoeira in schools are condemned because for many people it can stimulate the violence among the student. The movements and acrobaties of capoeira made of it an activity that can stimulate the development of many motor skills, and the teacher doesn't need to be a capoeirista to use some elements of capoeira to contribute with the motor development of these students. The first scholar years are responsables to give for the pupils elementar knowledges. These apply to Physical Education. In this period the teachers must proportion activities that can developing the basic skills of the students. So, the aim of this study is show the relationships existents between capoeira and motor development in the scholar age from first to fourth degree of fundamental education.

Keywords: Motor Development; Capoeira; Fundamental Education

SUMÁRIO

1 DESENVOLVIMENTO METODOLÓGICO.....	08
2 CAPOEIRA.....	11
2.1 As origens.....	11
2.2 A prática dos escravos.....	14
2.3 Da proibição à expressão da cultura nacional.....	15
2.4 A capoeira moderna.....	18
3 DESENVOLVIMENTO MOTOR.....	21
3.1 Habilidades motoras.....	22
3.1.1 Esquema corporal.....	25
3.1.2 Coordenação motora.....	25
3.1.3 Equilíbrio.....	26
3.1.4 Lateralidade.....	26
3.1.5 Agilidade.....	27
3.1.6 Ritmo.....	27
3.1.7 Orientação.....	28
3.1.8 Flexibilidade.....	28
4 DESENVOLVIMENTO MOTOR X CAPOEIRA.....	31
4.1 Movimentos locomotores fundamentais.....	31
4.2 Movimentos manipulativos fundamentais.....	32
4.3 Movimentos estabilizadores fundamentais.....	34
4.3.1 Movimentos axiais.....	35
4.3.2 Rotação corporal.....	36
4.3.3 Desvio.....	37
4.3.4 Equilíbrio unipodal.....	38
4.3.5 Apoios invertidos.....	39
5 DISCUSSÃO.....	42
6 CONCLUSÃO.....	47
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	49

1 DESENVOLVIMENTO METODOLÓGICO

Para desenvolver este trabalho intitulado “A capoeira e suas possíveis relações com o desenvolvimento motor dos alunos de primeira a quarta série do ensino fundamental”, foi realizado uma revisão bibliográfica da literatura existente acerca dos temas explorados nos capítulos subseqüentes.

Inicialmente realizou-se uma revisão a respeito da capoeira, em que o objetivo foi realizar um breve relato histórico desta prática, buscando fazer uma relação com o ambiente político-social pelo qual o Brasil passava, até se chegar no significado do que é a capoeira hoje.

Diversos autores foram consultados para construir esse relato histórico, e como era esperado as opiniões encontradas foram diversificadas principalmente no que se diz respeito as origens da capoeira, como foi antecipado por Santos (1990) ao escrever que existe uma corrente que defende a origem africana da capoeira e outra que afirma que esta teria se desenvolvido em território brasileiro.

Como defensor da origem africana da capoeira Cascudo (1967) coloca a idéia de que a capoeira seria o N'golo, uma dança do sul da Angola. Já para Rego (1968) e Barão (1998) a capoeira teria se originado a partir dos escravos africanos, mas em território brasileiro.

Também procurou-se mostrar quais eram os objetivos da capoeira entre os escravos e novamente as opiniões foram diferenciadas. Areias (1984) acredita que a capoeira seria praticada exclusivamente com intuito de luta para os escravos se defenderem dos feitores. Para Reis (1997) a capoeira seria também uma forma de lazer para os escravos.

Como colocado acima foi feito uma comparação da história da capoeira com o período político vivido pelo Brasil até se chegar nos dias de hoje. A grande maioria da literatura consultada pouco se refere aos moldes da capoeira atual, e qual o contexto que ela está inserida. A maior parte do conteúdo referente a este período foi consultado a partir de uma revista denominada Revista da Capoeira, e que hoje não é mais publicada, mas que possuía algumas reportagens voltadas a este segmento do trabalho.

Optei também por colocar a opinião de alguns mestres renomados de capoeira que responderam a uma pesquisa realizada pela Revista da Capoeira, que fez a seguinte pergunta “O

que é Capoeira”. Considero importante trazer a opinião destes mestres de capoeira para tentar realizar um paralelo entre o significado da capoeira para eles, e a forma com a qual a capoeira está inserida na sociedade atual.

No capítulo subsequente realizei uma explanação geral do tema desenvolvimento motor que faz-se necessário em virtude do tema deste trabalho. Por ser um tema bastante complexo que envolve diversos segmentos etários desde o nascimento até o envelhecimento da pessoa, inicialmente foi feita uma breve reflexão dos principais conceitos envolvidos neste assunto.

Para isso foi consultado alguns livros, trabalhos de conclusão de curso e artigos publicados em periódicos da área de Educação Física. Como escrito anteriormente o desenvolvimento motor é algo iniciado no nascimento e sofre alterações ao longo de toda vida da pessoa.

Essa definição foi retirada da obra “Compreendendo o desenvolvimento motor – Bebês, crianças, adolescentes e adultos” de Gallahue e Ozmun (2003), que constitui o centro da discussão acerca do capítulo desenvolvimento motor.

É importante que fique claro ao leitor deste trabalho que o desenvolvimento motor aqui discutido está relacionado a faixa etária de 6 a 10 anos, idade em que a maioria dos alunos encontram-se nos primeiros anos do ensino fundamental. Esse critério foi estabelecido justamente pelo fato da complexidade existente no tema desenvolvimento motor, que no caso de outras faixas etárias deveria ser abordado sob uma outra ótica.

A consulta em alguns periódicos de Educação Física também contribuiu bastante para enobrecer este capítulo, já que são trabalhos de pesquisadores tradicionais do desenvolvimento motor. Dentre as informações importantes trazidas por esses autores temos, por exemplo, a necessidade de se adequar o ambiente e as proposta pedagógicas como mencionou Oliveira e Manoel (2004). Tani, et al. (2004) também trás a informação da necessidade dos profissionais que trabalham com o desenvolvimento motor, sejam educadores físicos, fisioterapeutas, terapeutas ocupacionais de buscarem o conhecimento de como se aprende as habilidades motoras para ensinarem aos alunos, o que considero de bastante relevância.

Para encerrar o capítulo de desenvolvimento motor, foi descrito sobre as denominadas habilidades motoras gerais, já fazendo uma relação com as habilidades mais trabalhadas na capoeira. Nesta subseção foi colocada a opinião de outros autores que estudam essa área como, por exemplo, Barbanti (1979) e Weineck (2003).

No quarto capítulo foi aprofundada a relação existente entre a capoeira e o desenvolvimento motor. Para isso foi utilizado novamente conceitos da obra de Gallahue e Ozmun (2003), que realizam uma divisão dos tipos de habilidades motoras existentes. Dentro destas classes de habilidades, temos uma subdivisão das habilidades básicas em três subgrupos, movimentos locomotores fundamentais, movimentos manipulativos e movimentos estabilizadores.

Essas habilidades motoras básicas são o alicerce para o desenvolvimento das chamadas habilidades motoras gerais que foram descritas no terceiro capítulo, e que por isso merece uma atenção especial. Desta maneira foi feito uma explanação dos principais conceitos pertinentes a estas habilidades, demonstrando exemplos práticos de movimentos e golpes de capoeira inseridos nesta classe de habilidades.

Sendo assim, o objetivo deste trabalho foi mostrar a maneira pela qual a capoeira pode auxiliar no desenvolvimento motor das crianças de primeira a quarta série do ensino fundamental, e ser mais um instrumento das aulas de Educação Física.

2 CAPOEIRA

Possuidora de uma riqueza incontável de valores, a capoeira, pode ser vista como uma das mais fortes formas de manifestação cultural de nosso povo quer seja como luta, esporte, dança e folclore.

O crescimento da capoeira nos últimos anos em todo o território nacional, bem como em diversos países da Europa e América do Norte, proporcionou uma divulgação maciça desse elemento da cultura brasileira, que devido ao caráter educativo e histórico que possui, pode ser praticada por pessoas de ambos os gêneros, de diferentes faixas etárias e classe social.

A riqueza de golpes, acrobacias, gestos e movimentos fazem da capoeira uma atividade com uma quantidade enorme de recursos que podem ser trabalhados tanto com a finalidade de auxiliar o desenvolvimento motor de crianças quanto para melhorar habilidades já desenvolvidas nos adultos.

Considerando a capoeira como uma atividade física, vários são os benefícios proporcionados aos seus praticantes, como por exemplo, melhora da condição física, saúde, interação social, coordenação motora, equilíbrio, expressão corporal, além de desenvolver habilidades musicais e instrumentais, dentre outras que serão aprofundadas mais adiante.

A aceitação atual da capoeira nos colégios e universidades brasileiras, tem proporcionado cada vez mais a criação de projetos e programas de atividades dentro destas instituições, servindo como mais um instrumento dos educadores físicos dentro das suas aulas.

Frente a todas essas informações acredito que a capoeira dentro da escola possa ser um instrumento de grande valia para contribuir com o desenvolvimento motor das crianças das crianças de 1ª a 4ª série do ensino fundamental, que será o tema desenvolvido neste trabalho.

2.1 As origens

As diferentes formas de governo instituídas no Brasil desde o século XIX até hoje, trouxeram inúmeras mudanças na sociedade brasileira nos mais diversos âmbitos inclusive na

prática da capoeira. Sendo assim, iniciarei agora um breve relato de como a capoeira passou por mudanças nos diferentes períodos da história brasileira até chegar à realidade da capoeira hoje.

Existem várias controvérsias quando discutimos sobre capoeira, sobretudo com relação a sua origem, havendo correntes que defendem uma capoeira africana enquanto que outras afirmam que ela teria sido criada em território brasileiro (SANTOS, 1990).

Por esta razão vários estudos foram feitos na tentativa de se obter uma resposta sobre a sua origem, norteando discussões entre pesquisadores, historiadores e folcloristas, mas que até hoje não chegaram a um senso comum.

Para Cascudo (1967, p.181) em sua obra “Folclore do Brasil/Pesquisas e Notas” ao afirmar que “A unanimidade das fontes brasileiras indica a capoeira como tendo vindo de Angola. Capoeira Angola, vadiação ou brinquedo, como dizem na cidade de Salvador”.

Um dos motivos para Cascudo acreditar nessa origem africana da capoeira é que para ele a capoeira seria o N’golo, dança praticada no Sul de Angola.

Rego (1968), autor do trabalho “Capoeira angola: ensaio sócio-etnográfico” defende a tese de que a capoeira foi criada no Brasil pelos escravos africanos trazidos de Angola. Em trecho retirado desta obra ele afirma:

“No caso da capoeira, tudo leva a crer seja uma invenção dos africanos no Brasil. O pendor dos negros para festa, fertilidade de imaginação e agilidade foi suficiente para usarem e abusarem dos folguedos conhecidos e inventarem muitos outros. Além da sua capacidade de imaginação, buscavam os negros, elementos de outros folguedos e de coisas outras do cotidiano para inventarem novos folguedos, como teria sido o caso da capoeira” (REGO, 1968, p.31).

Adriana Barão (1998) também defende a origem brasileira da capoeira, que teria se desenvolvido a partir de elementos da cultura africana trazida pelos escravos, criando assim a capoeira conforme escreveu:

“Entendemos assim que esta possível gênese da movimentação da capoeira, enraizada nas danças africanas reafirma uma identidade afro-brasileira da prática, por aglutinar saberes corporais africanos, reinterpretados em território brasileiro, os quais são performatizados e vivificados no momento da roda de capoeira [...]” (BARÃO, 1998, p. 17).

Para Vieira (1998a) existem controvérsias acerca do período em que a capoeira se originou, sobretudo no que se refere ao período compreendido entre o seu surgimento – provavelmente no século XVII, quando aparecem os primeiros relatos de fugas e rebeldias – e o século XIX, quando aparecem registros confiáveis, com descrições mais detalhadas desta manifestação.

Na verdade, as controvérsias se justificam pela complexidade da questão e pela dificuldade na obtenção de documentos que relatem a vida dos escravos durante os primeiros séculos de escravidão no Brasil. É sabido que em 15 de dezembro de 1890 o então Ministro das Finanças Ruy Barbosa mandou incinerar os documentos que se referiam à escravidão, alegando que se deveria apagar da memória brasileira essa lamentável instituição.

Os historiadores atribuem tal ordem a uma estratégia que procurava evitar que os ex-proprietários de escravos buscassem no governo uma compensação dos prejuízos que tiveram com a abolição da escravatura, em 1888. Provavelmente esses documentos trariam muitas informações sobre a vida dos escravos, suas fugas, suas formas de resistência à escravidão.

O quadro de Johan Moritz Rugendas intitulado “Jogar Capoeira ou Danse de la Guerra”, de 1835 é considerado o primeiro registro preciso sobre a capoeira. Neste quadro dois negros se situam em posição de luta enquanto um outro, sentado, toca um atabaque que segura com as pernas. Outros negros, homens e mulheres, assistem à luta (ou jogo) que se realiza (VIEIRA, 1998a).

A origem do termo capoeira, também apresenta diferentes versões. Na obra de Rego (1968) alguns significados podem ser encontrados. Capoeira seria derivado do vocábulo tupi-guarani, caápuera, que significa “mato ralo ou mato que foi cortado, extinto”.

O mesmo autor também nos informa sobre um outro significado para o termo capoeira quando escreve “Ao lado do vocábulo genuinamente brasileiro de origem tupi há o português, significando dentre outras coisas cesto para guardar capões [...]”(REGO, 1968, p. 24).

É importante observarmos que no âmbito da capoeira existe uma distinção de dois estilos de capoeira. Um desses estilos seria a capoeira angola, enquanto que o outro é chamado de capoeira regional. Existem uma série de estudos a respeito das diferenças entre esses estilos, sendo que alguns são mais voltados às comparações gestuais, e outros dando um ênfase maior as particularidades históricas de cada um.

Como o objetivo desse trabalho não é caracterizar essa distinção, podemos definir, a grosso modo, a capoeira angola como sendo a mais antiga, de movimentos mais rasteiros, e segundo alguns mestres, há uma maior liberdade em “mandingar” (improvisar). Por sua vez, a capoeira regional é de origem mais recente. Foi instituída na década de 1930 por mestre Bimba, na Bahia, e que teve como propósito acrescentar movimentos mais velozes na roda de capoeira, utilizando golpes oriundos de outras lutas marciais (PENTEADO JUNIOR, 2001).

Essa definição é pobre quando recorremos às discussões acerca dessa diferenciação entre esses dois estilos, no entanto, é possível entender esses critérios com seus principais diferenciadores, e mesmo com elementos tão diferentes, tanto a capoeira angola quanto a regional são consideradas como parte de um todo, onde a palavra de ordem é a mandinga.

É necessário compreendermos que apesar da capoeira regional ser um dos estilos representantes da capoeira, é com sua constituição na década de 1930 que o universo capoeirista sofre as mais visíveis transformações.

2.2 A prática dos escravos

As transformações sofridas pela capoeira, não aconteceram apenas nos anos 30. Diversos estudos referentes a outros períodos da história brasileira nos mostram as transformações pelas quais a capoeira passou ao longo dos tempos. Sobre essas mudanças ocorridas na capoeira Areias (1984) escreveu:

“[...] arte cheia de nuances que sobreviveu à perseguição dos poderosos, mesclando-se de quantas formas fossem necessárias para sua preservação[...]. Daí ser a capoeira todo esse conjunto de performances, dona de toda essa beleza característica, comparando-se, a um camaleão, que muda de cor conforme a situação” (AREIAS, 1984, p.8).

Durante o período escravocrata, a capoeira representou um modo de resistência física e cultural, frente ao sistema vigente. Era uma prática restrita aos negros, fossem eles escravos ou não.

Na segunda metade do século XIX, apresenta-se, sobretudo, como uma “prática de rua”. Nesta capoeira de rua um dos elementos presentes era a navalha. Segundo Reis, L. V. S. (1997) a presença da navalha na capoeira deve-se a convivência dos capoeiristas com outros indivíduos marginalizados da época, conforme escreveu:

“No final do século XIX, no Rio de Janeiro, os capoeiristas eram chamados também de ‘navalhistas’, pois sua arma mais característica era a navalha que, teve seu uso generalizado por influência do ‘fadista’ português. Embora se desconheça o motivo de ser a arma preferida pelos capoeiristas daquela época é possível que a navalha, no século XIX, tenha se constituído um símbolo étnico negro. Simbolicamente a navalha, quando aberta, toma a forma de duas pernas e, quando fechada, ‘esconde’ surpresa do ataque[...]” (REIS, L. V. S., 1997, p.82).

As opiniões dos autores em relação a função da capoeira no período escravocrata também se misturam. Para alguns autores, a prática da capoeira estaria associada a uma forma de diversão, sendo uma maneira dos negros se divertirem no dia de folga.

Segundo Penteado Junior (2001), essa argumentação é questionável quando se pensa em vários estudos que argumentaram ser o dia de folga do escravo, o único disponível para que cuidasse de suas plantações, ou seja, o único dia disponível para garantir sua própria subsistência.

Por sua vez, há autores que admitem a capoeira como sendo única e exclusivamente instrumento de luta. Instrumento de luta entre os próprios negros e em especial contra feitores e capitães-do-mato, em caso de fuga, como afirma Areias (1984):

“Não possuindo armas suficientes para se defenderem [...] torna-se necessário para os negros descobrirem uma forma de enfrentar as armas inimigas [...] os escravos descobriram no seu corpo a essência da sua arma” (AREIAS, 1984, p.15).

Penteado Junior (2001) acredita que essas opiniões sejam complementares entre si do que divergentes, devido ao fato de não ser impossível que a capoeira possa ter se apresentado como uma prática de distração nas poucas horas vagas do negro escravo e, ao mesmo tempo, como um poderoso instrumento de resistência física ao sistema vigente.

2.3 Da proibição à expressão da cultura nacional

Conforme nos aproximamos do final do século XIX, são formadas representações sociais em que, para além da simples ameaça física ao cidadão, a capoeira surge como uma ameaça moral à nação brasileira.

Na época da república a capoeira entra no código penal brasileiro, onde é proibida por lei, decretada por Deodoro da Fonseca, sendo uma medida assumida para dar conta da desorganização urbana e da onda de violência (LOPES, O. P., 1991 apud PENTEADO JUNIOR, 2001).

Assim, o governo republicano, instaurado em 1889, deu continuidade a política de repressão e associou diretamente a capoeira à criminalidade como consta no decreto 847 de 11 de outubro de 1890, com o título “Dos vadios e Capoeiras”, que dizia:

Artigo 402: Fazer nas ruas ou praças públicas exercícios de destreza corporal, conhecidos pela denominação de capoeiragem: pena de seis meses a dois anos de reclusão.

§ Único: É considerada circunstância agravante pertencer o capoeira a alguma banda ou malta. Aos chefes ou cabeças, impor-se-á a pena em dobro (VIEIRA, 1998b). Algumas vezes os acusados eram até deportados para ilha de Fernando de Noronha. Durante essa época a repressão estendia-se aos desempregados, prostitutas, sambistas, curandeiros e todos aqueles não

‘virtuosos’. Dessa forma, a capoeira nessa época era praticada às escondidas nos quintais, terreiros ou pontos desertos da cidade (JARDIM, 1999).

Com a passar dos anos a capoeira começa a ser vista por parte da intelectualidade brasileira como mestiça e conseqüentemente como genuinamente nacional, como podemos observar nesta passagem de Reis, L. V. S. (1997):

“Na sociedade republicana e pretensamente igualitária daquele começo de século, a capoeira ‘bárbara, para existir, deveria ‘civilizar-se’, isto é, renunciar às suas origens étnicas negras e a seu aspecto combativo e tornar-se ‘mestiça’ e ‘ginástica nacional’. A capoeira é então dotada de uma previsibilidade que dilui o medo do branco pois, com a capoeira ‘regrada e metodizada’, todos brancos e negros, conheceriam as regras do jogo e, ao praticarem o esporte, deveriam respeitá-las. Os capoeiras tornaram-se capoeiristas, as navalhas saem de seus pés e vão enfeitar as paredes das academias ou, desprovidas de corte, serão exibidas em demonstrações públicas. Portanto, a capoeira ‘regrada’ permite o ‘convívio pacífico’ entre branco e negros, ambos considerados agora genuinamente cidadãos brasileiros perante a lei” (REIS, L. V. S., 1997, p.93).

O contexto político vivido pelo Brasil na década de 1930, mostrava o país com uma política governamental voltada para construir uma “memória nacional”, exaltando as manifestações culturais como o carnaval, o samba, o futebol e a capoeira.

Essa “memória nacional” teria o objetivo de divulgar a imagem do Brasil e no caso da capoeira, cada vez mais surgiam informações exaltando a plasticidade e a eficiência como luta, sendo comparada a outras artes marciais como o boxe britânico, a savate francesa, a luta romana, tomando formas de uma importante arma de defesa pessoal.

Então, utilizando-se das práticas populares o Estado começa apresentar a capoeira como expressão da cultura nacional.

A capoeira passa a ser legalizada a partir de 1932, quando Getúlio Vargas libera algumas manifestações populares dentre elas a capoeira que deixa de ser considerada um ato marginal, subversivo ou agitador (AREIAS, 1984). Em 1936, o governo oficializa a capoeira como modalidade de Educação Física.

Nessa transição da capoeira escravocrata, vista pela sociedade com desprezo, que conferiu a seus praticantes o estigma de marginais, para uma capoeira-esporte, representante da imagem nacional, o pensamento era divergente entre os intelectuais da época e os mestres.

Enquanto que para os intelectuais do princípio do século XX a capoeira era vista apenas como a “ginástica nacional”, para os mestres o objetivo era formular um projeto regional e étnico, e para isso utilizaram-se de estratégias distintas. O criador da capoeira regional, Mestre Bimba, não via nenhum inconveniente em “mestiçar” a luta, incorporando movimentos de lutas ocidentais e orientais. Para Pastinha, mestre de capoeira angola, essa “mestiçagem” era

prejudicial, e por isso divulgava a capoeira angola sempre realizando uma distinção bem evidente da capoeira regional (REIS, L. V. S., 1997).

Até o início do século XX, eram dois os grandes centros de prática de capoeira no Brasil: Rio de Janeiro e Salvador. No Rio a capoeira estava, de uma certa forma, integrada a vida do chamado “malandro carioca”, envolvendo, inclusive, as camadas sociais privilegiadas. Em Salvador, como em outros pontos do nordeste, a capoeira permaneceu por muito tempo restrita às comunidades pobres da periferia (VIEIRA, 1998b).

Nesse momento observamos um processo progressivo de “baianização” da capoeira que se propaga por todo o Brasil. Nessa nova ótica, a capoeira carioca é deixada de lado sendo a capoeira baiana considerada como a mais tradicional (PENTEADO JUNIOR, 2001).

O próprio governo brasileiro contribuiu para essa exaltação da capoeira baiana, elegendo-a como a mais pura, e fazendo da academia de Mestre Bimba, a primeira legalizada e estimulando as exposições públicas dos capoeiristas baianos.

Uma das razões para essa segregação da capoeira carioca e baiana, talvez seja devido ao fato da capoeira carioca ser vista apenas como uma capoeira de rua, de desordem, numa fase em que se buscava estabelecer a capoeira como ícone nacional.

As inovações propostas por Mestre Bimba não ficaram apenas no aspecto técnico. Ele também revolucionou o campo pedagógico da capoeira, percebendo a necessidade de sistematizar o seu ensino, que até então ocorria informalmente nas rodas de rua. Bimba criou toda uma metodologia de ensino, que compreendia em curso de capoeira regional, curso de especialização, a cintura desprezada (conjunto de técnicas de agarramento em projeções) e seqüências de ensino (oito seqüências sincronizadas de golpes e contragolpes, praticadas em duplas, para fixação dos movimentos básicos da capoeira).

Foi com Mestre Bimba que a capoeira começou a ganhar espaço institucional na sociedade. O mestre teve apoio dos estudantes universitários de Salvador que contribuíram para sistematização de suas idéias e para formulação de seu método de ensino. Até hoje não se tem um registro correto do momento em que a capoeira passou a freqüentar as salas de aula da universidade.

Alguns fatores indicam que o ingresso da capoeira na universidade teria se dado na década de 1930 com esses estudantes que apoiavam Bimba, entretanto como boa parte de sua

história perdeu-se no tempo e sumiu da memória de seus praticantes, torna-se difícil precisar datas na história da capoeira.

Como dito anteriormente, foi a partir do momento em que a capoeira passou a ser tratada como esporte nacional que surgiram os primeiros estudos sobre sua utilização como método de defesa pessoal e ginástica. Em 1928, Annibal Burlamqui publica “Gynastica Nacional (Capoeiragem) Methodisada e Regrada”, e em 1945 Inezil Pena Marinho, especialista em educação física, publica “Subsídios para o Estudo da Metodologia do Treinamento da Capoeiragem” (VIEIRA, 1998b).

2.4 A capoeira moderna

Foi na década de 1960 que a capoeira teve um desenvolvimento espetacular principalmente em São Paulo e novamente no Rio de Janeiro, quando a prática conquistou definitivamente a juventude de classe média, incorporando-se às atividades das academias e convivendo com outras artes marciais.

Seu encanto alastrou-se também nos meios artístico e cultural. Desde que o mímico Ricardo Bandeira, encenou em 1959 a primeira peça teatral “Carnaval”, com cenas de capoeira, ele subiu aos palcos dos teatros e ingressou nos estúdios de televisão e cinema, figurando em trabalhos reconhecidos e conquistando mais admiradores (CHEDIAK, 1998).

Na história da capoeira, a década de 1980 tem como característica central o avanço na organização dos grupos. Encerram-se as “maltsas” surgindo grupos de capoeira por todo o país. Foi nesse período que a capoeira começou a formar a sua característica atual. Mais do que nunca os mestres mais antigos são chamados a ensinar os fundamentos da capoeira às novas gerações e participam de inúmeros eventos em todo país e no exterior.

Um outro passo importante na institucionalização da capoeira como esporte e arte marcial foi sua inclusão nas escolas e universidades. Como dito anteriormente é difícil precisar uma data para esse acontecimento, mas acredita que tenha sido por volta de 1930.

Em 1972, o Ministério da Educação e Cultura homologou a capoeira como modalidade esportiva, mas apenas em 1974, com o incentivo à idéia, que se fundou a primeira Federação Paulista de Capoeira, em São Paulo.

Nesse momento a capoeira marcou presença na USP por intermédio do Cepeusp e depois na Faculdade de Educação Física, como matéria obrigatória. Para o Mestre Flávio Tucano foi

com a introdução da capoeira nas universidades que ela passou a ser vista com outros olhos pela sociedade, deixando de ser “brincadeira de malandro” (CHEDIAK, 1998).

Até hoje muitos cursos de Educação Física em todo país possuem a capoeira com disciplina curricular, o que faz com que os professores formados tenham noção das possibilidades desta prática no tocante ao desenvolvimento motor e à preparação física dos alunos.

Nessa trajetória é importante destacar que, de 1985 a 1990, a capoeira passou a fazer parte dos Jogos Escolares Brasileiros (JEB's), a mais importante competição esportiva do gênero no Brasil.

Como podemos perceber a história da capoeira é extremamente rica, andando juntamente com a história brasileira propriamente dita. De prática escravocrata, repugnada pelos proprietários de escravos, e proibida pelo governo republicano em 1890, a capoeira permaneceu viva graças aos escravos agora “livres”, mas que continuavam a margem da sociedade.

Foi somente no governo de Getúlio Vargas que a capoeira deixa de ser proibida, como estratégia do governo para constituir a chamada memória nacional. É nesse momento que observamos um progressivo crescimento da capoeira. Inicialmente se localizando na Bahia, mas depois se propagando por todo o país

Juntamente com esse processo de organização e de conquista de espaço na sociedade, a capoeira também se desenvolveu muito no aspecto técnico. A capoeira tornou-se mais rápida e os golpes mais ofensivos, ela que já se destacava pelos golpes circulares e desequilibrantes, tem-se enriquecido com diversas formas novas de quedas.

Em decorrência desse desenvolvimento ao longo dos séculos, a “luta” brasileira da capoeira tem conquistado seu lugar entre as artes marciais, no Brasil e no mundo, enriquecida ainda pela sua musicalidade, o que lhe dá uma grande especificidade entre as demais lutas.

Para discutirmos um pouco mais sobre o que é a capoeira hoje, irei apresentar alguns depoimentos retirados da Revista Capoeira número 2 em que os mestres respondem a seguinte pergunta: O que é Capoeira?

Segundo Mestre Camisa:

“Capoeira é uma arte que engloba várias artes em uma só arte: é um trabalho, uma luta, uma arte, uma dança. É poesia. Tudo isto tem seu momento, ou seja, ela é o que o momento determinar. É luta nacional brasileira, filosofia de vida. Como consequência, o capoeira compreende a vida de uma maneira diferente: com mais jogo de cintura. Dessa forma consegue suportar melhor suas dificuldades e vivenciar com mais objetividade seus sentimentos” (REVISTA CAPOEIRA, 1998).

Para o Mestre Carlos Sena:

“Análise: é uma Arte Marcial concebida pelos imigrantes africanos negros, escravizados no Brasil, denominada Arte de Negaça Corporal. Por extensão, hoje é praticada como esporte/luta do povo brasileiro. Conceito: A capoeira é uma atividade corpórea que traz no seu gingado a simbologia da sua diplomacia belicosa. Uma vez praticada com afinco, dedicação e convicção, é a capoeira, nos seus princípios filosóficos e ideológicos, um processo inconsciente de independência pessoal e de consciência psicológica [...]”(REVISTA CAPOEIRA, 1998).

Mestre Suassuna responde essa pergunta, fazendo uma analogia com seus anos de prática da capoeira:

“A capoeira, para mim, tem muitas fases: na minha juventude, a Capoeira era uma luta, uma defesa pessoal, era briga, de rua, era um esporte de auto-afirmação que eu só queria me apresentar[...]. É uma arte inviolável, uma cultura importante para nós. Os movimentos dela, a maneira dela se socializar, um esporte social e interativo que engloba a participação de todos com música, com dança [...]”(REVISTA CAPOEIRA, 1998).

As intensas mudanças pelas quais a capoeira passou ao longo destes séculos, fizeram dela uma prática extremamente rica com particularidades não existentes em nenhuma outra arte marcial. Se observarmos os depoimentos acima podemos perceber alguns pontos comuns na resposta a pergunta: O que é capoeira?

A capoeira vista como esporte, dança e luta talvez seja a definição mais simples do que é a capoeira. Atrelado a estes elementos, para muitos mestres, a capoeira é uma filosofia de vida e arte.

Nos últimos anos, o crescimento no número de academias espalhadas por todo o país, trouxeram a capoeira para um contexto meramente esportivo, principalmente nas academias em que a capoeira é apenas mais uma das atividades oferecidas aos seus associados.

Essa esportivização da capoeira faz com que cada vez mais a filosofia da prática seja perdida, sendo observada apenas como uma modalidade esportiva.

Para Soares et al. (1992) é de suma importância que os movimentos e ritmos da capoeira estejam vinculados com sua história, e acredita que a Educação Física precisa trabalhar resgatando a capoeira enquanto manifestação cultural, ou seja, trabalhando com sua historicidade, sem esquecer do movimento cultural e político que a gerou.

Compartilho da opinião dos autores por acreditar que a capoeira não é apenas uma prática esportiva, possuindo elementos culturais que também podem colaborar muito na formação dos alunos, quer seja pela música, dança ou luta.

É muito provável que esta característica mutável da capoeira estará sempre presente no seu universo. A incorporação de movimentos, gestos e acrobacias de outras artes marciais com certeza valorizam a capoeira, entretanto é necessário que se tenha o cuidado de preservar a história dessa luta que faz parte da identidade nacional.

3 DESENVOLVIMENTO MOTOR

O movimento é precioso e está presente em todos os momentos de nossa vida, da inabilidade para a habilidade e, novamente para inabilidade na idade avançada (KRETCHMAR, 2000).

A aquisição de competência em movimentos é um processo extenso, que começa com os primeiros movimentos reflexivos do recém-nascido e continua por toda a vida. Nos primeiros meses de vida diferentes reflexos surgem e podem, ou não, acompanhar os indivíduos pelo resto da vida (HOLLE, 1979).

Com o passar do tempo evoluímos e começamos a sentar, engatinhar e finalmente a andar. Por volta dos 7 anos esta etapa inicial já está completada e começa a desenvolver outras características motoras, como veremos mais adiante, que é a fase mais susceptível ao trabalho de novas habilidades como disse Winter (1981, apud WEINECK, 1989 p.40).

“As crianças são pequenas, ligeiras e graciosas, e possuem boa relação de força de alavanca – de uma capacidade de concentração aumentada em relação ao nível de idade anterior, de uma capacidade de diferenciação do movimento e de uma aquisição refinada de informações, a idade escolar precoce representa uma idade muito favorável à aprendizagem”(WINTER, 1981 apud WEINECK, 1989, p.40).

Segundo Gallahue e Osmun (2003) o desenvolvimento motor é a continua alteração no comportamento ao longo da vida. Esse processo pelo qual um indivíduo progride a partir da fase de movimentos reflexivos para as fases de movimentos rudimentares e fundamentais, até desenvolver a fase de habilidades motoras especializadas do desenvolvimento, é influenciado por fatores internos às tarefas, ao indivíduo e ao ambiente.

Quando tratamos do desenvolvimento motor, alguns aspectos devem ser esclarecidos já que o comportamento humano, normalmente, é classificado dentro de três domínios: o cognitivo, afetivo-social e o motor (TURUTA, 2002).

Esses três domínios estão ligados entre si, embora algumas vezes classifiquemos uma determinada ação como pertencente a um destes, mas que na verdade está naquele momento predominando sobre os demais.

Para Tani et al. (1998) a Educação Física deve procurar desenvolver as habilidades motoras relacionando com estes domínios, já que o objeto desta disciplina é promover o desenvolvimento da afetividade, socialização, cognição e qualidades físicas

O desenvolvimento motor é altamente específico. A noção, anteriormente aceita, de habilidade motora “geral” foi refutada para a satisfação da maioria dos estudiosos da área. A habilidade superior em uma área motora não garante habilidade similar em outras.

3.1 Habilidades motoras

Este processo de desenvolvimento e, mais especificamente, o processo de desenvolvimento motor, deveria lembrar-nos constantemente da individualidade do aprendiz. Cada indivíduo tem época peculiar para aquisição e para o desenvolvimento de habilidades motoras.

O desenvolvimento desse amplo espectro de habilidades motoras na infância possibilita a criança um amplo domínio de seu corpo em diferentes posturas (estáticas e dinâmicas), locomover-se pelo ambiente de variadas formas (andar, saltar, correr) e manipular objetos e instrumentos diversos (SANTOS, DANTAS, OLIVEIRA, 2004).

O profissional de Educação Física, através de suas aulas, tem participação direta nesse processo de desenvolvimento, principalmente durante a fase escolar das crianças, e desta forma deve sempre refletir sobre um programa de trabalho visando a formação de seus alunos através de atividades estimulantes e diversificadas. Entretanto é fundamental que se tenha informações precisas acerca das etapas do desenvolvimento motor para adequar o ambiente e as propostas pedagógicas (OLIVEIRA, MANOEL, 2004).

As habilidades motoras reflexivas e rudimentares formam uma base muito importante sobre as quais as habilidades motoras fundamentais são desenvolvidas. Essas habilidades são grandemente baseadas na maturação, aparecendo e desaparecendo em seqüência bastante rígida, alternando apenas na sua freqüência de aparição.

Juntamente com o aprendizado das crianças em caminhar independentemente e movimentar-se livremente pelo ambiente, ocorre o desenvolvimento das habilidades motoras fundamentais, que são padrões de movimentos básicos.

Essas habilidades básicas locomotoras, manipulativas e estabilizadoras passam por um processo definido que se inicia no nascimento e se desenvolve ao longo da vida. Para Gallahue e

Ozmun (2003) os estágios desse desenvolvimento podem ser divididos em inicial, elementar e maduro.

A realização do estágio maduro é influenciada grandemente pelas oportunidades para a prática, encorajamento e a instrução em um ambiente que propicie o aprendizado. Quando em circunstâncias adequadas, o estágio maduro é estabelecido nas crianças por volta dos 6 anos, que é a idade em que estão entrando na escola para iniciar o ensino fundamental.

É nessa fase que as crianças são capazes de desempenhar a grande maioria dos padrões de movimentos fundamentais, e que em muitas das crianças que estão entrando na escola ainda não estão completamente desenvolvidas.

Portanto a influência do professor de Educação Física nessa etapa da vida é de suma importância, uma vez que nessa fase escolar se torna possível solidificar o desenvolvimento das habilidades fundamentais, promovendo uma melhoria e um refinamento destas habilidades que irão formar as habilidades motoras especializadas tão necessárias a tarefas recreacionais, competitivas e da vida diária.

As habilidades especializadas são mais precisas do que as habilidades fundamentais, pois, freqüentemente, envolvem a combinação de habilidades motoras fundamentais, o que requer um maior grau de precisão.

Estas habilidades especializadas, também podem ser divididas em três estágios. O primeiro deles, é o estágio transitório, e que corresponde ao nível da criança de primeira a quarta série, e é o estágio que mais nos interessa neste trabalho. Nesse nível, as crianças estão envolvidas em suas primeiras reais aplicações dos movimentos fundamentais ao esporte e jogos. Os outros dois estágios são o de aplicação e o de utilização permanente. No estágio de aplicação o indivíduo torna-se mais consciente de seus recursos físicos e suas limitações, concentrando-se em certos tipos de esportes. No estágio de utilização permanente, os indivíduos reduzem a área de suas buscas atléticas, para refinar ainda mais suas habilidades motoras.

É muito importante que os profissionais que trabalham com desenvolvimento motor, como os professores de Educação Física, fisioterapeutas, fonoaudiólogos, técnicos esportivos, tenham o conhecimento de como se aprende para poderem ensinar, ou seja, as decisões acerca do ensino podem ser facilitadas quando se têm conhecimentos sobre o processo de aquisição de habilidades motoras, e isso pode resultar em aprendizagens mais efetivas e eficientes (TANI et al., 2004). Desta maneira, faremos agora uma discussão das principais habilidades motoras que

podem ser trabalhadas através da capoeira, que envolvem as crianças de 6 a 10 anos, e é a faixa etária que engloba a maioria das crianças de primeira a quarta série do ensino fundamental.

O crescimento, na infância, desacelera a característica de ritmo rápido dos primeiros dois anos. O período de 6 a 10 anos de idade na infância é caracterizado por aumentos lentos, porém estáveis, na altura e no peso, e por um progresso em direção à maior organização dos sistemas sensorial e motor.

Embora esses ganhos sejam caracterizados por crescimento físico gradual, a criança tem rápidos ganhos, apresentando níveis crescentemente maduros no desenvolvimento esportivo. A chegada das crianças ao ambiente escolar, muitas vezes, é o espaço onde, pela primeira vez, as crianças vivem situações de grupo e não são mais o centro da atenção. É um período em que a participação, a solicitude com os outros, o respeito a direitos e a responsabilidade alheio são estabelecidos.

Para Gallahue e Ozmun (2003), por volta dos 6 anos de idade a maioria das habilidades motoras fundamentais tem potencial para estar bem definidas. Esse período marca a transição do refinamento das habilidades motoras fundamentais para o estabelecimento de habilidades motoras em jogos de liderança e de habilidades atléticas.

Quando observamos e analisamos as habilidades motoras fundamentais de crianças, torna-se aparente que há vários estágios de desenvolvimento para cada padrão de movimento. Também verificamos que existem diferenças de habilidades entre as crianças, entre os padrões e “dentro” de cada padrão.

As diferenças existentes entre as crianças nos remetem ao princípio da individualidade presente em todo aprendizado. A seqüência de progressão ao longo dos estágios iniciais, elementar e amadurecido é a mesma para a maioria das crianças. O ritmo, entretanto, variará, dependendo tanto dos fatores ambientais quanto dos fatores hereditários. A criança estimulada de forma ampla, por meio da exploração do meio ambiente, tem mais chances de praticar as habilidades motoras e, conseqüentemente de dominá-las com mais facilidade (TORRES, PIEKARZIEVCZ, CAMPOS, 1999). Entretanto, o fato de uma criança atingir ou não o estágio amadurecido depende basicamente do ensino, do encorajamento e das oportunidades para a prática.

As diferenças de padrão são observadas em todas as crianças. Uma criança pode estar no estágio inicial, em algumas tarefas motoras, para outras no estágio elementar e nas demais no estágio amadurecido.

As crianças não progredem de forma igual no desenvolvimento de suas habilidades motoras fundamentais. As brincadeiras e as experiências instrutivas são os instrumentos que irão influenciar grandemente esse aprendizado.

Como discutido no capítulo anterior, a capoeira apresenta uma infinidade de movimentos, golpes e acrobacias. Se fizermos uma reflexão sobre algumas das habilidades motoras com potencial para serem desenvolvidas nos primeiros anos do ensino fundamental, como por exemplo, o esquema corporal, a coordenação, a lateralidade, a orientação, a flexibilidade, a agilidade, o ritmo e o equilíbrio com os elementos existentes na prática da capoeira, podemos perceber que todas estas são passíveis de serem desenvolvidas utilizando-se como instrumento de trabalho a capoeira.

3.1.1 Esquema corporal

O esquema corporal é o elemento básico, indispensável para a formação da personalidade da criança. É a representação relativamente global, científica e diferenciada que a criança tem de seu próprio corpo (WALLON In: ZANFRANCESCHI, 1992 apud BRITO, 1998).

O esquema corporal na capoeira é desenvolvido de maneira intensa através de diversos movimentos, entretanto faz-se necessário que outros fatores como a lateralidade sejam trabalhados cinergicamente (HOLLE, 1979).

3.1.2 Coordenação motora

É a habilidade de integrar, em padrões eficientes de movimento, sistemas motores separados com modalidades sensoriais variadas. Quanto mais complicadas as tarefas motoras, maior o nível de coordenação necessário para um desempenho eficiente.

A coordenação liga-se aos componentes de aptidão motora de equilíbrio, velocidade e de agilidade, porém não está intimamente alinhada à força e à resistência. O comportamento coordenado requer que a criança desempenhe movimentos específicos, em série, rápida e precisamente. Estes movimentos coordenados devem ser sincrônicos, rítmicos e apropriadamente seqüenciais.

A coordenação visual-manual e entre os olhos e pés é caracterizada pela integração de informações visuais à ação dos membros. Os movimentos devem ser visualmente controlados e precisos para projetar, fazer contato com um objeto exterior ou recebê-lo. Rebater, apanhar, arremessar, chutar e driblar, todos requerem consideráveis quantidades de informações visuais, integradas a ações motoras, para alcançar um movimento coordenado eficiente.

3.1.3 Equilíbrio

O equilíbrio é a habilidade de um indivíduo manter a postura de seu corpo inalterada, mesmo quando este é colocado em várias posições. O equilíbrio é básico para todo movimento e é influenciado por estímulos visuais, táteis, cinéticos e vestibulares.

A visão desempenha papel importante no equilíbrio de crianças pequenas. Cratty; Martin (1969 apud GALLAHUE e OSMUN, 2003) encontraram que meninos e meninas de 6 anos (ou menos) de idade não conseguiam equilibrar-se em um só pé com os olhos fechados.

Por volta dos 7 anos, todavia, eles eram capazes de manter o equilíbrio com os olhos fechados e a habilidade de equilíbrio continuou a melhorar com a idade. A utilização da visão faz com que a criança focalize um ponto de referência para manter o equilíbrio.

Freqüentemente o equilíbrio é definido como estático ou dinâmico. O equilíbrio estático refere-se à habilidade de o corpo manter-se em certa posição estacionária. Alguns exemplos de equilíbrio estático são ficar em um pé só, ficar na trave de equilíbrio, realizar uma parada de mãos.

Entende-se por equilíbrio dinâmico a habilidade do indivíduo manter-se na mesma posição, quando em movimento de um ponto a outro. Normalmente as meninas são mais eficientes nesta habilidade até os 8 anos quando comparadas aos meninos, que por sua apresentam a partir dessa faixa etária um desenvolvimento parecido.

3.1.4 Lateralidade

A lateralidade representa a predominância motora, reportando-se aos segmentos direito e esquerdo, traduzindo o desenvolvimento dos hemisférios cerebrais (BRITO, 1998). O fenômeno da lateralidade não se restringe a habilidade manual unilateral, mas também uma série de habilidades de outras partes do corpo (WEINECK, 2003).

Alguns autores propõem a divisão da lateralidade em funcional e morfológica. A lateralidade funcional refere-se, conforme seu nome, à dominância da função de uma

determinada parte do corpo. Esse tipo de lateralidade é também denominado emprego preferencial ou dominância de desempenho. Neste tipo de lateralidade existem alguns subtipos, como por exemplo, lateralidade da mão, lateralidade da perna, lateralidade de rotação (giros e saltos com giros).

A lateralidade morfológica refere-se à aparência desta parte do corpo que apresenta dominância funcional (lateralidade morfológica = aparência de uma determinada parte do corpo preferencialmente empregada em um esporte). Por exemplo, o braço mais utilizado em um determinado esporte apresenta ossatura mais forte e musculatura mais rígida quando comparado ao braço menos utilizado.

Na capoeira o aluno é estimulado a desenvolver ambos hemisférios, através de situações inesperadas durante a realização do “jogo”.

3.1.5 Agilidade

É a habilidade de alterar a direção do corpo rápida e precisamente (GALLAHUE e OSMUN, 2003). Com a agilidade, pode-se fazer alterações rápidas e precisas na posição do corpo durante o movimento. A agilidade tem correlação direta com outras habilidades como a flexibilidade, potência muscular e poder de decisão (CAMPOS, 1990 apud BRITO, 1996).

Dentro da capoeira a agilidade é uma habilidade com grande potencial para ser desenvolvida. A prática regular da capoeira faz com que o aluno desenvolva um alto grau de agilidade, o que proporciona a execução de alguns movimentos de forma mais eficaz e com uma melhor plasticidade.

3.1.6 Ritmo

Segundo Meinel (1987 apud WEINECK 2003) a capacidade de ritmo é a capacidade de adaptar-se a um ritmo dado, interiorizá-lo e reproduzi-lo em movimento. A capacidade de ritmo tem um papel importante em todas modalidades esportivas, por exemplo, um dançarino que sai do ritmo não pode esperar uma avaliação positiva; um atleta em um lançamento de disco que não apresenta uma rotação correta poderá não ter proveito máximo de seu potencial muscular, não ter um bom alongamento dos músculos durante o lançamento, atingir uma menor velocidade, e desta forma não ter a sincronia desejada dos movimentos (WEINECK, 2003).

No caso da capoeira, uma de suas particularidades, é a utilização da música durante a sua prática. Diversos instrumentos como o berimbau, o pandeiro, atabaque e agogô são utilizados a fim de produzir a música que ecoa na roda.

Os diferentes estilos existentes de capoeira já citados nesse trabalho, capoeira angola e capoeira regional, se diferem por uma série de elementos, dentre eles o ritmo musical. A capoeira angola é caracterizada por um ritmo mais lento, em que ocorre o predomínio de um “jogo” mais rasteiro, quando comparada a capoeira regional cuja característica é a de uma música com um ritmo mais acelerado, que faz com ocorra um predomínio de golpes em pé e de acrobacias. Dessa maneira dentro dos diferentes estilos de capoeira podemos realizar um trabalho que envolve diferentes situações de ritmo.

3.1.7 Orientação

A orientação é a capacidade de determinação e mudança de posição ou de um movimento de um corpo no espaço e no tempo, com relação a um campo de ação (como por exemplo, quadra, ringue, roda da capoeira) ou com relação a um objeto em ação (bola, adversário, parceiro).

Segundo Weineck (2003) a capacidade de orientação pode ser dividida em capacidade de orientação espacial e capacidade de orientação temporal. Ambas podem ser observadas isoladamente, mas mais freqüentemente ocorrem simultaneamente.

A capacidade de orientação temporal requer grande visão periférica (orientação espacial), que permite avaliar os movimentos do companheiro, do adversário e da bola em movimento.

A interação existente entre os dois integrantes do “jogo” na capoeira, normalmente, é marcada pela não competitividade, de modo que ambos colaboram entre si para fazer um “jogo” com a melhor plasticidade visual possível. Esse aspecto favorece o desenvolvimento da capacidade de orientação dos praticantes, que aos poucos vão aperfeiçoando o momento de colocar um golpe, além de melhorarem a capacidade de orientação espacial, haja visto que o espaço para realização do “jogo” é restrito ao interior da roda de capoeira.

3.1.8 Flexibilidade

É a capacidade e a característica de um atleta de executar movimentos de amplitude, ou sob forças externas, ou ainda que requeiram a movimentação de muitas articulações (WEINECK,

2003). Para Brito (1998) “A flexibilidade pode ser definida como a modalidade articular, mais a elasticidade muscular, ou seja, a capacidade de um segmento fletir sobre o outro, e a completa extensão do movimento em uma articulação” (BRITO, 1998, p. 10).

Para Barbanti (1979), que não utiliza o termo flexibilidade, e sim mobilidade, esta é “a capacidade de aproveitar as possibilidades de movimentos articulares o mais amplamente possíveis em todas as direções” (BARBANTI, 1979, p. 198).

Existem alguns sinônimos para o termo flexibilidade como, por exemplo, mobilidade, articularidade, elasticidade. A flexibilidade pode ser diferenciada em flexibilidade geral e específica, ativa e passiva, e ainda em flexibilidade estática.

Entende-se por flexibilidade geral quando se envolve a flexibilidade em grande extensão dos principais sistemas articulares (ombros, quadris, coluna vertebral). A flexibilidade específica refere-se a determinadas articulações. Como exemplo, podemos citar os atletas de corridas com barreiras que devem ter boa flexibilidade nos quadris.

A flexibilidade ativa é a maior amplitude de movimentos conseguida em uma articulação pela contração dos agonistas, e naturalmente pelo relaxamento dos antagonistas. Já a flexibilidade passiva é a maior amplitude de movimento conseguida em uma articulação com o auxílio de forças externas. A flexibilidade passiva é sempre maior que a flexibilidade ativa.

Por fim temos a flexibilidade estática, que é a manutenção de um estado de alongamento por um determinado período de tempo. Esse tipo de flexibilidade tem um papel importante em alongamentos musculares.

Segundo Dantas (1985) alguns componentes podem influenciar a flexibilidade, como:

Idade: Com o passar dos anos a fâscias e tendões ficam incapazes de aumentarem sua espessura o que diminui a flexibilidade.

Sexo: Devido a diferença nos níveis de alguns hormônios como a relaxina, as mulheres, em geral, apresentam uma maior flexibilidade que os homens.

Horário: Ao longo do dia a flexibilidade aumenta, atingindo o seu pico por volta das 13 horas.

Temperatura: O calor aumenta a elasticidade muscular refletindo nitidamente sobre a flexibilidade.

Na capoeira a flexibilidade é uma habilidade muito trabalhada, havendo uma grande variedade de movimentos que podem auxiliar neste desenvolvimento, como a cocorinha, macaco, negativa e que são possíveis de serem trabalhados numa aula de Educação Física.

Como podemos perceber, o desenvolvimento motor é constituído por vários fatores que podem ser estimulados através de elementos da capoeira, de modo que as crianças do ensino fundamental, de 1ª a 4ª série, estão no período mais susceptível ao desenvolvimento destas habilidades descritas acima.

Portanto, a capoeira é uma prática esportiva que possui uma série de recursos possíveis de serem trabalhados a fim de contribuir com a formação das habilidades motoras das crianças, sendo mais uma possibilidade para o professor de Educação Física.

4 DESENVOLVIMENTO MOTOR X CAPOEIRA

Como visto no capítulo anterior, para Gallahue e Osmun (2003) as habilidades básicas podem ser divididas em habilidades locomotoras, manipulativas e estabilizadoras. Faremos agora uma breve explanação destas habilidades locomotoras e manipulativas, e em seguida iremos nos aprofundar nos movimentos estabilizadores fundamentais, mostrando sua relação direta com os elementos da capoeira.

4.1 Movimentos locomotores fundamentais

Podemos definir a locomoção como a capacidade do indivíduo de se movimentar de maneira efetiva pelo ambiente. Ela envolve a projeção do corpo no espaço externo, alterando sua localização relativamente a pontos fixos da superfície. Existem vários movimentos pertencentes a esta classe, como por exemplo, correr, saltar obstáculos, pular, caminhar.

O desempenho destes movimentos deve ser suficientemente flexível, para que possam ser alterados à medida que as necessidades do ambiente o exijam, desde que não se tenha prejuízo ao objetivo do ato.

Para Gallahue e Osmun (2003):

“A criança deve ser capaz de (1) usar qualquer movimento, de certo repertório de movimentos, para alcançar o objetivo; (2) mudar de um tipo de movimento para outro, quando a situação assim o exigir; (3) alterar cada movimento à medida que as condições do ambiente mudem”(GALLAHUE e OSMUN, 2003, p.280).

Durante esses processos de alteração e modificação é de suma importância que a criança não desvie do seu objetivo. O mesmo autor coloca ainda que essas habilidades podem ser utilizadas isoladamente, ou em conjunto com os movimentos manipulativos ou estabilizadores, por exemplo numa situação em que a criança realize uma caminhada realizando a manipulação de um objeto, ou caminhando sobre uma trave de equilíbrio (GALLAHUE e OSMUN, 2003).

No ensino da capoeira temos a participação destes movimentos locomotores fundamentais principalmente no tocante aos saltos. A capoeira possui uma série de movimentos acrobáticos e de golpes, que envolve formas variadas de saltos. Como exemplo, podemos citar os saltos mortais com as suas variações (grupado, carpado, estendido, com giro), que são movimentos de alta

complexidade, na maioria das vezes realizados por alunos com uma maior experiência, mas que trabalham com elementos dos movimentos locomotores fundamentais (Foto 01).



Foto 01: Salto mortal estendido

Fonte: <http://www.mandingabuffalo.org>

4.2 Movimentos manipulativos fundamentais

A manipulação motora rudimentar envolve o relacionamento de um indivíduo com objetos e é caracterizada pela aplicação de força nos objetos e a recepção de força deles. Dessa maneira podemos dividir esta classe de movimentos em movimentos propulsores e movimentos amortecedores.

Os movimentos propulsores envolvem atividades nas quais um objeto é movimentado para longe do corpo. Observamos esses movimentos em situações como chutar, bater, arremessar e rolar uma bola.

Os movimentos amortecedores envolvem atividades nas quais o corpo, ou uma parte dele se posiciona de maneira a interferir no trajeto de um objeto, com o intuito de parar ou desviar esse objeto. Exemplos destes movimentos são vistos em situações como apanhar uma bola, receber um passe.

Os movimentos manipulativos normalmente combinam dois ou mais movimentos, empregando-se em conjunto com outras formas de movimento. No caso dos movimentos propulsores, em geral, há uma combinação com movimentos de passada, oscilações e alongamentos, já os movimentos amortecedores usualmente consistem de combinações com inclinações e passadas.

Na capoeira observamos o emprego destes movimentos manipulativos em algumas situações que não o jogo da capoeira propriamente dito, como é no caso do Maculelê (Foto 02). O Maculelê é uma manifestação que teve sua origem em Santo Amaro da Purificação no recôncavo baiano, sendo uma das celebrações locais, comemorativas do dia de Nossa Senhora da Purificação (LOPES, A. J. F., 1998).



Foto 02: Maculelê

Fonte: <http://www.capoeira-contemporana.de>

O Maculelê é uma dança de forte expressão dramática, que antigamente era destinada apenas a participantes do sexo masculino, que dançavam em grupos, batendo as grimas (bastões) ao ritmo dos atabaques e ao som de cânticos em linguagem popular, ou em dialetos africanos.

Nessa dança o trabalho com os bastões proporciona um grande desenvolvimento dos movimentos manipulativos, já que os alunos realizam movimentos individuais ou grupos mas tendo em mãos um par de bastões.

Os instrumentos musicais da capoeira também proporcionam, indiretamente, um refinamento destas habilidades manipulativas, através do desenvolvimento da coordenação motora e até mesmo através da maneira correta de se segurar o berimbau.

4.3 Movimentos estabilizadores fundamentais

Até agora vimos dois grupos de movimentos fundamentais que possuem algumas particularidades envolvidas na capoeira, que são os movimentos locomotores fundamentais e os movimentos manipulativos fundamentais.

Entretanto a maioria dos elementos da capoeira está incluída numa classe de movimentos chamados de movimentos estabilizadores fundamentais. A estabilidade é o aspecto mais fundamental do aprendizado de movimentar-se.

As crianças conseguem através da estabilidade, obter um ponto de origem que irá permitir a exploração do espaço em que estão inseridas. Essa estabilidade também é responsável por buscar um equilíbrio a relação do indivíduo com a força de gravidade.

Essa relação é válida mesmo quando a aplicação da força é alterada por alguma necessidade do ambiente, fazendo com que a relação geral do corpo com o centro da gravidade seja modificada. Essa habilidade da criança de compensar essas mudanças de modo rápido e preciso, através de movimentos apropriados, também é essencial.

Os movimentos compensatórios devem assegurar a manutenção do equilíbrio, mas não podem ser excessivos, ou seja, deve-se empregar apenas as regiões do corpo necessárias para o equilíbrio, ao invés de usar o corpo inteiro. Esses movimentos compensatórios são constantes na situação do jogo da capoeira, quer seja numa situação de contra-ataque, ou para escapar de um golpe desequilibrante.

Desta maneira as habilidades estabilizadoras das crianças precisam ser flexíveis, a fim de executar todo tipo de movimento sob quaisquer condições e ainda manter a relação fundamental delas com a força de gravidade.

Todo movimento envolve um elemento de estabilidade quando analisado da perspectiva do equilíbrio. Portanto, falando estritamente, as atividades locomotoras e manipulativas que

vimos anteriormente, são, em parte, movimentos estabilizadores. Contudo alguns movimentos são classificados dentro dos movimentos estabilizadores como os movimentos axiais, a rotação corporal, desvio, equilíbrio em um só pé, apoios invertidos, que veremos agora.

4.3.1 Movimentos Axiais

Os movimentos axiais são movimentos do tronco ou dos membros que direcionam o corpo, enquanto este permanece em posição estacionária. São exemplos de movimentos axiais, inclinar-se, balançar, erguer, empurrar, alcançar, os quais combinam-se com outros movimentos para criar habilidades motoras mais elaboradas. Juntamente com algumas posturas de equilíbrio estático e dinâmico, os movimentos axiais são considerados os principais componentes da estabilidade.

Desempenhos eficientes em saltos ornamentais, ginástica, patinação artística e dança moderna, tipicamente, incorporam inúmeros movimentos axiais, bem como vários movimentos locomotores.

Dentro da capoeira os movimentos axiais estão presentes como iniciadores de uma série de golpes ou acrobacias. Um dos movimentos básicos da capoeira e que envolve os movimentos axiais é o Aú (Foto 03). O Aú é a estrela da ginástica artística e caracteriza-se pelo apoio das mãos no chão seguido da projeção das pernas passando pelo apoio invertido do corpo terminando o movimento com as pernas no chão novamente.

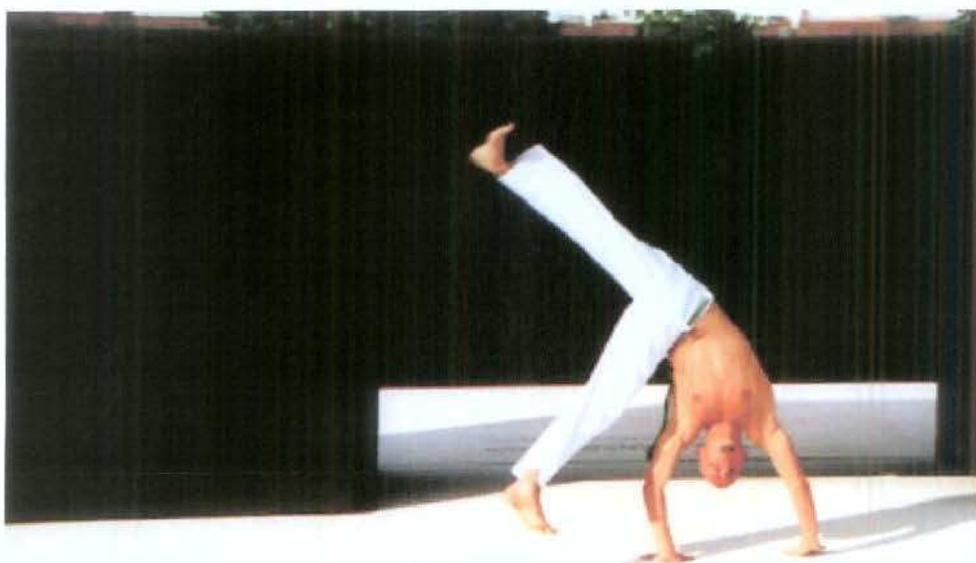


Foto 03: Aú

Fonte: <http://www.hapkido.it>

Para Reis, A. L. T. (1997) o Aú é um movimento que as crianças tendem a executar naturalmente. A maioria delas o conhece como “Brincar de Estrelinha”, e a riqueza de experiência de movimentos nas fases iniciais escolares já proporcionam uma base para desenvolvê-lo.

Existem diversos tipos de Aú, como cita Capoeira (1985), temos o Aú fechando à frente, Aú partindo da cocorinha, Aú caindo na ponte, Aú com rodopio, enfim, a combinação do Aú com outros golpes aumenta a variedade do repertório de acrobacias do capoeirista, e todos estes movimentos apresentam em comum o fato de se iniciarem a partir de um movimento axial.

4.3.2 Rotação corporal

As posturas de rotação corporal, embora verdadeiramente locomotoras por natureza, requerem quantidades excessivas de controle de equilíbrio. Quando realizamos um movimento de rotação corporal temos uma perturbação considerável do fluido nos canais semicirculares, por isso, esses movimentos são considerados como movimentos estabilizadores fundamentais.

Os movimentos de rotação corporal podem envolver rolar para frente, para os lados ou para trás. Em cada um desses movimentos, o corpo é momentaneamente invertido e deve manter o controle da posição à medida que desloca pelo espaço. A cambalhota é um exemplo de padrão rotatório fundamental.

Os movimentos de rotação corporal sem dúvida fazem parte do universo da capoeira. A armada, por exemplo, é um golpe que envolve a rotação corporal (Foto 04). Na armada, o capoeirista realiza a rotação do seu corpo no eixo longitudinal ao mesmo tempo em que aplica um chute.

Este movimento é bastante complexo, porém sua execução depende do processo de desenvolvimento da coordenação motora, em que o aluno avaliará sua postura e equilíbrio. Reis (1997) acredita que a fragmentação deste golpe facilita o aprendizado. Para isso propõe a divisão do golpe em três partes. Na primeira, após o comando do professor, o aluno deve parar os pés paralelamente. Em seguida o aluno deverá cruzar lateralmente uma das pernas e girar o tronco e quadril. Por fim o aluno deverá completar o giro total ao mesmo tempo em que realiza a saída da perna de trás estendida na altura que o aluno conseguir.

Se tomarmos como exemplo a realização de um salto mortal, iremos observar a combinação de um movimento locomotor fundamental, o salto, com um movimento estabilizador fundamental que é a rotação corporal. Essas combinações de padrões de movimentos estão presentes em diversos golpes da capoeira.

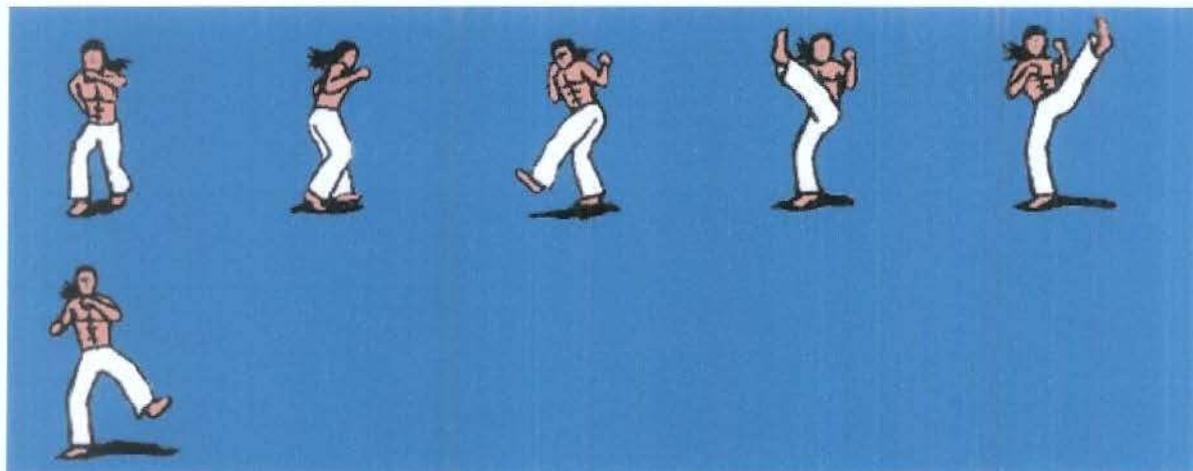


Foto 04: Seqüência explicativa da armada

Fonte: <http://www.capoeiranavarra.com>

4.3.3 Desvio

A realização do desvio é a combinação de um padrão de movimento estabilizador fundamental com os movimentos locomotores de deslizar alterando a direção. O desvio envolve rápidas alterações de direção de um lado para outro e requer reação rápida de movimentos.

Para exemplificar o movimento de desvio na capoeira, podemos utilizar a ginga, que é o movimento básico da capoeira (Foto 05). A ginga é a base de quase todos os movimentos da capoeira, por isso, o aprendizado da ginga é o passo inicial para o aprendizado dos demais movimentos.

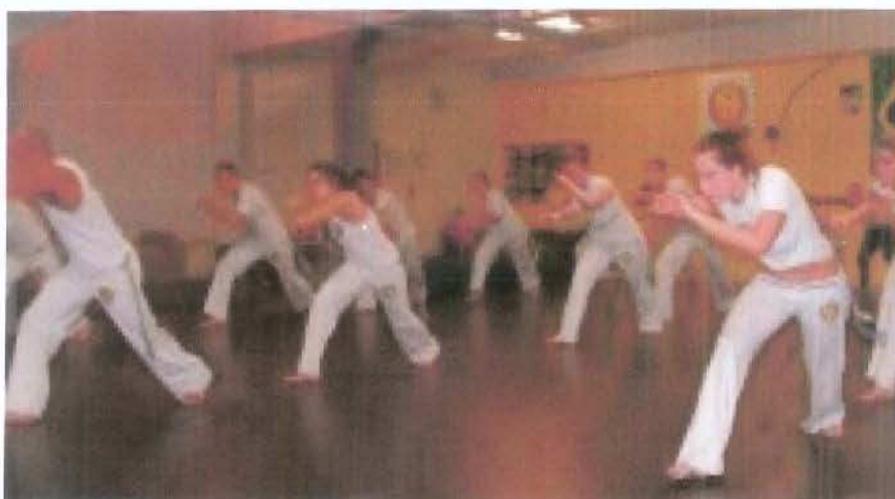


Foto 05: Capoeiristas realizando a ginga

Fonte: <http://www.axeseattle.com>

Uma forma que podemos utilizar para ensinar a ginga, é traçando duas linhas paralelas separadas pela distância de uma passada do aluno, que irá se colocar sobre uma delas mantendo-se de costas para a outra. Ao som da música da capoeira o aluno executará a função de caminhar para trás movimentando o pé direito, por exemplo, até a outra linha e em seguida retornando a posição inicial. Em seguida repete-se o mesmo movimento desta vez com o pé esquerdo. A compreensão desta ginga rudimentar é fundamental para que o aluno evolua, realizando uma ginga com proteção do rosto e com uma passada mais aberta quando realiza o retorno a posição inicial.

Normalmente o ensino da ginga é facilitado com a utilização de músicas da capoeira angola, que possuem um ritmo mais lento. Conforme o aluno evolui é interessante a utilização de músicas com velocidade maior.

Na ginga observamos constantemente o padrão de movimento estabilizador fundamental que é o desvio. Este é um elemento muito importante já que é uma maneira de um capoeirista tentar surpreender o outro com um movimento inesperado.

4.3.4 Equilíbrio unipodal

O equilíbrio unipodal é uma das formas de mensuração mais comum da habilidade de equilíbrio estático. No capítulo anterior apresentamos outros exemplos de formas de equilíbrio, como o equilíbrio dinâmico.

Na capoeira o equilíbrio talvez seja um ponto fundamental na formação de um capoeirista. A maioria dos golpes, como a armada, meia lua de frente, queixada, e martelo requerem um certo grau de equilíbrio dos alunos.

O martelo, por exemplo, é um chute em que o capoeirista aplica um chute com a perna paralela ao solo, enquanto se realiza o apoio na outra perna com um leve giro do quadril (Foto 06). Assim como as lutas orientais, a capoeira apresenta também uma série de contra-golpes, que muitas vezes utilizam-se do golpe do outro capoeirista para surtirem efeito.

Um destes contra-golpes é a chamada vingativa (CAPOEIRA, 1985). A vingativa é um golpe desequilibrante em que um capoeirista visa derrubar o outro colocando uma das pernas por

trás da perna de base do capoeirista que executa o martelo, enquanto projeta o seu corpo para derrubá-lo.

Devido a isto o trabalho de equilíbrio numa perna só é muito intenso na capoeira a fim de melhorar tanto a execução de um golpe como o martelo, por exemplo, mas também para proporcionar uma melhor estabilidade frente a um contra-golpe.

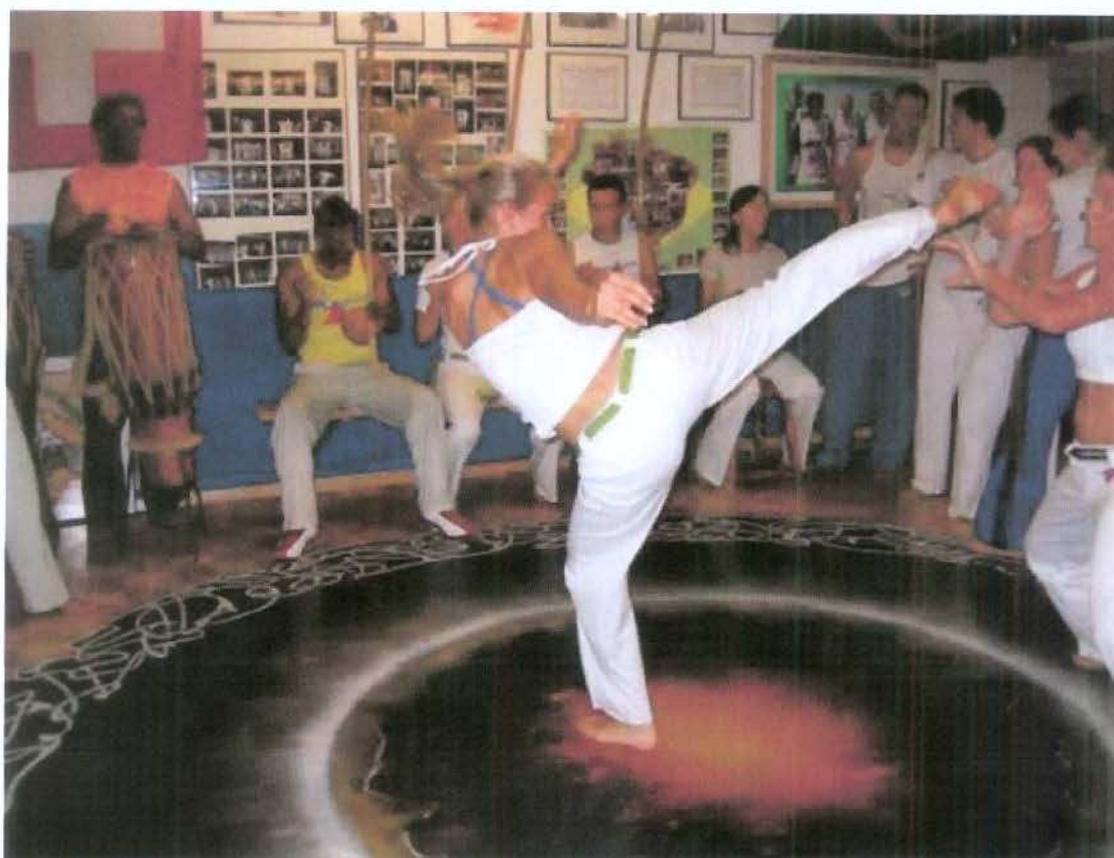


Foto 06: Martelo

Fonte: <http://www.capoeira-lausanne.com>

4.3.5 Apoios invertidos

Uma das maiores atrações da capoeira para os espectadores, talvez sejam as acrobacias e saltos realizados pelos capoeiristas. Diante disso, podemos observar em vários movimentos a passagem pelo apoio invertido.

Os apoios invertidos envolvem posturas nas quais o corpo assume a posição de cabeça para baixo, por alguns segundos, antes que o movimento seja interrompido. A estabilização do centro de gravidade e a manutenção da linha da gravidade dentro da base de apoio aplicam-se à postura invertida, bem como à postura ereta, em pé.

A postura com apoio invertido pode empregar a cabeça ou as mãos, antebraços ou braços, utilizando apenas um ou combinando estas partes do corpo como base de apoio (GALLAHUE e OSMUN, 2003).

Como dito acima uma infinidade de movimentos na capoeira realiza o apoio invertido. O mais conhecido deles é a parada de mãos, ou como é mais conhecida popularmente a “bananeira” (Foto 07). Esse movimento é bastante utilizado na roda de capoeira e demonstra a capacidade de equilíbrio do capoeirista.



Foto 07: Parada de mão

Fonte: <http://www.capoeira.gq.nu>

Uma das maneiras de se ensinar a parada de mãos é fragmentando em etapas o aprendizado. Muitos professores de capoeira preferem utilizar este ensino fragmentado, dividindo o exercício em três, quatro partes para que se chegue no todo (BRITO, 1998).

Dessa maneira, Reis, A. L. T. (1997) propõem a seguinte seqüência para o ensino da parada de mãos. Inicialmente o aluno executa o movimento em frente a uma parede encostando somente o calcanhar. O próximo passo é que o aluno tente afastar o calcanhar da parede,

buscando um ponto de equilíbrio. Nas próximas etapas, realiza-se uma atividade em duplas com um aluno fazendo a parada de mãos e o outro apoiando seu calcanhar até o momento que não necessite mais do apoio.

No apoio invertido da capoeira conseguimos combinar praticamente todos movimentos estabilizadores fundamentais. Para o Aú, por exemplo, vemos desde o movimento axial iniciando o movimento, dependendo da situação a presença do desvio, passando pelo apoio invertido até o término do movimento. Sem contar nas próprias variações do movimento de Aú como no caso de um Aú com rodopio, em que acrescentamos o movimento de rotação aos movimentos descritos acima.

Então, como podemos perceber, os elementos (golpes, acrobacias, floreios) da capoeira podem estar inseridos dentro de um contexto do desenvolvimento motor. Como vimos os movimentos fundamentais locomotores, manipulativos apresentam uma menor escala de relação com a capoeira quando comparados aos movimentos fundamentais estabilizadores.

Entretanto, se analisarmos os movimentos da capoeira veremos que assim como acontece em outras modalidades esportivas, a combinação destes padrões de movimento está presente em vários dos golpes e acrobacias. Diante disto a capoeira pode contribuir de maneira extremamente importante a fim de promover o desenvolvimento e aperfeiçoamento destes padrões de movimentos fundamentais nas crianças que cursam de 1ª a 4ª série do ensino fundamental.

5 DISCUSSÃO

Como foi colocado inicialmente na seção desenvolvimento metodológico, este trabalho é uma revisão bibliográfica que buscou mostrar as possíveis relações da capoeira com o desenvolvimento motor. Até agora várias informações foram trazidas de maneira a levantar os principais tópicos que norteiam esse tema, entretanto, faz-se necessário uma reflexão acerca destas idéias.

Particularmente, acredito que a riqueza cultural existente na capoeira seja um ponto ímpar em qualquer estudo realizado sobre esta temática. A história da capoeira é constituída de vários detalhes que por si só renderiam inúmeros trabalhos. A começar pelas origens desta prática, até hoje não existe um consenso entre os estudiosos se a capoeira seria uma manifestação já existente no continente africano e que foi trazida pelos escravos, ou se a capoeira originou-se no Brasil com estes mesmos escravos.

Um outro aspecto importante que foi abordado no segundo capítulo, diz respeito a finalidade da capoeira. Para alguns pesquisadores a capoeira era praticada, única e exclusivamente, para os escravos lutarem contra os feitores. Uma outra corrente acredita que além uma forma de resistência, a capoeira seria também uma forma de lazer dos escravos que no dia livre a praticavam para se divertir.

As mudanças ocorridas na capoeira não terminaram com o fim da escravidão. No período da república praticar capoeira se tornou crime, com penas severas aos praticantes que incluíam até mesmo a reclusão. Somente em 1932 que a capoeira passa a ser legalizada, como estratégia política do governo de Getúlio Vargas que buscava construir a chamada “memória nacional”.

Se observarmos as informações acima podemos perceber que a história da capoeira “corre” juntamente com a história do Brasil, acompanhando o ambiente político vivido pelo país e as mudanças governamentais.

Acredito que esse ponto é de considerável importância para se ensinar a capoeira no ambiente escolar. O professor que pretende utilizar a capoeira como mais um recurso na aula de Educação Física não deve se ater apenas aos movimentos acrobáticos, golpes, ginga, mas também

trazer para o aluno estas informações históricas, para mostrar ao aluno um pouco mais sobre a história do país e sua relação com uma prática esportiva.

Além desse contexto histórico em que a capoeira se encontra inserida, e que considero de suma importância para o seu ensino, a capoeira é uma prática que colabora muito para o desenvolvimento de uma série de habilidades motoras de seus praticantes, sendo este o assunto principal deste trabalho, ou seja, como que a capoeira se relaciona com o desenvolvimento motor.

Como vimos no terceiro capítulo o desenvolvimento motor é uma área de estudo muito abrangente, pelo fato de não ser algo estanque, ou seja, o desenvolvimento motor inicia com o nascimento e sofre modificações ao longo de toda vida.

A faixa etária que o trabalho enfocou, gira em torno dos 6 aos 10 anos de idade. Esse é um período da vida em que as crianças apresentam um desenvolvimento motor extremamente acelerado. As informações motoras que chegam até elas nesta época da vida promovem o desenvolvimento e aperfeiçoamento de uma série de habilidades motoras.

Diante disto, a participação do professor de Educação Física é fundamental para auxiliar neste desenvolvimento, que pode trabalhar com diversas atividades, seja na forma de brincadeiras, jogos pré-desportivos, lutas ou danças.

Dentro da proposta de trabalho foi levantado algumas habilidades motoras que estão em franco desenvolvimento no período do ensino fundamental, e que estão relacionadas à prática da capoeira, como por exemplo, a coordenação motora, o equilíbrio, a lateralidade, a orientação, entre outras.

Obviamente estas são apenas algumas das habilidades, chamadas de habilidades motoras gerais, que estão se desenvolvendo nas crianças, mas são as que estão mais ligadas ao universo da capoeira.

É importante ressaltar que o desenvolvimento de cada uma destas habilidades motoras gerais não é isolado. O trabalho de um golpe, por exemplo, envolve, ao mesmo tempo, o desenvolvimento de várias habilidades.

No terceiro capítulo também foi abordado outras habilidades motoras além destas habilidades motoras gerais, como as habilidades motoras reflexivas e rudimentares e as habilidades motoras fundamentais.

As habilidades motoras reflexivas e rudimentares são as primeiras desenvolvidas pelas crianças que se iniciam no nascimento e em seguida vão aparecendo e desaparecendo de acordo

com a idade, mas obedecendo uma seqüência rígida no caso de um desenvolvimento motor normal.

Como descrito acima e no terceiro capítulo, uma outra “classe” de habilidades motoras é chamada de habilidades motoras fundamentais. A definição desse tópico explorado anteriormente, é que estas habilidades são padrões de movimentos básicos que começam a se desenvolver no período em que a criança começa a se locomover independentemente pelo ambiente.

O conceito desse tipo de habilidade é exposto por dois autores (Gallahue e Ozmun), que constituíram a base do quarto capítulo deste trabalho. As habilidades motoras fundamentais servem de base para o desenvolvimento das habilidades motoras gerais e de habilidades específicas.

Devido a importância dessas habilidades e frente as bibliografias consultadas acredito ser possível mostrar que a capoeira tem atuação direta sobre elas. Como visto no quarto capítulo estas habilidades são subdividas em três grupos, os movimentos locomotores fundamentais, os movimentos manipulativos e os movimentos estabilizadores.

Os dois primeiros subgrupos apresentam uma relação importante, porém, um pouco mais distante da capoeira. No caso dos movimentos manipulativos, devido ao fato da capoeira ser uma prática que apenas em algumas situações temos a necessidade de manipulação de algum objeto, como caso do Maculelê que já foi citado, esse subgrupo é o menos desenvolvido pela capoeira, o que não aconteceria, por exemplo, no caso do Kung-Fu que é uma arte marcial que trabalha com diversas armas de combate.

Os movimentos locomotores fundamentais são mais trabalhados que os movimentos manipulativos através da capoeira. Dentro dos movimentos pertencentes a este subgrupo vimos os saltos, pulos, corrida e caminhada. Acredito que os saltos e pulos sejam influenciados de forma direta pela capoeira, como vimos no quarto capítulo em uma situação de um salto mortal, por exemplo.

Já no caso da corrida e da caminhada, não seria correto dizer que a capoeira não apresenta influência no desenvolvimento destes movimentos. Algumas situações que acontecem durante um “jogo” de capoeira podem estar, mesmo que de forma indireta, promovendo o desenvolvimento destes movimentos. Um exemplo simples, pode ser observado em uma corrida que haja a necessidade de mudança de direção, se pensarmos que durante o “jogo” de capoeira

muitas vezes o capoeirista inverte um golpe, ou realiza uma “finta” na tentativa de enganar o outro capoeirista, o desenvolvimento desse raciocínio pode indiretamente auxiliar na situação de corrida proposta acima.

O último subgrupo das habilidades motoras fundamentais, é chamado de movimentos estabilizadores. Esse grupo merece uma atenção especial, devido ao fato de que a capoeira pode influenciar praticamente todos os movimentos que o compõem.

Gallahue e Ozmun (2003), dividiram os movimentos estabilizadores em seis classes de movimento como vimos no terceiro capítulo, que são os movimentos axiais, a rotação corporal, desvio, equilíbrio unipodal, caminhada direcionada e apoios invertidos.

Cada uma destas classes de movimento tem a sua relação direta com a capoeira como foi mostrado anteriormente. Assim como acontece com as habilidades motoras gerais, os movimentos estabilizadores não se desenvolvem de maneira isolada, ou seja, praticamente em todos os elementos da capoeira verificamos mais de uma classe de movimento.

Um outro ponto importante colocado por esses autores é que as habilidades motoras fundamentais podem ser divididas em estágios de aprendizagem. Para isso cada uma desta classe de movimentos apresenta três estágios: inicial, elementar e maduro.

Considero esta divisão proposta pelos autores de grande importância, uma vez que, como visto anteriormente, o desenvolvimento motor é relacionado à idade mas não depende dela, ou seja, o estágio de desenvolvimento que um criança de 6 anos possui, não necessariamente será igual para todas as outras com a mesma idade. Esse é um ponto importante para que o professor busque auxiliar um pouco mais esses alunos com um grau de dificuldade maior para realização de um determinado movimento.

Para Gallahue e Ozmun (2003), na faixa etária de 6 anos, a grande maioria das crianças já apresenta condições de realizar movimentos maduros destas habilidades motoras fundamentais, porém, como descrito acima, não necessariamente todas elas realizarão com a mesma destreza, além de que um aluno pode conseguir realizar um movimento do estágio maduro de rotação corporal, mas para os movimentos de apoio invertido realizar apenas tarefas elementares.

Diante da quantidade de informações que envolvem o desenvolvimento motor acredito que esta é uma temática que necessita de inúmeros estudos, para que possamos ampliar os conhecimentos acerca desse assunto tão fascinante, assim como a capoeira, que apresenta

diversos estudos, em sua maioria relacionado a seus aspectos históricos, mas que ainda é um pouco carente em estudos relacionados a habilidades motoras.

6 CONCLUSÃO

Como foi mostrado neste trabalho a capoeira é uma prática com inúmeros valores, sejam estes físicos, técnicos ou culturais. Independente da falta de um consenso no que diz respeito as suas origens, a capoeira é considerada genuinamente nacional e reconhecida em diversos países do mundo como elemento da cultura brasileira.

Diante disto, considero que os estudos desta temática são de suma importância para ampliarmos os conhecimentos que permeiam a capoeira. Neste trabalho buscou-se abordar a influência da capoeira no desenvolvimento de habilidades motoras, focalizando os alunos dos primeiros anos do ensino fundamental.

Como visto a capoeira possui uma ligação direta com o desenvolvimento motor e pode auxiliar tanto para desenvolver as habilidades motoras básicas, quanto aquelas habilidades mais complexas.

Dessa maneira, acredito que a capoeira possa ser mais um recurso do professor de Educação Física, que pode utilizar alguns elementos desta prática inovando a sua aula, sem ter o objetivo de formar futuros capoeiristas, mas sim proporcionar atividades lúdicas voltadas ao desenvolvimento motor de seus alunos de uma maneira diferente daquela que normalmente é utilizada.

Um outro ponto importante, é que além de influenciar no desenvolvimento motor a capoeira proporciona outros benefícios aos alunos. A maneira como acontece o “jogo” da capoeira favorece a interação social entre os alunos, seja entre os que estão envolvidos no “jogo”, mas também entre os demais que estão compondo a roda, cantando as músicas e tocando os instrumentos.

Esse aspecto musical também é outra particularidade da capoeira que contribui para a formação dos alunos, que podem aprender a tocar diversos instrumentos musicais, desenvolvendo também outros tipos de habilidades.

Como explorado ao longo do trabalho o aspecto histórico da capoeira também é muito rico e, particularmente, acredito que é necessário ao professor de Educação Física passar esses

conhecimentos aos alunos, até mesmo para que se exclua a visão marginalizada da capoeira que ainda existe entre algumas pessoas.

Diante disto, acredito que a gama de valores existentes dentro da capoeira possa colaborar tanto no desenvolvimento das habilidades motoras, quanto na formação social dos alunos, e ser mais um instrumento do professor no ensino da Educação Física escolar.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- AREIAS, A. das **O que é capoeira**. 2ed. São Paulo: Brasiliense, 1984.
- BARÃO, A. de C. **A Performance ritual da roda de capoeira**. 1998. Trabalho de Conclusão de Curso. Universidade Estadual de Campinas. Instituto de Artes, SP, 1998.
- BARBANTI, V. J. **Teoria e prática do treinamento desportivo**. São Paulo: Edgard Blucher, 1979.
- BRITO, E. P. **No caminho do mestre – Aprendendo hoje para ensinar amanhã**. 1998.
- CAPOEIRA, N. **Galo já cantou, capoeira para iniciados**. Rio de Janeiro: Cabicieri Editorial, 1985.
- CARVALHO, M. S. de **Capoeira: Uma atividade física como instrumento de integração e as estratégias criadas para facilitar a compreensão dos praticantes com deficiência auditiva**. 2001. 37f. Trabalho de Conclusão de Curso. Universidade Estadual de Campinas. Faculdade de Educação Física, SP, 2001.
- CASCUDO, L. da C. **Folclore do Brasil / Pesquisas e Notas**. Rio de Janeiro: Fundo de Cultura, 1967.
- CHEDIAK, A. Da senzala para o campus. **Revista Capoeira – arte e luta brasileira**, São Paulo, n. 1, p. 4-12, maio. 1998.
- DANTAS, E. H. M. **A prática da preparação física**. Rio de Janeiro: Sprint, 1985.
- GALLAHUE, D. L.; OZMUN, J. C. **Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos**. São Paulo: Phorte Editora, 2003.
- HOLLE, B. **Desenvolvimento motor na criança normal e retardada: um guia prático para a estimulação sensório-motora**. São Paulo: Manole, 1990.
- JARDIM, Marta Lima **Projeto Capoeirar: Uma proposta de ensino da capoeira como parte integrante do Projeto: “Ame a Vida Sem Drogas”, em realização na Rede Pública de Ensino**

- de Campinas. Um relato de experiência.** 1999. 70f. Trabalho de Conclusão de Curso. Universidade Estadual de Campinas. Faculdade de Educação Física, SP, 1999.
- KRETCHMAR, R. S. Physical activity, aging and disability. **Quest**, Champaign, v.52, p.331-332, 2000.
- LOPES, A. J. F. O Maculelê. **Revista Capoeira – arte e luta brasileira**, São Paulo, n. 3, p. 42-43, set./out. 1998.
- LOPES, O. P. **A Capoeira na Universidade.** 1991. Trabalho de Conclusão de Curso. Universidade Estadual Paulista (UNESP). Rio Claro, 1991 apud PENTEADO JUNIOR, W. R. **Capoeira e Cidadania – Um estudo da prática capoeirística e sua aplicação em projetos sócio-educacionais na cidade de Campinas – SP.** 2001. 120f. Trabalho de Conclusão de Curso. Universidade Estadual de Campinas. Instituto de Filosofia e Ciências Humanas, SP, 2001.
- O QUE É CAPOEIRA. **Revista Capoeira – arte e luta brasileira**, São Paulo, n. 2, p. 28-30, jul./ago. 1998.
- OLIVEIRA, J. A. MANOEL, E. J. Análise desenvolvimentista da tarefa motora: estudos e aplicações. In: TANI, G. (Ed.) **Comportamento motor, desenvolvimento e aprendizagem.** São Paulo: Guanabara Koogan, 2004.
- PENTEADO JUNIOR, W. R. **Capoeira e Cidadania – Um estudo da prática capoeirística e sua aplicação em projetos sócio-educacionais na cidade de Campinas – SP.** 2001. 120f. Trabalho de Conclusão de Curso. Universidade Estadual de Campinas. Instituto de Filosofia e Ciências Humanas, SP, 2001.
- REIS, A. L. T. **Brincando de capoeira – Recreação e lazer na escola.** Brasília: Ed. Valcy, 1997.
- REIS, L. V. S. **O mundo de pernas para o ar: a capoeira no Brasil.** São Paulo: Publisher Brasil, 1997.
- REGO, W. **Capoeira angola: ensaio sócio-etnográfico.** Salvador: Itapoá, 1968.
- SANTOS, L. S. **Educação, educação física, capoeira.** Maringá: Fundação Universidade Estadual de Maringá, 1990.
- SANTOS, S. DANTAS, L. OLIVEIRA, J. A. de Desenvolvimento motor de crianças, de idosos e de pessoas com transtornos de coordenação. **Revista Paulista de Educação Física**, São Paulo, v. 18, p. 33-44, ago. 2004.

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

TANI, G. et al. Aprendizagem motora: tendências, perspectivas e aplicações. **Revista Paulista de Educação Física**, São Paulo, v. 18, p. 55-72, ago. 2004.

TANI, G. et al. **Educação física escolar: Fundamentos de uma abordagem desenvolvimentista**. São Paulo: EPU, 1998.

TORRES, F.; PIEKARZIEVCZ, L.; CAMPOS, W. A relação entre a compreensão de Educação Física e performance motora de crianças na faixa etária de 6 e 7 anos. In: **Simpósio de Educação Física Escolar**, Universidade de São Paulo, 1999.

TURUTA, E. K. **O desenvolvimento motor e a interação social da criança dos 5 a 10 anos através da ginástica artística**. 2002. 46f. Trabalho de Conclusão de Curso. Universidade Estadual de Campinas. Faculdade de Educação Física, SP, 2002.

VIEIRA, L. R. Capoeira: Os primeiros momentos de sua história. **Revista Capoeira – arte e luta brasileira**, São Paulo, n. 1, p. 42-44, maio. 1998 (a).

_____. De prática marginal à arte marcial brasileira. **Revista Capoeira – arte e luta brasileira**, São Paulo, n. 3, p. 42-43, set./out. 1998 (b).

WEINECK, J. **Manual de treinamento esportivo**. São Paulo: Manole, 1989.

_____. **Treinamento ideal: Instruções técnicas sobre o desempenho fisiológico, incluindo considerações específicas de treinamento infantil e juvenil**. 9. ed. São Paulo: Manole, 2003.