

Atividade

UME PREFEITO ESMERALDO TARQUÍNIO

ANO: 3° 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 principais golpes da capoeira.

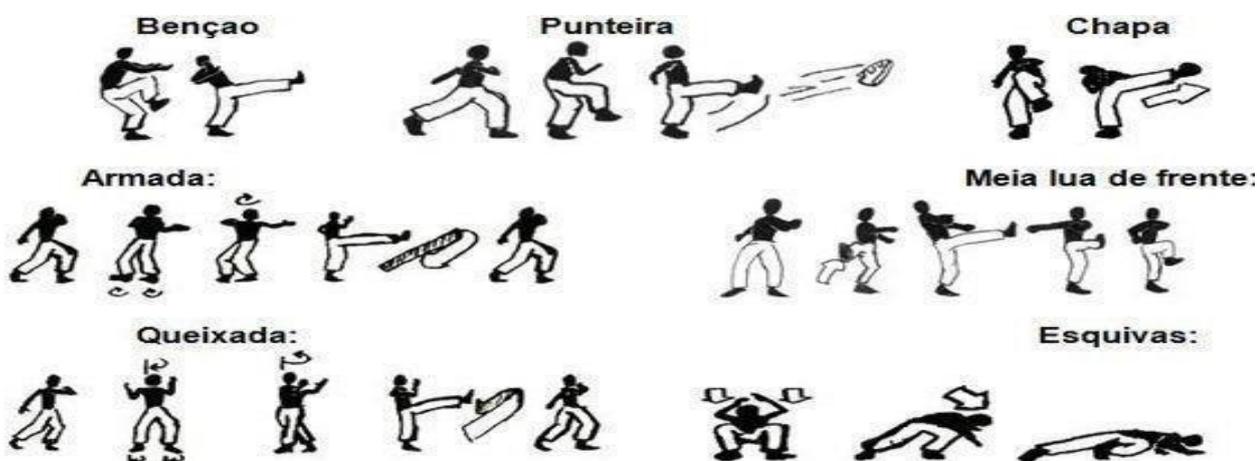
2- Após ler o texto, o aluno deve responder o questionário sobre capoeira aula 1 - 3° ano que está abaixo, copiá-lo em uma folha do caderno e respondê-lo, depois deve tirar uma foto e encaminhá-la ao professor de Educação Física.

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

<https://www.youtube.com/watch?v=kYkIVX-Khi0>

Principais golpes da Capoeira

A capoeira é caracterizada por golpes e movimentos ágeis e intrincados. Utiliza principalmente 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.

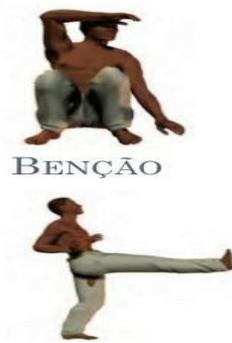
Portanto, a capoeira é uma luta de defesa e ataque em que os oponentes utilizam, sobretudo, os pés e a cabeça.

GOLPES DA CAPOEIRA

GINGA



COCORINHA



BENÇÃO



ARMADA



CHAPA OU ESCORÃO



MACACO



MARTELO



RASTEIRA



Tipos de Capoeira

Os dois principais tipos de capoeira são Angola e Regional.

Capoeira Angola

A Capoeira 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 1 - 3º ano

1-Quais são os 2 tipos de capoeira existentes atualmente?
Assinale a alternativa correta.

- () Capoeira estrela e Capoeira Africana
- () Capoeira Ginga e Capoeira Congo
- () Capoeira Regional e Capoeira Angola

2- Quais os principais golpes da capoeira? Assinale a alternativa correta.

- () Rasteira, Armada, Martelo e Macaco.
- () Osoto Gari, Ouchi Gari, Uchi Mata e Harai Goshi.
- () Jab, Direto, Cruzado e Gancho.

3- Quais são as características da capoeira angola? Assinale a alternativa correta:

() foi criado pelo mestre Caiçara, não preserva as tradições, movimentos rápidos e precisos e praticado em academias.

() foi criado pelo mestre João Oliveira, praticado somente por adultos e veio de países estrangeiros.

() foi criado pelo Mestre Pastinha, procura preservar as tradições, Movimentos lentos e praticado em espaços públicos (Rua).

ATIVIDADE 2

1-Os alunos devem ler o texto abaixo Instrumentos utilizados na capoeira.

2-Após ler o texto, o aluno deve responder o questionário sobre capoeira aula 2 - 3º ano, copiá-lo em uma folha do caderno e respondê-lo, depois deve tirar uma foto e encaminhá-la ao professor de Educação Física.

INSTRUMENTOS UTILIZADOS NA CAPOEIRA

Para a capoeira, utilizamos basicamente o berimbau, o atabaque, o pandeiro, o agogô e o reco-reco.

BERIMBAU: é um instrumento de percussão de origem africana, é um instrumento usado tradicionalmente na capoeira para marcar o ritmo da luta, aqui no Brasil ele também é conhecido por vários outros nomes como: rucungo, urucurgo, orucungo, uricungo, ricungo, berimbau de barriga, gobo, marimbau, bucumbumba, bucumbunga, matungo, mutungo, aricongo, arco musical e rucumbo. No sul de Moçambique, este instrumento tradicional tem o nome de xitende.



✓ **Atabaque:** é um instrumento musical de percussão. O nome é de origem árabe: at-tabaq (prato). Constitui-se de um tambor

cilíndrico ou ligeiramente cônico, com uma das bocas coberta de couro de boi, veado ou bode.



✓ **Pandeiro**: é o nome dado a instrumentos musicais de percussão que consistem numa pele esticada numa armação (aro) estreita, que não chega a constituir uma caixa de ressonância. Na capoeira ele é utilizado dentro dos toques como complemento e ritmo.

✓ **Agogô**: é um instrumento musical, compõe-se de duas até 4 campânulas de ferro ou coco, ou dois cones ocios e sem base, de tamanhos diferentes, de folhas de flandres, ligados entre si pelos vértices. Para se tirar som desse instrumento bate-se com uma baqueta de madeira nas campânulas do instrumento. Na Capoeira, o Agogô serve como base de ritmo.

✓ **Reco-reco** (também raspador, caracaxá ou querequexé): é um termo genérico que indica os idiofones cujo som é produzido por raspagem. No Brasil, a forma mais comum é constituída de um gomo de bambu ou uma pequena ripa de madeira com talhos transversais. A raspagem de uma baqueta sobre os talhos produz o som.



Nome: _____ Classe: _____

Atividade de Capoeira aula 2 - 3º ano

1- Faça um desenho sobre a capoeira ou sobre algum instrumento utilizado na capoeira. Use sua criatividade.