Componente curricular: Educação Física Ano: 7º Bimestre: 3º

Sequência didática 1

|  |  |
| --- | --- |
| Unidade temática | Lutas |
| Objeto de conhecimento | Lutas do Brasil |

Os estilos de capoeira

Apresentação

Esta sequência didática apresenta possibilidades para que os alunos conheçam um pouco sobre a origem da capoeira e reflitam sobre o contexto em que ela foi criada, sobre a luta e a resistência dos escravizados para sua prática e sua permanência e sobre qual é a situação dessa luta nos dias de hoje, no que diz respeito a sua visibilidade, seu reconhecimento e seus praticantes.

Objetivos de aprendizagem

Objetivos gerais

* Reconhecer a importância da população africana e afro-brasileira para a cultura brasileira de modo geral e, em específico, para a capoeira.
* Conhecer as características específicas da capoeira Angola e da capoeira regional.
* Vivenciar dois estilos de capoeira: Angola e regional.
* Inserir o debate das relações étnico-raciais para o cumprimento da Lei nº 10.639/2003.

Objeto de conhecimento/Habilidades

Lutas do Brasil

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

Tempo previsto: 3 aulas

Aula 1

**Gestão dos alunos:** Os alunos vivenciarão atividades coletivas, com a participação de toda a sala, e momentos em grupos. Em ambas as situações, você deverá ser um mediador facilitador de todo o processo, acompanhando, questionando e auxiliando quando necessário.

Objetivos específicos de aprendizagem

* Reconhecer a importância da resistência dos escravizados para a origem da capoeira.
* Inserir o debate das relações étnico-raciais em referência à Lei nº 10.639/2003.
* Reconhecer a capoeira como Patrimônio Cultural Imaterial da Humanidade.

Recursos didáticos

Espaço físico: quadra, pátio ou outro local com espaço para o deslocamento dos alunos, sala de informática para realização de pesquisa na internet (ou apenas acesso à internet para que os alunos realizem a pesquisa pelo celular)

Material: projetor digitalpara apresentação de *slides* para a sistematização do conteúdo (opcional) ou apenas lousa e giz ou, ainda, somente exposição oral

Desenvolvimento da aula

**Momento 1** – Inicie a aula com uma atividade similar à brincadeira “Coelhinho sai da toca”. Peça aos alunos que formem trios. Escolham dois alunos da turma para ficarem dentro de uma grande roda formada por esses trios: um representará um escravizado capturado, e o outro representará o capitão do mato. Em cada trio, dois alunos devem se dar as mãos e levá-las para o alto, formando uma cabaninha que representa um quilombo; o terceiro aluno deve ficar dentro dessa cabana, representando um escravizado em fuga. Ao seu sinal, os escravizados em fuga que estão nos quilombos devem trocar de quilombo, o capitão do mato deve tentar capturar um deles, e o escravizado capturado do centro da roda deve fugir e tentar entrar em um quilombo (então sobrará um novo escravizado em fuga no centro da roda). Ao longo da atividade, você pode ir trocando os alunos de posição: os que estavam no papel dos quilombos se tornam escravizados e capitães do mato.

**Momento 2** – Agora faça uma roda e pergunte para os alunos o que acharam da brincadeira e se, com o cenário criado, eles conseguem imaginar qual prática corporal será abordada. Então comente que o tema desta e das próximas aulas será a capoeira, que é uma luta brasileira criada pelos escravizados trazidos para o país e que foi proibida por muitos anos. Comente ainda que a brincadeira demonstra um pouco a situação do escravizado, que tinha de fugir do capitão do mato e se esconder em um quilombo, espaço no qual ele estava protegido e tinha liberdade e não precisava se submeter às condições precárias e cruéis impostas pelos homens brancos. Já quando o escravizado não se abrigava no quilombo, estava desprotegido, submisso a leis preconceituosas e racistas, como a da proibição da prática da capoeira, e sujeito a ser pego e sofrer punições desumanas.

**Momento 3** – Vá com os alunos para a sala de informática e peça que se organizem em grupos para pesquisar sobre a capoeira, sua origem, onde é mais praticada e o “perfil” da maioria das pessoas que realizam essa prática atualmente, bem como sobre a lei que proibiu a capoeira no Brasil e qual é a situação da capoeira nos dias de hoje. Essa é uma breve pesquisa para eles terem contato com o histórico geral da capoeira.

**Momento 4** – Converse com os alunos sobre os dados encontrados. Questione se algum dado é inédito ou se eles tinham conhecimento sobre as informações obtidas. Inicie um debate, perguntando: “Considerando que a capoeira é hoje um Patrimônio Cultural Imaterial da Humanidade, será que essa prática possui o devido valor aqui no Brasil? Por quê?”. Reflita com eles sobre as questões que permeiam essa pergunta, por exemplo: “Mesmo sendo uma manifestação brasileira, considerada Patrimônio Cultural Imaterial da Humanidade, por que a capoeira ainda é cercada de preconceito?” e “Por que muitos dos lugares que ensinam essa prática não se preocupam em aprofundar a discussão sobre o processo histórico pelo qual a capoeira passou?”. Diversos questionamentos podem surgir durante a discussão, porém a maioria deverá ter relação com os escravizados, demonstrando que ainda há preconceito e falta de conhecimento sobre a real história do surgimento da capoeira. Dessa forma, refletir sobre todo esse contexto se faz necessário, a fim de que o aluno possa aprender sobre a verdadeira origem da capoeira e compreender aspectos dessa prática no cenário atual.

**Momento 5** – Complementando essa conversa, apresente de forma sistematizada a história da capoeira, de sua prática como resistência dos escravizados africanos e de sua prática criada como forma de diversão e ao mesmo tempo de defesa. Apresente essa história sob a perspectiva da luta dos escravizados. Não a trate somente como uma prática dos negros africanos e brasileiros que tem uma musicalidade e movimentos específicos. Reforce a importância que a capoeira tem e ressalte o fato de ela ser considerada, pela Unesco, um Patrimônio Cultural Imaterial da Humanidade.

Essa reflexão é muito importante para atender à Lei nº 10.639/2003, que obriga a inserção do estudo da História e da Cultura Africana e Afro-brasileira, tanto no Ensino Fundamental quanto no Ensino Médio. Considerando que o estudo da capoeira permite a inserção dessa temática, acredita-se que essa abordagem seja necessária nas aulas de Educação Física. Para essas discussões, acesse o conteúdo a seguir, que vai auxiliá-lo na compreensão da história da capoeira. Disponível em: <<http://www.educadores.diaadia.pr.gov.br/arquivos/File/fevereiro2012/educacao_fisica_artigos/capoeira_origem_historia.pdf>>. Para a compreensão da Lei nº 10.639/2003, leia o conteúdo disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/pp/v28n1/1980-6248-pp-28-01-00055.pdf>>. Acessos em: 27 ago. 2018.

Aula 2

**Gestão dos alunos:** Os alunos vivenciarão atividades coletivas, com a participação de toda a sala, e momentos em grupos. Em ambas as situações, você deverá ser um mediador facilitador de todo o processo, acompanhando, questionando e auxiliando quando necessário.

Objetivos específicos de aprendizagem

* Conhecer a capoeira Angola e a regional.
* Identificar as características da capoeira regional e as da Angola.
* Vivenciar alguns movimentos da capoeira Angola.

Recursos didáticos

Espaço físico: quadra, pátio ou outro local com espaço para o deslocamento dos alunos

Material: computador ou projetor digital e caixa de som (para que os alunos compreendam as diferenças na musicalidade das lutas)

Desenvolvimento da aula

**Momento 1** – Inicie a aula exibindo dois vídeos para os alunos, por meio do projetor digitalou de um computador. O primeiro refere-se à capoeira Angola. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=oxpJW476m00>>. O segundo se refere à capoeira regional (não é necessário passar todo o vídeo, até os 4 ou 5 minutos é o suficiente). Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=aiehFxUskEQ>>. Acessos em: 27 ago. 2018.

**Momento 2** – Após os vídeos, organize a turma em dois grupos. Cada grupo deverá fazer uma fila para a realização de um jogo de estafeta: faça uma pergunta e dê um tempo para os grupos se unirem e discutirem a resposta; então, ao seu sinal, os primeiros alunos das filas sairão e baterão na sua mão; o primeiro que bater terá direito à resposta; se estiver certa, ponto para a equipe dele.

De frente para os alunos, um pouco distante deles, faça as seguintes perguntas:

* Qual estilo de capoeira possui mais golpes diferenciados? Resposta: Regional.
* Qual estilo de capoeira utiliza cordão na cintura da calça? Resposta: Regional.
* Qual estilo de capoeira possui movimentos mais rápidos? Resposta: Regional.
* Qual estilo de capoeira possui mais saltos acrobáticos? Resposta: Regional.
* Qual estilo de capoeira parece possuir movimentos mais lentos e coreografados? Resposta: Angola.
* Em qual estilo de capoeira é obrigatório o uso de sapato? Resposta: Angola.
* Qual estilo de capoeira utiliza movimentos um pouco mais leves e sutis? Resposta: Angola.

Você pode acrescentar mais perguntas sobre as características das capoeiras, se achar necessário.

**Momento 3** – Depois do jogo de estafeta, faça uma roda com os alunos e converse sobre as características da capoeira Angola e da regional e as distinções entre elas. Para ajudá-lo na construção do conhecimento acerca desses estilos de capoeira, leia o conteúdo disponível em: <<https://www.todamateria.com.br/capoeira/>>. Acesso em: 31 ago. 2018.

**Momento 4** – Agora é o momento de realizar uma vivência da capoeira Angola. A primeira atividade será um “duro ou mole”: a turma deve eleger um aluno para ser o “pegador”, e os demais alunos devem fugir espalhando-se pela quadra; quando o pegador alcançar e pegar um aluno, este deverá ficar imóvel na posição do movimento “negativa” (facilmente encontrado na internet): ele deve ficar agachado, com uma perna totalmente flexionada e a outra perna semiflexionada, com o braço ao lado da perna semiflexionada apoiado no chão, ao lado do joelho, e o outro braço protegendo o rosto. Para salvar esse aluno imóvel, outro aluno deverá se aproximar e fazer o movimento “meia-lua de frente” (também encontrado na internet), passando uma perna por cima do aluno que está na “negativa”. Ao longo da atividade, você poderá ir trocando os pegadores.

**Momento 5** – Coloque para tocar uma música de capoeira Angola. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=R7vf1CulORA>>. Acesso em: 31 ago. 2018. No chão, faça marcações com giz para que os alunos saibam onde colocar os pés para a realização do movimento “ginga”: marcações que formem um semicírculo, uma à frente do corpo, outra na lateral e a última marcação atrás do corpo. No início, os alunos ficarão atentos às marcações no chão. Depois que se familiarizarem com a prática, peça que comecem a se mover com mais “*swing*”, com mais desenvolvimento, realizando movimentos mais próximos aos vistos no vídeo de capoeira Angola.

**Momento 6** – Encerre explicando um pouco sobre os movimentos realizados. Fale sobre a ginga, que é o principal movimento tanto da capoeira regional quanto da capoeira Angola, que ela é a base da luta, que o movimento negativa é um fundamento de defesa e que a meia-lua de frente é um movimento de ataque.

Aula 3

**Gestão dos alunos:** Os alunos vivenciarão atividades coletivas, com a participação de toda a sala, e momentos em grupos. Em ambos os momentos, você deverá ser um mediador facilitador de todo o processo, acompanhando, questionando e auxiliando quando necessário.

Objetivos específicos de aprendizagem

* Vivenciar movimentos da capoeira Angola.
* Vivenciar movimentos da capoeira regional.
* Participar de uma roda de capoeira, aplicando os movimentos aprendidos.

Recursos didáticos

Espaço físico: quadra, pátio ou outro local com espaço para o deslocamento dos alunos

Material: computador ou projetor digital e caixa de som (para que os alunos compreendam as diferenças na musicalidade das lutas)

Desenvolvimento da aula

**Momento 1** – Inicie a aula retomando os movimentos de capoeira Angola aprendidos na aula anterior: ginga, meia-lua de frente e negativa. Vivencie os movimentos com os alunos outra vez. Então mostre mais dois novos golpes de capoeira Angola: “rolê” e “bênção”, disponíveis em: <<https://www.youtube.com/watch?v=HGGMsHw0L-8>> e <<https://www.youtube.com/watch?v=fCJ1rTO5Xbw>>. Acessos em: 31 ago. 2018. O rolê é um golpe de defesa, e a bênção é um golpe de ataque.

**Momento 2** – Após a vivência dos dois golpes, peça aos alunos que formem duplas e realizem esta sequência: ambos devem gingar, depois um deve atacar com a bênção e o outro se defender com o rolê, e em seguida devem inverter a ordem de quem atacou e defendeu.

**Momento 3** – Agora ensine movimentos da capoeira regional:

Martelo. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=ZCLVQIfaPHE>>.

Meia-lua de compasso. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=YI2wuH92mq4>>.

Cocorinha. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=WK0QUWhsaVA>>.

Ponteira. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=zIJjUIQ5nJ4>>. Acessos em: 31 ago. 2018.

Vivencie cada golpe com os alunos, explicando a movimentação correta e sempre informando se é um golpe de ataque ou de defesa e a movimentação correta.

**Momento 4** – Agora realize com os alunos um jogo similar ao “vivo ou morto”. Porém, em vez de falar vivo ou morto, fale o nome dos golpes da capoeira regional para que realizem o movimento. Quem errar o movimento sai da brincadeira, até que reste somente uma pessoa. Você pode realizar variações, falando mais rápido, pedindo que outro aluno dê o comando, fazendo os alunos realizarem a atividade vendados etc. Faça a brincadeira mais de uma vez, a fim de dar outras oportunidades para os alunos que saíram logo no início da atividade.

**Momento 5** – Após todas as discussões, as reflexões, os vídeos e as vivências dos golpes, peça aos alunos que vivenciem uma roda de capoeira, utilizando os golpes aprendidos, tanto de capoeira Angola quanto de capoeira regional. Comente que eles devem respeitar as características principais dessas lutas: manter uma roda em que todos cantam e com os dois alunos no centro da roda sempre se cumprimentando antes de iniciar a luta. Peça que respeitem uns aos outros e que respeitem seus próprios limites. Explique que esse é um momento para vivenciarem uma roda de capoeira e que não devem atacar nem prejudicar alguém, mas sim fruir a luta em si.

Acompanhamento da aprendizagem

Durante o desenvolvimento das atividades, é importante observar algumas questões que influenciam nas aprendizagens dos alunos:

* Atente para a participação e o envolvimento dos alunos nas aulas. Faça uma análise individual e em grupo de cada um, verificando se as posturas são similares ou se elas se modificam dependendo do formato da aula.
* Faça um diário de campo, registrando o desenvolvimento de cada aluno. Analise, a cada aula, se houve progresso em relação à aprendizagem, no que diz respeito às três dimensões dos conteúdos: conceitual (“Aprendeu sobre o processo histórico da capoeira?”), procedimental (“Sabe diferenciar capoeira Angola e regional?” e “Sabe realizar movimentos básicos dos dois estilos?”) e atitudinal (“Reconhece a importância da valorização da capoeira e da luta dos escravizados para que ela não se extinguisse?”).
* Certifique-se de que as aulas estão de acordo com os objetivos estabelecidos e se os alunos estão conseguindo atingi-los.

Após o trabalho com a sequência didática, apresente aos alunos a autoavaliação a seguir. Se preferir, reproduza as questões na lousa e peça que as copiem e respondam.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| AUTOAVALIAÇÃO | SIM | MAIS OU MENOS | NÃO |
| Participei com empenho das atividades propostas? |  |  |  |
| Compreendi o processo histórico da capoeira? |  |  |  |
| Conheço as principais regras da capoeira Angola e da regional? |  |  |  |
| Consigo diferenciar a capoeira das demais lutas? |  |  |  |
| Reconheço a importância da reflexão sobre as relações étnico- -raciais aliadas à capoeira? |  |  |  |
| Reconheço a importância da valorização dessa prática? |  |  |  |
| Realizei as atividades prezando por minha própria segurança e pela segurança dos meus colegas? |  |  |  |