

EDUCAÇÃO FÍSICA

ALUNO _____ 4º ANO _____

ORIENTAÇÃO AOS PAIS: O aluno poderá escrever no caderno o título da atividade e a data.

1. Vamos recordar um pouco falando sobre a capoeira

Como tudo começou?

Séculos XVI e XVII

Os povos africanos foram trazidos para o Brasil na condição de escravos. Sua cultura e sua religião foram proibidas.

Como forma de se defender do Capitão do Mato surgiu entre os negros uma luta disfarçada de dança. Esta "dança" foi rapidamente difundida, sendo praticada e treinada nas senzalas das fazendas. Enquanto isso, as fugas e revoltas dos negros aumentaram. Os senhores de engenho, então, passaram a proibir a capoeira entre os escravos.

Numa tentativa de manter suas tradições, os escravos disfarçavam os elementos de sua cultura: rituais religiosos eram transformados em festas; seus deuses foram associados com santos católicos; entre outros.

Para continuar com os treinos, os escravos tiveram a ideia de disfarçá-los ainda mais incluindo a música, com uma encenação e a coreografia que conhecemos. Os senhores de engenho assistiam a essas danças, a ginga da luta e não percebiam do que se tratava.



Saiba mais

A origem do nome varia de acordo com literaturas da época.

Foi registrado pela primeira vez em 1595, no livro A Arte da Língua, de Padre Antônio Vieira. Segundo ele: "os índios Tupi-Guaranis divertiam-se jogando capoeira".

A palavra vem do Tupi-Guarani. Veja:

Caá + Puéra

"mato" ↓ "que foi e já não é"

mata extinta, mato ralo, mato cortado

Os negros também praticavam capoeira em clareiras encontradas nas matas. Era comum ouvir dizer que "o negro fugiu para a capoeira" ou "os escravos foram pegos vadiando na capoeira".

A associação dessas expressões com aqueles movimentos realizados pelos escravos batizou a manifestação cultural. E o nome persistiu até os dias de hoje.

É interessante destacar que, ao longo deste período, também foram registradas observações do jogo de capoeira entre os índios.

Instrumentos musicais

A bateria da capoeira é repleta de instrumentos musicais.

O mais conhecido é o **berimbau**, mas além dele existem o atabaque, o caxixi, o pandeiro e o agogô.

Alguns podem ser confeccionados com materiais recicláveis. Veja, na sequência.



2. Conheça a capoeira na prática

<https://www.youtube.com/watch?v=eNF47CtbinY>

3. Confeção de um dos instrumentos usados na capoeira

Caxixi de garrafa pet



Agora, veja como montar alguns caxixis:

- Você vai precisar de: garrafas pet pequenas; fita adesiva; algo para fazer barulho; tesourinha.
- Encha as garrafinhas com pedrinhas, feijões, arroz, conchinhas ou outro material que faça barulho. Serve até tampinhas de garrafa.
- Enfeite com a fita adesiva.

Dica: Para ficar mais parecido com um caxixi, você pode cortar a parte do meio da garrafa. Encaixe a parte de baixo e a parte de cima e passe uma fita adesiva sobre a junção, como mostrado na imagem ao lado.

4. Arriscar alguns movimentos da capoeira