

Atividade

UME PREFEITO ESMERALDO TARQUÍNIO

ANO: 5° A, B, C, D e E

COMPONENTE CURRICULAR: EDUCAÇÃO FÍSICA

PROFESSOR: FRED

PERÍODO: 07/06/2021 a 21/06/2021

ATIVIDADE 1

1-Os alunos devem ler o texto abaixo A origem da capoeira.

2-Após ler o texto, o aluno deve responder o questionário sobre a capoeira aula 1-5ºano que está abaixo, copiá-lo em uma folha do caderno e respondê-lo, depois deve tirar uma foto e encaminhá-la ao professor de Educação Física.

A origem da capoeira

A capoeira é uma expressão cultural brasileira que compreende os elementos: arte-marcial, esporte, cultura popular, dança e música.

Ela constrói relações de sociabilidade e familiaridade entre mestres e discípulos, sendo difundida de modo oral e gestual nas ruas e academias.

A capoeira foi criada no século XVII pelo povo escravizado da etnia banto e se difundiu por todo o Brasil. Hoje é considerada um dos maiores símbolos da cultura brasileira.

Características da Capoeira:

Acompanhamento de música: berimbau, canto e palmas;
Formação em roda: roda de capoeira; graduação do capoeirista feita por cordas de cores diferentes atadas na cintura.
Uma característica que distingue a capoeira de outras lutas é o fato dela ser acompanhada por música.

É a música que decide o ritmo e o estilo do jogo, que é praticado no decorrer da roda de capoeira, um círculo de pessoas onde a capoeira é jogada.

Assim, os capoeiristas se alinham na roda de capoeira batendo palmas no ritmo do berimbau enquanto cantam para os dois praticantes jogarem.

O berimbau é um instrumento musical de corda feito de madeira, bambu, arame e uma cabaça.

O jogo pode terminar ao comando do capoeirista no berimbau (normalmente um capoeirista mais experiente), ou com o início de um novo combate entre uma nova dupla.

A música, por sua vez, é composta de instrumentos e canções, onde o ritmo varia de acordo com o 'toque de capoeira', que varia de lento (Angola) ao bastante acelerado.

Nos grupos de capoeira regional ou de capoeira angola, a graduação é simulada pelas cores de cordas atados na cintura do jogador.

Origem e História da Capoeira

A palavra *capoeira* significa "o que foi mata", por meio da conexão dos termos *ka'a* ("mata") e *pûer* ("que foi"). Alude às áreas de mata rasa do interior do Brasil, onde era feita a agricultura indígena.

Tem origem com os fugitivos da escravidão, os quais utilizavam frequentemente a vegetação rasteira para fugirem do encalço dos capitães-do-mato. Esses foram os primeiros capoeiristas.

Mais adiante, ainda no período colonial, os negros irão disfarçar a capoeira introduzindo-lhe mímicas, danças e músicas. Tudo isso servia para resistir à repressão da Polícia Imperial e da Milícia Republicana.

A capoeira foi uma prática proibida no Brasil até 1930, quando passa a ser reconhecida como um símbolo da identidade brasileira. Em 2014, a Roda de Capoeira foi declarada Patrimônio Cultural Imaterial da Humanidade pela Unesco.

Curiosidades sobre a Capoeira: Você Sabia?

Um capoeirista experimentado que ignora a musicalidade é considerado incompleto. Ele deve ser capaz de tocar os instrumentos típicos, cantar e aplaudir durante o jogo de capoeira.

Outras demonstrações culturais, como o maculelê e o samba de roda, são muito associadas à capoeira, embora tenham ascendência e significados distintos.

Nome: _____ Classe: _____

Questionário de Capoeira aula 1- 5º ano

1- Você Já praticou a capoeira? Por quanto tempo? Onde você praticou?

X

X

x

2- O que é a capoeira?

() A Capoeira é uma atividade física de origem americana que se transformou em dança.

() A Capoeira é um dança de origem europeia e se transformou em atividade física.

() A Capoeira é uma expressão cultural brasileira que compreende os elementos: arte-marcial, esporte, cultura popular, dança e música.

3- Como foi declarada a Roda de Capoeira em 2014?

() Patrimônio Cultural Imaterial da Humanidade pela Unesco.

() Um esporte brasileiro.

() Uma dança brasileira.

ATIVIDADE 2

1- Os alunos devem ler o texto abaixo principais golpes da capoeira.

2- Após ler o texto, o aluno deve responder o questionário sobre capoeira aula 2 - 5º ano que está abaixo, copiá-lo em uma folha do caderno e respondê-lo, depois deve tirar uma foto e encaminhá-la ao professor de Educação Física.

3- Os alunos devem assistir o vídeo Mestre Camisa fala um pouco sobre a história da capoeira. Para ver o vídeo os alunos devem acessar o Link abaixo:

<https://www.youtube.com/watch?v=V8nlG4UMHw8>

4- Os alunos devem assistir o vídeo As diferenças entre Capoeira Angola e capoeira regional. Para ver o vídeo os alunos devem acessar o Link abaixo:

Principais golpes da Capoeira

A Capoeira é caracterizada por golpes e movimentos ágeis e intrincados. Utiliza principalmente de movimentos feitos junto ao chão ou de cabeça para baixo.



Roda de capoeira

Os golpes mais comuns são: chutes, rasteiras, cabeçadas, joelhadas, cotoveladas, acrobacias em solo ou aéreas.

Portanto, a Capoeira é uma luta de defesa e ataque em que os oponentes utilizam, sobretudo, os pés e a cabeça.

GOLPES DA CAPOEIRA

GINGA



COCORINHA



BENÇÃO



ARMADA



CHAPA OU ESCORÃO



MARTELO



RASTEIRA



MACACO



Tipos de Capoeira

Os dois principais tipos de capoeira são Angola e Regional.

Capoeira Angola

A Angola é o estilo original praticado pelos escravos. Essa maneira de jogar capoeira é caracterizada por ser mais lenta, composta de movimentos furtivos e executados de modo rasteiro.

O componente básico desse estilo é a malícia. Essa "malandragem" consiste em simular movimentos que sirvam para enganar o oponente em combate.

Capoeira Regional

A capoeira Regional é o estilo contemporâneo de capoeira. Ela possui atributos de outras artes-marciais em sua prática. Esse estilo foi criado pelo Mestre Bimba e difundiu-se

rapidamente pelo mundo. Isso contribuiu para melhorar a imagem do capoeirista ao mesmo tempo que favoreceu o aumento de seus adeptos.

Capoeira Regional	Capoeira Angola
Mestre Bimba	Mestre Pastinha
Mais recente	Menos recente
Movimentos rápidos	Movimentos lentos
Movimentos semelhantes às lutas ou artes marciais	Movimentos originais da capoeira
Aproxima-se da condição de esporte	Procura preservar as tradições
Contexto de desenvolvimento: espaço privado(academia)	Contexto de desenvolvimento: espaço público (rua)

Nome : _____ Classe : _____

Questionário de Capoeira aula 2 - 5º ano

1-Quais são os 2 tipos de capoeira existentes atualmente?

- () Capoeira Africana e capoeira Americana.
- () Capoeira Brasileira e Capoeira Estadual.
- () Capoeira Angola e Capoeira Regional.

2- Quais desses golpes são golpes utilizados pela capoeira.

- () Jab, direto cruzado e gancho
- () Rasteira , armada, martelo e chapa
- () Ippon, Wasari, Yuko e Koka.

3- Cite 3 características da capoeira regional.