



**FACULDADES MAGSUL**

**LETICIA GREFF VIEIRA**

**A CAPOEIRA NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR: ESTUDO DE CASO  
COM ALUNOS DO 4º ANO DE UMA ESCOLA DA REDE MUNICIPAL DE  
PONTA PORÃ-MS**

Ponta Porã  
2019

LETICIA GREFF VIEIRA

**A CAPOEIRA NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR: ESTUDO DE CASO  
COM ALUNOS DO 4º ANO DE UMA ESCOLA DA REDE MUNICIPAL DE  
PONTA PORÃ-MS**

Trabalho de Conclusão apresentado a Banca Examinadora das Faculdades Integradas de Ponta Porã, como exigência parcial para obtenção do título de Licenciada em Educação Física.

Orientadora: Profa. Ma. Wanessa Pucciariello Ramos

LETICIA GREFF VIEIRA

**A CAPOEIRA NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR: ESTUDO DE CASO  
COM ALUNOS DO 4º ANO DE UMA ESCOLA DA REDE MUNICIPAL DE  
PONTA PORÃ-MS**

Trabalho de Conclusão apresentado à Banca Examinadora das Faculdades Integradas de Ponta Porã, como exigência parcial para obtenção do título de Licenciada em Educação Física.

**BANCA EXAMINADORA**

---

Prof. Ma.Wanessa Pucciariello Ramos.  
Orientadora  
Faculdades Magsul de Ponta Porã

---

Profa. Ma. Bruna Bobato Serejo.  
Examinadora  
Faculdade Magsul de Ponta Porã

Ponta Porã-MS, 04 de dezembro de 2019.

Dedico este trabalho primeiramente à minha avó, Elia Greff Pavão, à minha mãe Nedina Greff Pavão, à Patrícia Ferreira Duarte, às minhas irmãs Natália Greff Vieira e Yasmin Manoélly Greff dos Santos, ao meu irmão Diego Greff dos Santos e ao meu pai José Manoel de Oliveira Santos, por estarem sempre ao meu lado.

## **AGRADECIMENTOS**

Agradeço primeiramente à DEUS por tudo o que tem feito, faz e fará por mim, aos meus orixás que sempre me deram luz e sabedoria em meus caminhos e sem eles não chegaria até aqui.

Agradeço à minha orientadora professora Wanessa, não só pela constante orientação neste trabalho, mas sobretudo pela sua amizade e dedicação. Por me ajudar nessa etapa muito importante de minha vida e por ter sido a minha primeira professora nessa faculdade. Tenho a ela um carinho muito especial.

À professora Camila Alves Colman Riquelme, por ter contribuído com alguns livros para que esse trabalho fosse realizado.

À minha colega Gabrieli que sempre esteve ao meu lado nos momentos mais difíceis dando-me apoio.

VIEIRA, Leticia Greff. **A Capoeira na Educação Física Escolar: Estudo de Caso com alunos do 4º ano de uma Escola da Rede Municipal de Ponta Porã-MS.** 48 folhas. Trabalho de Conclusão de Curso de Educação Física – Faculdades Magsul de Ponta Porã, Ponta Porã, 2019.

## RESUMO

Este trabalho tem como tema “A Capoeira na Educação Física Escolar: Estudo de Caso com alunos do 4º ano de uma Escola da Rede Municipal de Ponta Porã-MS”, onde o objetivo era compreender se há capoeira nas aulas de Educação Física Escolar, além de aplicar aulas de capoeira para os alunos. O motivo da escolha da escola e público foi pelo fato de que a pesquisadora sabia que haviam alunos que já tinham praticado a capoeira em contraturno da escola, na associação de moradores do bairro e porque ela já havia praticado a capoeira na sua vida. A pesquisa é de natureza quali-quantitativa, descritiva como estudo de caso, bibliográfica e pesquisa de campo. A pesquisa foi realizada com alunos do 4º ano, com idade de 10 a 12 anos. Esta pesquisa ocorreu através de alguns pontos, onde foi feito um pequeno estudo sobre a história da capoeira para que pudessem compreender de fato a real importância da modalidade, bem como onde e de que forma ela surgiu. Ao término das aulas de capoeira os alunos e a professora responderam um questionário para que se descubra se a prática de capoeira nas aulas de Educação Física seria algo diferente para os alunos. Portanto, a prática da capoeira dentro da escola deve proporcionar à criança o contato com a diversidade, através da interação com as outras crianças e da aprendizagem de novos conhecimentos. Com isso o educador poderá compreender a importância do desenvolvimento humano e perceber que as crianças possuem características individuais e conforme sua idade.

**Palavras-chave:** Capoeira, Educação Física. Educação Física Escolar.

## LISTA DE ILUSTRAÇÕES

<b>Figura 1</b> – Tipos de Berimbau.....	16
<b>Figura 2</b> – Pandeiro.....	17
<b>Figura 3</b> – Tipos de Agogô.....	17
<b>Figura 4</b> – Atabaque .....	18
<b>Figura 5</b> – Reco-reco .....	18
<b>Figura 6</b> – Movimento da ginga .....	19
<b>Figura 7</b> – Cadeira .....	20
<b>Figura 8</b> – Movimento do AÚ .....	21
<b>Figura 9</b> – Movimento da Negativa .....	21
<b>Figura10</b> – Movimento da Benção .....	22
<b>Figura 11</b> – Movimento da Rasteira .....	22
<b>Figura 12</b> – Movimento tesoura .....	22
<b>Figura 13</b> – Movimento da Armada .....	23
<b>Figura 14</b> – Movimento do Martelo .....	23
<b>Figura 15</b> – Movimento da Meia-Lua de Compasso .....	24
<b>Figura16</b> – Movimento da Meia-Lua de Frente .....	24
<b>Figura17</b> – Movimento do Flick Flack (Salto de mão a retaguarda) .....	25

## LISTA DE TABELAS

<b>Tabela 1</b> – Questionário dos alunos (pergunta 1) .....	33
<b>Tabela 2</b> – Questionário dos alunos (pergunta 5) .....	34

## LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

<b>LDB</b>	Lei de Diretrizes e Bases
<b>PCN's</b>	Parâmetros Curriculares Nacionais

## SUMÁRIO

<b>INTRODUÇÃO</b> .....	11
<b>1 CONTEXTO HISTÓRICO DA CAPOEIRA</b> .....	12
1.1 Instrumentos da Capoeira.....	15
1.2 Os Movimentos da Capoeira .....	19
<b>2 EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR</b> .....	26
2.1 Capoeira na Educação Física Escolar .....	26
<b>3 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS</b> .....	30
3.1 Tipo de pesquisa.....	30
3.2 Instrumento de pesquisa.....	31
3.3 Local da Pesquisa.....	31
3.4 Sujeitos da Pesquisa .....	32
<b>4 ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS</b> .....	33
<b>CONSIDERAÇÕES</b> .....	35
<b>REFERÊNCIAS</b> .....	36
<b>ANEXOS</b> .....	37
<b>APÊNDICES</b> .....	46

## INTRODUÇÃO

Este trabalho de conclusão de curso possui o tema “A capoeira na Educação Física Escolar: Estudo de caso com alunos do 4º ano de uma Escola da Rede Municipal de Ponta Porã, onde a problematização é compreender de que forma a capoeira auxilia nas aulas de Educação Física Escolar e tem como objetivo compreender se há capoeira nas aulas de Educação Física. O motivo da escolha da escola é pelo fato que alguns alunos já vivenciaram a prática da capoeira em contraturno na associação de moradores do bairro que fica ao lado da escola e porque a pesquisadora também já praticou.

O primeiro capítulo da pesquisa é a conceitualização sobre a história da capoeira, onde ela surgiu, seus instrumentos, suas vertentes e seus movimentos. Sabendo-se que a origem da capoeira é muito discutida, pois muitos historiadores afirmam que ela veio de Angola pelos escravos e outros afirmam que ela foi criada aqui pelos escravos em busca de liberdade. A capoeira é uma ótima modalidade para se trabalhar na escola, com os alunos. Eles devem vivenciá-la, pois ela é uma parte importante da história do Brasil. É uma luta totalmente brasileira que foi considerada Patrimônio Cultural Brasileiro no dia 15 de julho de 2008, uma data muito importante para os capoeiristas.

No segundo capítulo explicarei a importância da Educação Física para as crianças, no seu desenvolvimento afetivo, cognitivo e, principalmente, social, pois ela trabalha na criança a sua atenção, equilíbrio e agilidade. Portanto, a prática da capoeira dentro da escola deve proporcionar à criança o contato com a diversidade, através da interação com as outras crianças e da aprendizagem de novos conhecimentos. Neste capítulo, falarei ainda sobre a existência da capoeira durante as aulas de educação física na escola.

O terceiro capítulo nos traz sobre os procedimentos metodológicos na forma de uma pesquisa de campo do tipo qualiquantitativo com a aplicação de um questionário com questões abertas e fechadas, questões estas que visam descobrir se a capoeira realmente contribuiu para o desempenho dos alunos.

No último capítulo serão abordadas as considerações da pesquisa que colaboraram de forma relevante, com resultados gratificantes, apontando que a prática da capoeira pode e deve ser aplicada nas aulas de educação física escolar, pois é algo novo para os alunos.

## 1 CONTEXTO HISTÓRICO DA CAPOEIRA

O papel mais antigo que legaliza a importação de escravos para o Brasil é o alvará de D. João III de 29 de março de 1559. Esse documento também indica o local e a procedência de onde os escravos eram importados: de São Tomé. No entanto, no ponto de vista de muitos historiadores os primeiros escravos teriam vindo mesmo de Angola (CAMPOS, 2004).

Em 1890, Rui Barbosa ordenou que fora queimado qualquer papel, documento ou algo do tipo que se referencia a escravidão no Brasil, pois ele alegava que era uma mancha na história do país e que deveria ser apagada (SILVA, 2008).

Sua origem é muito discutida, pois foi durante a escravidão que a capoeira começou a se desenvolver no Brasil. Historiadores e pesquisadores ainda buscam resposta para a seguinte questão: a capoeira é africana ou brasileira? Seria trazida pelos escravos africanos ou criada no Brasil por eles na ânsia de liberdade? Pesquisas e opiniões tendem a origem brasileira da capoeira (CASTILHA, 2012).

O estudioso etnológico Waldeloir Rego, autor da obra *Capoeira Angola: ensino sócio-etnográfico* (1968), uma das primeiras obras científicas publicada desse assunto, defende que a capoeira teria sido criada no Brasil e cita ainda outros autores que defende a mesma ideia, como o padre José de Anchieta no seu livro *A arte da gramática de língua mais usada na Costa do Brasil*, editado em 1595, quando diz que “os índios tupi-guaranis, divertiam-se jogando capoeira. (CASTILHA, 2012, p. 24)”

O nome Capoeira dá-se a um jogo de origens remotas em Angola. No Brasil, ela passou a ser uma luta muito valiosa na defesa da liberdade dos negros escravos. Porém seu início tratava-se de um combate em que seus participantes apenas demonstravam sua capacidade de ataque e defesa, sem um objetivo de atingir os oponentes (CASTILHA,2012).

A capoeira sobreviveu a inúmeras tentativas de extinção e cresceu exponencialmente, sendo que hoje ela é classificada como uma das maiores divulgadoras da cultura popular brasileira no mundo.

A palavra capoeira, vocabulário tupi-guarani caá-puéra e significa mato ralo ou mato que foi cortado. Gerson, historiador das ruas do Rio de Janeiro, acredita que o jogo tenha nascido no mercado, quando os escravos chegavam com o cesto de aves

na cabeça, conhecido como capoeira. E, enquanto eles não eram atendidos, ficavam brincando de lutar, surgindo daí a verdadeira capoeira (CASTILHA, 2012).

Quando ocorreu a invasão dos holandeses no nordeste do Brasil, eles trouxeram escravos que praticavam a capoeira que era uma modalidade de luta praticada ao som de cânticos e instrumentos musicais (VIEIRA, 1998).

Durante a invasão dos holandeses já se ouvia falar de capoeira. Os escravos e os índios, aproveitando-se da confusão gerada pelas batalhas, fugiam para as matas. Os negros se organizavam em quilombos, entre eles o mais famoso era o de Palmares, cuja o líder chamado Zumbi era um grande guerreiro e um ótimo capoeirista (CASTILHA, 2012).

Os escravos usavam da capoeira para poderem empreender suas fugas com sucesso, pois eles tinham que se preparar ao máximo. Então, treinavam nas senzalas, plantações e, principalmente, aos domingos que era o dia que eles davam descanso do trabalho árduo a que eram submetidos (COSTA, 1962).

A capoeira era praticada sem demonstrar que era uma luta, pois não eram permitidas brigas, porém eles precisavam treinar para ficarem fortes e ágeis. A capoeira deixava o indivíduo com autoconfiança e ainda dava sentimento de nacionalidade (CASTILHA, 2012)

A capoeira acabou temporariamente com o decreto número 847, de 11 de outubro de 1890, em seu parágrafo único: é considerado circunstância agravante pertencer o capoeira a alguma banda ou malta. Aos chefes ou cabeças, se imporá a pena em dobro. Com isso muitos capoeiristas mudaram-se para São Paulo e para o interior do país, porém ainda se praticava a capoeira em recintos fechados (CASTILHA,2012).

O que diferencia a prática da capoeira é seu momento histórico, pois no começo cada professor e mestre ensinava de maneira sem seguir uma padronização ou sequência pedagógica de ensino. Cada estilo era marcado por visões individuais, habilidades específicos e interações com a cultura local de cada região.

A partir da década de 1930 foi criada a capoeira regional por mestre Bimba e, com isso, a capoeira passou a ter dois estilos: a capoeira angola, criada por mestre Pastinha, e a regional, acima citada. E hoje ainda pode-se citar a capoeira contemporânea que seria a fusão dos dois estilos (CASTILHA, 2012).

Ao se falar de capoeira angola, remete-se a figura e ao nome de mestre Pastinha (Joaquim Ferreira Pastinha), que foi um dos maiores divulgadores dessa modalidade, introduzindo-a na sociedade de uma maneira geral, fazendo com que a capoeira deixasse de ser vista tão somente como uma luta marginalizada.

Segundo CASTILHA (2012), o estilo da capoeira angola de mestre pastinha é o mais similar à capoeira jogada pelos negros escravos durante o período da escravidão. Ela é compassada, com movimentos complexos executados ora muito próximo ao solo, ora em pé enfatizando bem as tradições da capoeira de raiz afro-brasileira. A música também é cadenciada, orgânica e ritualizada. A sua prática formal quase sempre é acompanhada a por uma bateria completa, composta por oito instrumentos: três berimbaus, dois pandeiros de couro, um atabaque, um agogô de castanha e um reco-reco.

Já a capoeira regional, teve sua origem na década de 1920, por meio de um jovem capoeirista baiano de nome Manoel dos Reis Machado (mestre Bimba), ele acreditava que a capoeira estava perdendo seu valor e que uma reestruturação era necessária. Ele então criou a um novo estilo conhecido como a luta regional baiana, também criou um sistema de ensino da capoeira através de sequência e de treinamento.

Para CASTILHA (2012) o estilo regional de mestre Bimba baseava-se no treinamento de oito sequências pré-determinadas de golpes, contragolpes, esquivas, queda e aús, realizados por duplas de alunos. Práticas consideradas os katas da capoeira pelos grandes grupos e associações, são hoje importantes para a preservação das tradições e transmissão de conhecimento para os alunos.

A capoeira regional se diferencia da capoeira angola porque nela se joga mais em pé, é cheia de acrobacias, mais veloz e seu objetivo é atingir o oponente com golpes para machucá-lo ou desequilibrá-lo.

Na década de 1970, surgiu um estilo misto unindo os fatores que consideravam mais importantes da capoeira angola e da regional, a capoeira contemporânea. Um estilo mais acrobático e com a mistura dos dois estilos já existente, visto por alguns mestres como evolução natural da capoeira, e por outros era encarado como descaracterização das tradições capoeiristas (CASTILHA, 2012).

Essa evolução fez com que a capoeira que não era das linhas tradicionais (angola, regional) fosse considerada como contemporânea. Era um jogo onde o

fundamento de defesa e ataque do capoeirista era muito importante, pois ele deveria estar sempre em movimento. Assim, o capoeirista se tornaria um alvo difícil de se atingir (CASTILHA, 2012).

As tradições da roda e do jogo de capoeira foram mantidas, servindo para aplicação das técnicas aprendidas em aula, porém a bateria foi modificada e passou a ser usado apenas um berimbau (médio) entre dois pandeiros de couro (CAMPOS, 2001).

### **1.1 Instrumentos da Capoeira**

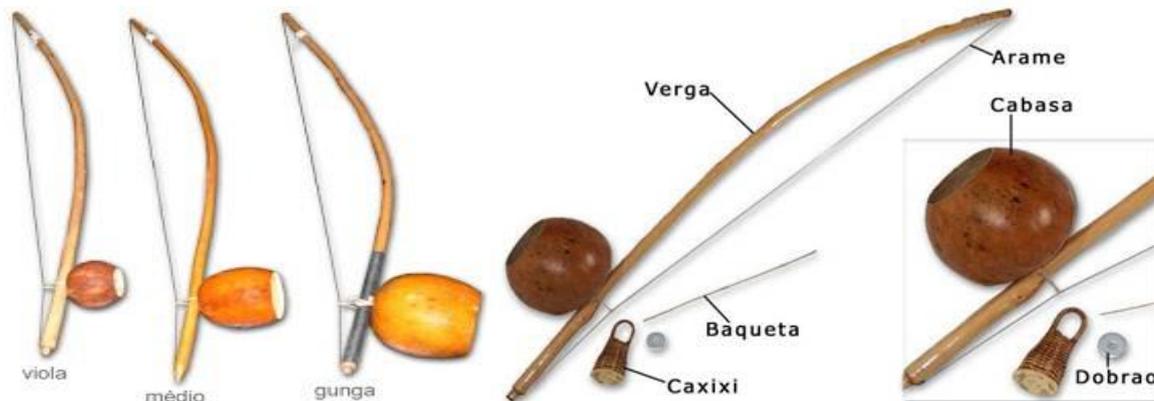
Os instrumentos têm muita importância nas aulas de capoeira e nas apresentações, pois eles ditam o ritmo em que se deve jogar os alunos e estimulam os movimentos através de uma vibração mágica interior. Esses instrumentos são o berimbau, vaqueta, caxixi, dobrão, pandeiro de couro, agogô, atabaque e reco-reco (CAMPOS, 2001).

O berimbau é um instrumento de percussão em formato de arco, retesado por um fio de arame, tendo na sua extremidade inferior uma cabaça que funciona como uma caixa de ressonância. No arame se percute com uma vareta de madeira (vaqueta) que o tocador segura com a mão direita, juntamente com o caxixi, acentuando o ritmo através do chocalhar e modificando a intensidade do som com a aproximação e afastamento da abertura da cabaça na barriga. Na mão esquerda segura-se uma moeda ou dobrão, que se encosta ou se afasta do arame com o objetivo de obter os mais variados sons.

Na roda de capoeira existem três tipos de berimbau: um gunga ou berra boi, um médio e um viola.

O berimbau gunga tem uma cabaça grande e som grave. Sua função é marcar o toque base de todos os instrumentos e coordenar o ritmo da bateria e do jogo das capoeiras. Seu toque é o toque angola. O berimbau médio tem uma cabaça de tamanho médio pouco menor que o gunga. Ele produz um som grave e tem o toque inverso o do toque do gunga. Seu toque é o são bento pequeno. O berimbau viola tem a menor cabaça seu som é agudo e tem função de solo e improvisado. Seu toque é o de são bento grande (CASTILHA, 2012).

**Figura- 1: Tipos de Berimbau**



Fonte: <https://abadarodos.wordpress.com/asartes%CE%BF%CE%B9%CF%84%CE%AD%CF%87%CE%BD%CE%B5%CF%82/instrumentos/berimbau/>.

A vaqueta ou vareta de madeira é de aproximadamente 40cm, sendo uma extremidade um pouco mais grossa e sendo normalmente feita de biriba (pedaço de pau).

O caxixi tem uma forma pequena de cesta de vime com alça, usado como chocalho pelo tocador de berimbau, o qual segura o mesmo com a mão direita junto com a vaqueta e assim executando o toque e marcando o ritmo.

O dobrão é uma moeda preferencialmente antiga e de estimação, usada pelo tocador na mão esquerda que sendo encostada no arame modifica o som do berimbau.

O pandeiro também é um instrumento de percussão, composto por um aro circular de madeira, guarnecido de soalhas, e sobre o qual se estica uma pele de cabra ou bode, que se toca batendo com a mão (CAMPOS, 2001).

**Figura- 2: Pandeiro**



Fonte: <https://capoeiraaltoastral.wordpress.com/sobre-capoeira/o-pandeiro/>

O agogô é um instrumento de percussão de origem africana, ele é constituído por duas campânulas de ferro no qual se percute com uma vareta do mesmo metal. Ele é usado particularmente nos candomblés, baterias de escolas de samba, entre outros (CAMPOS, 2001).

**Figura- 3: Tipos de Agogô**



Fonte: <http://abadacapoeira.com.au/capoeira-instruments-part-3-the-agogo/>

O atabaque é um tambor feito com pele de animal, distendida em uma estrutura de madeira com formato de cone vazado nas extremidades. Ele é tocado com as mãos é bastante usado no candomblé e nas danças religiosas e populares de origem africanas (CAMPOS, 2001).

**Figura- 4: Atabaque**



Fonte: <https://capoeirameujeitodeser.com.br/atabaque/>

O reco-reco é feito de gomos de bambu no qual abre-se rasgos transversais, onde se passa uma vareta de madeira fazendo soar um som rascante (CAMPOS, 2001).

**Figura- 5: Reco-Reco**



Fonte: <https://www.rabodearraia.com/capoeira/reco-reco-percussao-capoeira-samba.html>

É com o som desses instrumentos que se joga a capoeira. Com eles se faz a roda e, com os cantos, os praticantes executam a ginga, os movimentos de defesa, ataque e acrobacias.

A capoeira é uma atividade física riquíssima em movimentos e ritmo. O capoeirista precisa ter um ritmo bastante apurado para poder jogar nos diversos toques de berimbau que determinam o tipo de jogo que devem fazer (CAMPOS,2001).

Os toques mais usados era o São Bento Grande, Benguela, Angola, Amazonas, Cavalaria E Iúna. Cada toque representava como os capoeiristas deveria jogar, porém o da cavalaria era para avisar os capoeiristas que os capitães do mato estavam perto.

Em relação ao ritmo e ao movimento, as experiências são a rigor simplesmente maravilhosas e causam uma enorme satisfação pessoal, pois ela desperta no aluno a consciência corporal, o reconhecendo da mecânica do movimento, possibilidade também que o aluno tenha uma expressão autêntica com plena liberdade para criar.

## 1.2 Os Movimentos da Capoeira

A ginga é que diferencia a capoeira das outras modalidades de luta e tem como finalidade o estudo do adversário e do jogo. Ela serve para preparar e deferir golpes de ataque e, na defesa, é responsável pelas esquivas e molejos e ajuda de forma decisiva no reflexo justamente por estar o capoeirista em constante movimento (CAMPOS, 2001).

Sua execução será com as pernas posicionadas em paralelo à largura dos ombros. O aluno começa a arrastar os pés no chão, um por vez, para atrás, como se desenhasse os dois bastões da letra V um com cada pé. O braço do lado da perna que ginga (recuando) protegendo o rosto, enquanto o outro é levado à lateral e assim sucessivamente.

**Figura- 6: Movimento da ginga**



Fonte: <https://www.wikihow.com/Be-Good-at-Capoeira>

Um bom capoeirista é reconhecido pelo seu estilo de gingar, isto é, se ele apresenta grande desembaraço, ritmo, descontração amplitude de movimento e malícia.

A cadeira é um movimento que parte a maioria dos golpes, a fim de fortalecer membros inferiores e desenvolver sua elasticidade, deve-se praticá-la diariamente. A execução tem que se posicionar em pé, com as pernas paralelas a largura dos ombros e os joelhos semiflexionados, como se estivesse pronto para se sentar em uma cadeira. O mais importante é que os joelhos não devem ultrapassar o alinhamento da ponta dos pés, tampouco estarem flexionados menos de 90º, para que a pressão intra-articular não seja aumentada demasiadamente, podendo ocasionar microlesões. Os braços vão a frente, paralelamente esticados, isso ajuda a contrabalançar o peso do corpo (CAMPOS, 2001).

**Figura- 7: Cadeira**



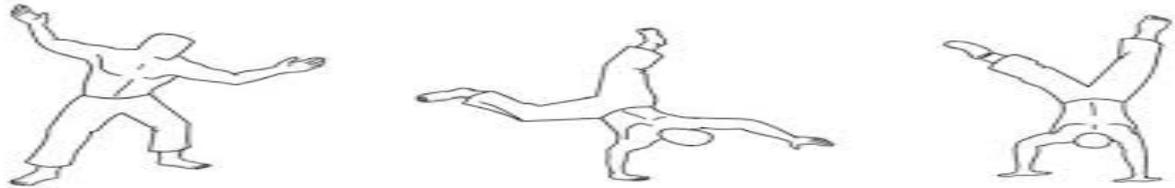
Fonte: <https://sportlife.com.br/movimentos-basicos-capoeira/>

Movimentos básicos são os elementos de defesa que desenvolvem a flexibilidade, a agilidade e o reflexo. Proporciona ao aluno a segurança necessária para que possa seguir em frente com o aprendizado da capoeira. São eles: Aú, negativa entre outros (CASTILHA,2012).

O “Aú” popularmente conhecido como estrelinha ou rodante na ginástica é o movimento em que o participante inicia sua entrada no jogo. O Aú é executado partindo da posição de cadeira, em que flexiona lateralmente o tronco, levando a mãos a lateral, apoiando-as no solo, elevando então as pernas e fazendo um giro transversal

do corpo, tudo em sincronia, finalizando na posição da cadeira. É importante que durante a execução do Aú mantenha as mãos totalmente no solo (CAMPOS, 2001).

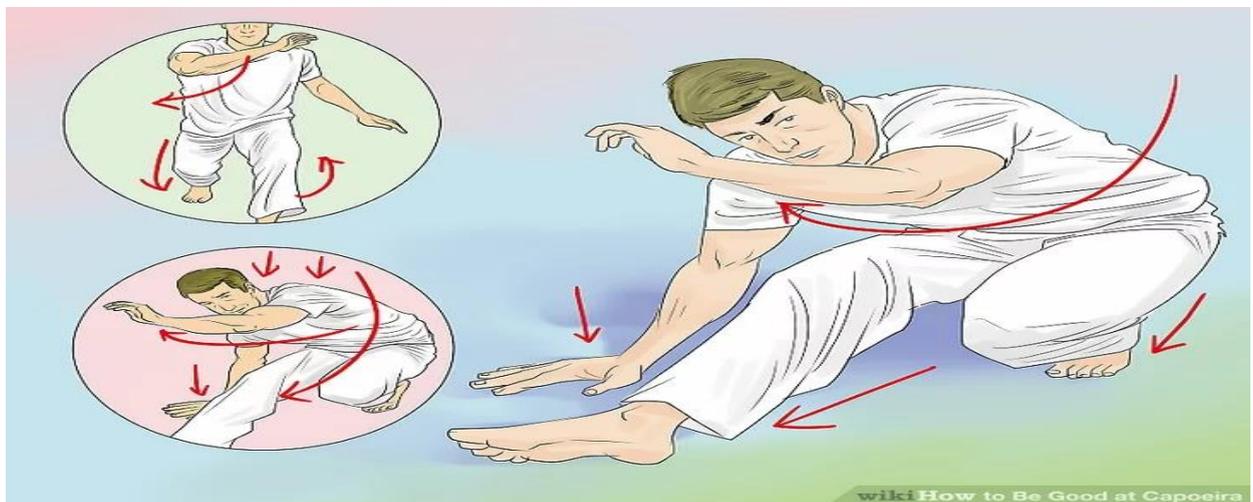
**Figura- 8: Movimento do AÚ**



Fonte: <https://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/8/8142/tde-14082006-093406/publico/tese.pdf>

A negativa, como o próprio nome sugere, nega o corpo ao ataque do adversário. Serve para defesa e ataque, ou seja, de preparação a um contragolpe. Esse movimento, o participante deve executá-lo a partir da ginga em que um dos pés fica atrás, e dessa posição, flexionar o quadril e o joelho da perna posterior, até encostar o calcanhar no glúteo (sentar no calcanhar), descendo lentamente e apoiando uma das mãos no chão, para prevenir lesões no joelho flexionado, a outra mão ele vai posicioná-la na frente do rosto, protegendo-o de um possível ataque (CASTILHA, 2012).

**Figura- 9: Movimento da Negativa**



Fonte: <https://www.wikihow.com/Be-Good-at-Capoeira>

Movimentos desequilibrantes são os que tem objetivo de desequilibrar ou derrubar o oponente. São eles: bênção, rasteira, tesoura entre outros (CAMPOS, 2001).

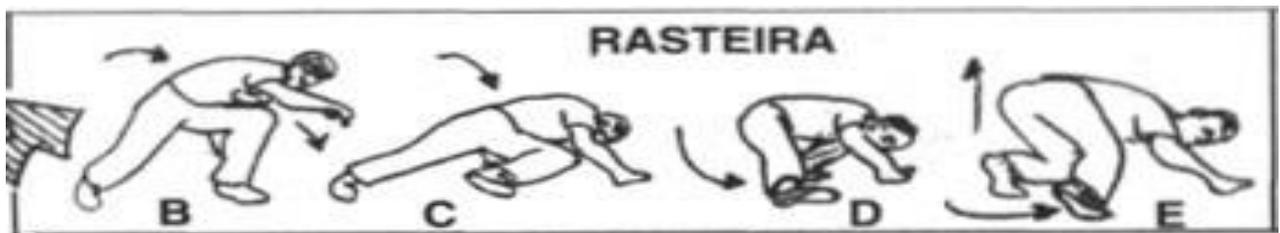
A bênção é um dos movimentos que se aprende a fazer para desequilibrar o seu adversário. Sua execução é parecida com a ponteira, porém é uma espécie de empurrão com a sola do pé e não um golpe explosivo como a ponteira (CAMPOS, 2001).

**Figura- 10: Movimento da bênção**



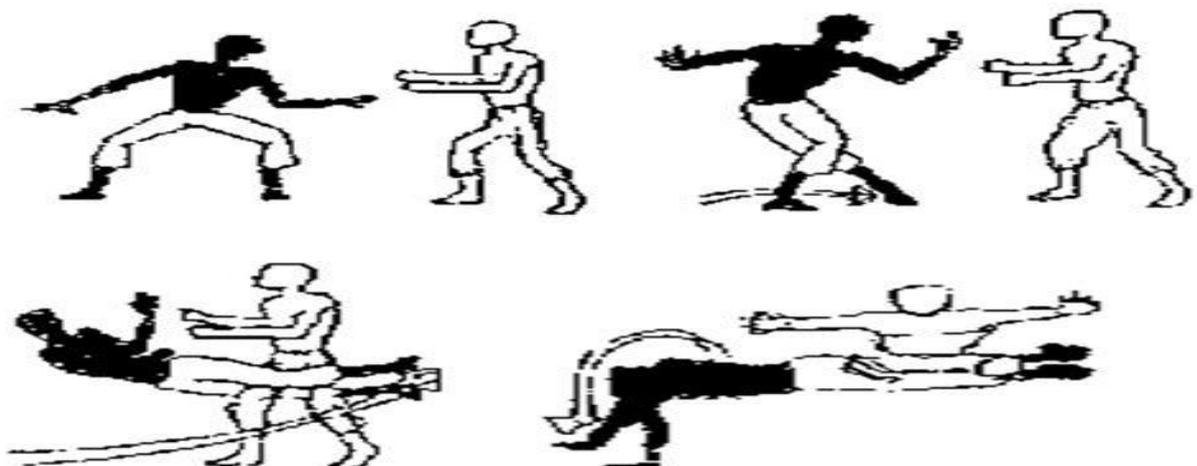
Fonte: <http://www.evora.net/altoastraljunior/capoeira%20basica.htm>

**Figura- 11: Movimento da Rasteira**



Fonte: [http://www.nupez.org/capoeiramistica/capoeira\\_curso.htm](http://www.nupez.org/capoeiramistica/capoeira_curso.htm)

**Figura- 12: Movimento da Tesoura.**



Fonte: <https://www.monografias.com/trabajos89/pequenas-informaciones-acerca-capoeira/pequenas-informaciones-acerca-capoeira2.shtml>

Movimento de traumatizantes tem como objetivo atingir o oponente em forma de pancada e provocando machucados. São eles: armada, martelo, meia-lua de compasso, meia-lua de frente, ponteira, queixada, salto mortal, floreios entre outros (CAMPOS, 2001)

Armada é um golpe de ataque giratório, também característico da capoeira regional. Para executá-la a praticante parte da posição da cadeira, leva um dos pés à frente, girando na base seu troco, olha por sobre seus ombros e desfere um golpe com a perna de trás, finalizando o movimento na posição da base da ginga (CAMPOS, 2001).

**Figura- 13: Movimento da Armada.**



Fonte: <http://www.evora.net/altoastraljunior/capoeira%20basica.htm>

Martelo é um golpe rápido de ataque e explosivo, caracterizado por um chute semicircular em direção ao rosto do oponente com o dorso do pé. Como executa o movimento partindo da base da ginga, o participante executa um chute semicircular com o pé de trás, girando seu corpo pelo pé de apoio, posicionando-se quase lateralmente ao oponente, buscando atingir seu rosto com o dorso do pé. Logo após volta-se a posição inicial, o movimento deve ser realizado de maneira rápida (CAMPOS, 2001).

**Figura- 14: Movimento do Martelo.**



Fonte: <http://www.evora.net/altoastraljunior/capoeira%20basica.htm#martelo>

Meia-lua de compasso é um golpe exclusivamente da capoeira não praticado por nenhuma outra luta, é muito utilizado como recurso de ataque, ou como parte integrante de uma sequência de movimentos (CASTILHA,2012).

Esse movimento é iniciado similar ao da armada. O praticante parte da posição da cadeira, leva um dos pés à frente, girando na base seu tronco, apoia ambas as mãos ao chão, olha por entre suas pernas oostas ao lado para qual o golpe está sendo executado, com o pé deverá traçar um arco e finalizar na posição base da ginga (CASTILHA,2012).

**Figura- 15: Movimento da Meia-Lua de Compasso.**



Fonte: <http://www.evora.net/altoastraljunior/capoeira%20basica.htm#compasso>

A meia-lua de frente é um movimento frontal circular também muito utilizado na capoeira. O praticante inicia da posição da cadeira, a perna que golpeará deve subir girando para formar um arco à frente do executante, retornando o pé a posição inicial para finalizar o movimento.

**Figura- 16: Movimento da Meia-Lua de Frente.**



Fonte: <http://www.evora.net/altoastraljunior/capoeira%20basica.htm#frente>

Os floreios são os movimentos da capoeira que embelezam a arte, tendo sido incorporados desde os primórdios dessa prática, além de inserir movimentos mais difíceis. Um bom capoeirista é aquele capaz de jogar mesclando golpes de ataque e defesa com floreios, demonstrando técnica e controle do próprio corpo. São exemplos de floreios: saltos acrobáticos, movimentos que enfatizam a flexibilidade e amplitude

de movimento articular do praticante, como macaco, queda de rins e etc. (CASTILHA,2012).

**Figura- 17: Movimento do Flick-flack (salto de mãos à retaguarda).**



Fonte: <http://www.evora.net/altoastraljunior/capoeira%20basica.htm#backflip>

Cada movimento tem um nome diferente, pois cada grupo irá ensinar seus alunos de seu modo sobre os movimentos da capoeira. O único movimento que todos os capoeiristas vão aprender igual será a ginga. Ela é o principal movimento para que se inicie os demais.

## **2 EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR**

A introdução da Educação Física na escola ocorreu no Brasil em 1851, com a reforma Couto Ferraz que tinha a preocupação com a inclusão de exercícios físicos. Com isso, Rui Barbosa realizou uma nova reforma em 1882, onde uma das recomendações era que a ginástica fosse obrigatória para ambos os sexos (meninos e meninas) e para as escolas normais. Porém, a implantação dessa lei ocorreu apenas em uma parte, no Rio de Janeiro, onde naquela época era a capital da República, e nas escolas militares (DARIDO, 2015)

A Educação Física na escola sofreu preconceito desde seu início, pois embora estivesse na lei, demorou bastante para que essa lei fosse reconhecida e se tornasse parte do currículo escolar de fato.

A lei nº 9394/96 (BRASIL,1996) da LDB estabelece em seu artigo 26.º o rumo da Educação Física escolar. Em seu parágrafo terceiro, define a Educação Física como componente curricular da Educação Básica, e que sua oferta deverá estar integrada a proposta pedagógica da escola, ajustada às faixas etárias e às condições da população escolar. Ela será facultativa nos cursos noturnos (DARIDO, 2015)

Sabendo que a educação é um direito de todos os cidadãos e que é um dever do Estado de oferecer a mesma, com essa lei, a Educação Física passa fazer parte do currículo escolar e se deve realizar as atividades segundo o recomendado pelos PCN's.

Os conteúdos na Educação Física escolar definem-se como uma seleção de formas ou saberes culturais, conceituais, explicações, raciocínios, habilidades, linguagens, valores, crenças, sentimentos, atitudes, interesse, modelos de conduta entre outros. Sua assimilação é considerada essencial para que se produza o desenvolvimento e a socialização do aluno (DARIDO, 2015).

### **2.1 Capoeira na Educação Física Escolar**

O valor da capoeira como educação física é enorme, pois é dentro do jogo que o capoeirista mostra o seu potencial e, para jogar, torna-se necessário um excelente condicionamento físico, técnico e tático. Sua riqueza de movimento, a coordenação, o

equilíbrio, a velocidade, a destreza, a agilidade, flexibilidade e a resistência são postas a toda prova, sendo que essas qualidades físicas são trabalhadas e desenvolvidas em permanente movimentação (CAMPOS, 2001)

A capoeira na escola ela deve agregar valor ao processo pedagógico, seja no desenvolvimento motor, cognitivo ou afetivo, desenvolvendo nos alunos suas habilidades motoras principais (CASTILHA, 2012).

CAMPOS (2001) afirma que a capoeira é uma excelente atividade física, pois envolve uma grande parte dos músculos do corpo, as articulações e as grandes funções, destacando o aparelho cardiovascular e o cardiopulmonar.

É importante que o profissional se prepare em vários aspectos, não apenas capoeiristicamente como também buscando conhecimento acerca de todo o processo pedagógico e de desenvolvimento da criança.

Souza e Oliveira (2001) acreditam que o professor ou orientador de uma aula de capoeira dentro da escola não necessita deter uma graduação de mestre para ministrá-la, mas sim ser um observador estudioso que consiga, de maneira tecnicamente correta instruir seus alunos acerca das possibilidades de movimento que a capoeira pode proporcionar, explorar toda a sua riqueza utilizando-se disso a fim de alcançar os objetivos de sua aula.

Diversos profissionais sonham em formar seus discípulos, iniciando a criança, muitas vezes precocemente, em um processo de treinamento visando ao alto rendimento, sem respeitar seu desenvolvimento integral. Essa prática além de errônea, fere os princípios do desenvolvimento humano. (CASTILHA, 2012, p. 75 e 76).

Portanto a prática da capoeira dentro da escola deve proporcionar a criança o contato com a diversidade, através da interação com as outras crianças e da aprendizagem de novos conhecimentos. Com isso o educador poderá compreender a importância do desenvolvimento humano e perceber que as crianças possuem características individuais conforme sua idade.

A capoeira é uma arte brasileira de múltiplas linguagens. Das atividades físicas, é a que oferece maior número de experiências motoras, desenvolvendo algumas com mais, outras com menos intensidade, porém todas as capacidades físicas são trabalhadas (CUNHA, 2003, p.65).

A capoeira pode ser classificada como luta, dança e arte, folclore, esporte, educação, lazer e filosofia de vida, pois ela atua de maneira direta e indireta sobre todos os aspectos cognitivos, afetivo e motor dos alunos (CAMPOS, 2001).

Capoeira como luta representará sua origem e sobrevivência através dos tempos na sua forma natural, como instrumento de defesa pessoal genuinamente brasileira. Será ministrada com objetivo de combate e de defesa (CAMPOS, 2001).

Capoeira na arte se faz presente através da música, ritmo, canto, instrumento, expressão corporal e criatividade de movimentos. Na dança, as aulas deverão ser dirigidas no sentido de aproveitar os movimentos da capoeira desenvolvendo a flexibilidade, agilidade destreza, equilíbrio e coordenação em busca de coreografia e satisfação pessoal (CAMPOS, 2001).

Capoeira folclore, expressão popular que faz parte de cultura brasileira e que deve ser preservada, promovendo a participação dos alunos tanto na parte prática como na parte teórica. Capoeira como esporte é uma modalidade desportiva. Ela mesma deverá ter um enfoque especial para competição, estabelecendo-se treinamento físico, técnicos e táticos (CAMPOS, 2001).

Capoeira como educação é um elemento importantíssimo para a formação integral do aluno, desenvolvendo o físico, o caráter, a personalidade e influenciando nas mudanças de comportamento. Também ajuda ainda ele ter um autoconhecimento e uma análise crítica da sua potencialidade e limites.

Capoeira como lazer é a prática não formal através das rodas espontâneas, realizadas nas praças, praias entre outros. Capoeira como filosofia de vida são os adeptos que se engajam de corpo e alma, criando uma filosofia própria de vida colocando a capoeira como elemento símbolo e até mesmo usando-a para sua sobrevivência (CAMPOS, 2001).

A capoeira é uma ótima modalidade para se trabalhar na escola com os alunos. Eles devem vivenciá-la, pois ela é uma parte importante da história do Brasil. É uma luta totalmente brasileira, considerada Patrimônio Cultural Brasileiro no dia 15 de julho de 2008, uma data muito importante para os capoeiristas.

A importância da capoeira na concepção didático pedagógica recai sobre o fato de que a mesma pode ser considerada uma arte completa e multifacetada, pois ela atua direta e indiretamente sobre os aspectos motor, cognitivo e afetivo, independente da sua faixa etária (CASTILHA, 2012).

Quando trabalhamos com a capoeira nas aulas de educação física, queremos que os alunos vivenciem uma coisa diferente. Que eles tenham uma melhora em seu desenvolvimento, pois todos temos carência em alguns tipos de movimento. O papel do professor deve ser buscar contemplar ou suprir tais carências com atividades variadas.

### 3 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

A pesquisa tem como proposta compreender de que forma a capoeira auxilia nas aulas de educação física escolar.

O objetivo geral do trabalho é compreender se há capoeira nas aulas de educação física escolar. Objetivos específicos do trabalho é realizar um levantamento histórico sobre a capoeira, aplicar aulas de capoeira nas aulas de Educação Física Escolar e verificar a prática da capoeira nas aulas de Educação Física Escolar.

#### 3.1 Tipo de pesquisa

A pesquisa é de natureza quali-quantitativa, descritiva como estudo de caso, bibliográfica e pesquisa de campo. Pretende-se descrever os resultados obtidos através de pesquisa bibliográfica realizadas a partir de livros, artigos científicos e de coletas de dados.

A pesquisa bibliográfica é aquela que se realiza a partir do registro disponível, decorrente de pesquisas anteriores, em documentos impressos, como livros, artigos, teses etc. Utiliza-se de dados ou de categorias teóricas já trabalhados por outros pesquisadores e devidamente registrados. Os textos tornam-se fontes dos temas a serem pesquisados. O pesquisador trabalha a partir das contribuições dos autores dos estudos analíticos constantes dos textos. (SEVERINO, 2007 p.122).

A revisão bibliográfica visa proporcionar uma melhor compreensão do mesmo e assim desenvolver uma boa pesquisa que vai ocorrer juntamente com a pesquisa de campo.

Pesquisa de campo é aquela utilizada com o objetivo de conseguir informações e/ou conhecimentos acerca de um problema, para o qual se procura uma resposta, ou de uma hipótese, que se queira comprovar, ou, ainda, descobrir novos fenômenos ou as relações entre eles (MARCONI; LAKATOS, 2009, p.188)

A pesquisa foi um estudo de caso. Segundo Mattos (2008), o estudo de caso estuda um determinado indivíduo, família ou grupo a fim de investigar aspectos variados ou um evento específico da amostra.

### **3.2 Instrumento de pesquisa**

O instrumento de coleta de dados consistiu na aplicação de 10 aulas de capoeira durante a aula de Educação Física, observação dos alunos durante as aulas e questionário com algumas questões que foram realizadas com os alunos e Professora.

Cervo e Bervian (2002) afirma que questionário é a forma mais utilizada para coletar dados, possibilitando medir com exatidão o que se deseja.

O questionário é misto, onde conteve perguntas fechadas e abertas. Em que as perguntas fechadas são para obter informações sociodemográficas sobre o entrevistado e identificar suas opiniões. Já as perguntas abertas foram para aprofundar nas opiniões dos entrevistados a respeito do tema, podendo expor seus pensamentos sobre o assunto investigado.

### **3.3 Local da Pesquisa**

O local de pesquisa foi uma Escola da Rede Municipal da cidade de Ponta Porã - MS. Na pesquisa foi realizado um questionário com os alunos e com a professora de Educação Física. Contam neste questionário 5 perguntas para os alunos e 4 questões para a professora de Educação Física.

As perguntas do questionário dos alunos são as seguintes: Você gostou das aulas de capoeira?; Você já tinha visto ou praticado a capoeira?; Você acha que a pratica da capoeira pode melhorar o comportamento e desenvolvimento de quem a pratica?; Durante sua experiência nas aulas de capoeira, o que esta arte marcial contribuiu de importante em sua vida? Se tivesse oportunidade, continuaria praticando a capoeira? Essas são perguntas fáceis, considerando a idade dos alunos e das experiências deles com a prática da capoeira.

Já o questionário da professora teve como objetivo identificar qual a concepção dela acerca da capoeira durante as aulas de Educação Física, se os alunos antes das práticas da capoeira eram agressivos durante as aulas, se eles demonstram muita falta de atenção durante as aulas e, na opinião dela, em que a capoeira contribuiu no desempenho dos alunos.

### **3.4 Sujeitos da Pesquisa**

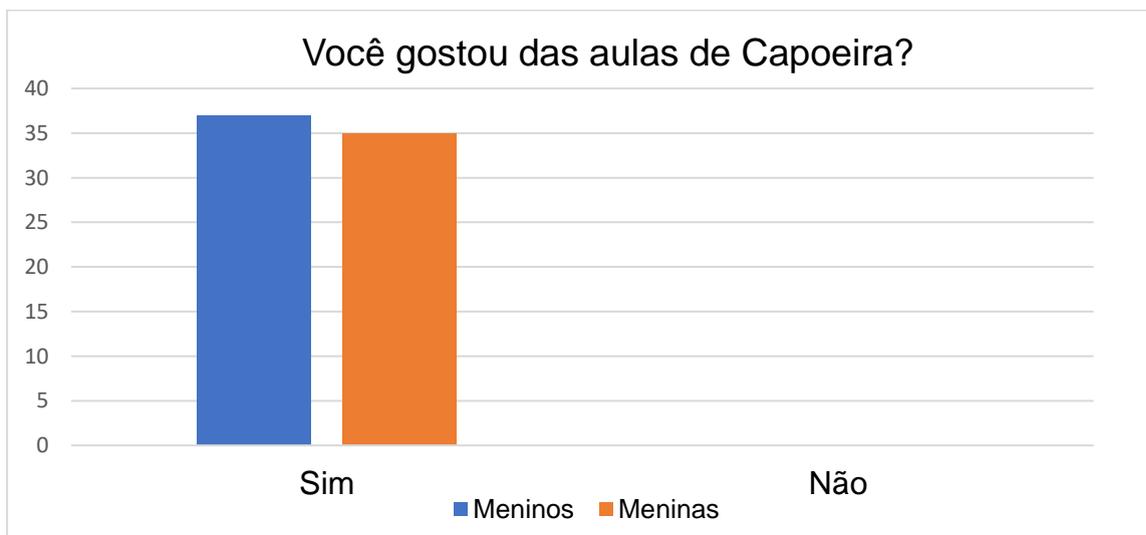
A seguinte pesquisa foi realizada com as três turmas de alunos do 4<sup>o</sup> ano do ensino fundamental, com idade entre 10 anos e 12 anos, no período matutino, durante as aulas de Educação Física. Foram desenvolvidas com os alunos algumas práticas da capoeira, com os movimentos ideais para a idade. Assim, entender que qualquer movimento realizado por uma criança é resultado do aprimoramento de um comportamento motor previamente adquirido. A pesquisa também foi realizada com a professora de Educação Física da escola.

## 4 ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

A pesquisa foi realizada com alunos do 4º ano, com idade de 10 a 12 anos. Esta pesquisa ocorreu através de um pequeno estudo sobre a história da capoeira para que pudessem compreender de fato a realização e importância da modalidade, bem como onde e de que forma ela surgiu.

Maior parte dos alunos e, principalmente, os meninos se demonstraram bastante animados quando souberam da prática da capoeira. Quando perguntei o motivo, disseram era porque queriam lutar com os demais colegas. Ao término das aulas de capoeira, os alunos e a professora responderam um questionário que tinha como finalidade saber se a prática de capoeira nas aulas de Educação Física seria algo bom para os alunos.

A primeira pergunta do questionário dos alunos era para saber se os alunos gostaram das aulas de capoeira. Foram entrevistados 72 alunos no total de todas as três turmas do 4º ano. Obteve-se os seguintes resultados: todos os alunos disseram que sim, sendo 37 meninos e 35 meninas.

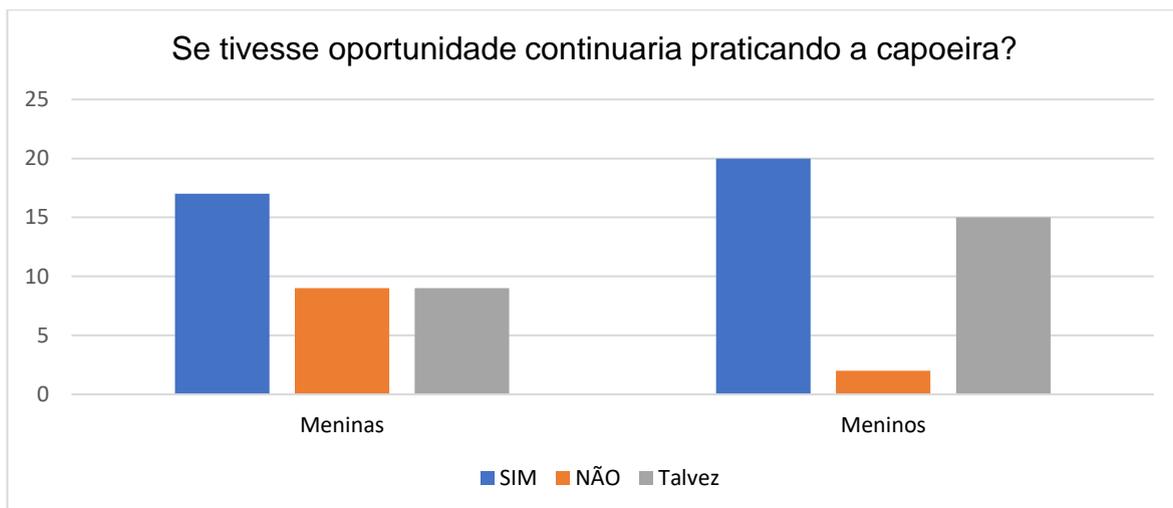


Fonte: VIEIRA, Leticia Greff

As perguntas de número 2,3 e 4 eram de respostas pessoais dos alunos, onde eles iam responder: 2) Você já tinha visto ou praticado a capoeira? Se sim, em quais situações? 3) Você acha que a prática da capoeira pode melhorar o comportamento e desenvolvimento de quem a pratica? Por quê?; 4) Durante sua experiência nas aulas de Capoeira, o que está arte marcial contribuiu de importante para sua vida?

As respostas de todos foram que eles já tinham visto e alguns já haviam praticado a mesma. O que melhorou, segundo eles, em seu comportamento e desenvolvimento? Todos responderam que melhorou o respeito para com os colegas, a disciplina, a coordenação, o equilíbrio entre outras coisas. Quando foi perguntado o que de importante a capoeira contribuiu para vida deles, responderam que a música, as regras, a realização de alguns exercícios.

A última questão foi desenvolvida para saber se, caso eles tivessem oportunidade, eles ainda continuariam praticando a capoeira e obteve-se o seguinte resultado: das meninas, de um total de 35, 17 falaram sim, 9 falaram que não e 9 falaram talvez. Dos meninos, de um total de 37, 20 falaram sim, 2 falaram não e 15 falaram talvez.



Fonte: VIEIRA, Leticia Greff

O questionário para a professora tinha as seguintes questões para serem respondidas: Qual sua concepção acerca da capoeira durante as aulas de Educação Física?, Os alunos são agressivos nas aulas?, Demonstravam muita falta de atenção?, Em sua opinião, de em que a capoeira pode contribuir no desempenho dos alunos?.

Segundo a professora, as aulas de capoeira proporcionam uma vivência nova e de importância para as crianças, pois ajudam no seu desenvolvimento. Havia sim, alguns alunos agressivos. Com relação a falta de atenção, a mesma respondeu que há alguns alunos que tem, porém não são todos. E sobre a opinião dela sobre a contribuição da capoeira para os alunos ela respondeu que melhorou tanto o desenvolvimento motor como a socialização dos alunos.

## CONSIDERAÇÕES

Há muita discussão se a capoeira é uma luta, dança ou jogo. Na verdade, ela é tudo isso, pois ela é uma manifestação genuinamente brasileira criada pelos escravos trazidos para o Brasil. No entanto, a capoeira apresenta várias vertentes, sendo as mais conhecidas a capoeira angola do mestre Pastinha e a capoeira regional do mestre Bimba.

O seguinte trabalho teve como objetivo mostrar que a capoeira nas aulas de Educação Física pode ser algo positivo para os alunos, de forma que o professor deverá escolher a melhor maneira de inserir ela em seu planejamento de aula. A capoeira na escola deve agregar valor no processo pedagógico, seja no desenvolvimento motor, cognitivo ou afetivo.

Para ministrar aulas de capoeira dentro da escola, o professor não necessita deter uma graduação de mestre, mas sim ser um observador estudioso que consiga, de maneira tecnicamente correta, instruir seus alunos acerca das possibilidades de movimento que a capoeira pode proporcionar, explorar toda a sua riqueza utilizando-se disso a fim de alcançar os objetivos de sua aula.

A capoeira foi uma novidade para os escolares. Estes gostaram e viram a necessidade de se empenhar para se aprimorar em todos os aspectos. Portanto, os resultados da pesquisa foram positivos, pois os alunos se demonstraram muito participativos durante as aulas de educação física com conteúdos da modalidade de capoeira.

## REFERÊNCIAS

- BRASIL, Secretaria de Educação Fundamental. **Parâmetros Curriculares Nacionais: Educação Física**. Brasília, MEC/SEF, 1998.
- CASTILHA, Fábio André. **Aspectos pedagógicos de capoeira**. Passo Fundo: Méritos, 2012.
- CAMPOS, Hélio. **Capoeira na Escola**. Salvador: EDUFBA, 2001.
- DARIDO, Suraya Cristina; RANGEL, Irene Conceição Andrade. **Educação Física na Escola: implicações para a prática pedagógica**. 2.ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2015.
- DARIDO, Suraya Cristina; SOUZA JÚNIOR, Osmar Moreira de. **Para Ensinar Educação Física: Possibilidades de Intervenção na Escola**. 7.ed. Campinas, SP: Papyrus, 2013.
- GALLAHUE, David L; Ozmun, John C; Goodway, Jackie D. **Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos**. 7.ed. Porto Alegre: AMGH, 2013.
- LAKATOS, Eva Maria; MARCONI, Maria de Andrade. **Fundamentos de Metodologia Científica** 6.ed – 7. Reimp. – São Paulo: Atlas 2009.
- LUDKE, Menga; ANDRÉ, Marli Eliza Dalmazo Afonso de. **Pesquisa em educação: abordagens qualitativas**. São Paulo: E.P.U, 1986.
- MATTOS, Mauro Gomes; ROSSETTO JÚNIOR, Adriano José; BLECHER, Shelly. **Metodologia da Pesquisa em Educação Física: Construindo sua monografia, artigo e projetos**. 3.ed. rev. e ampl. São Paulo: Phorte, 2008.

**ANEXOS**



## ANEXOS I

### TERMO DE COMPROMISSO DA INSTITUIÇÃO ESCOLAR

Sirvo-me desta para informar que atendo à solicitação de autorização para que \_\_\_\_\_, acadêmica do curso de Educação Física das Faculdades Magsul tenha acesso à Escola \_\_\_\_\_, para realização de pesquisa para a elaboração do seu trabalho de conclusão de curso, com o objetivo de \_\_\_\_\_.

Comprometo-me na qualidade de Coordenador Pedagógico desta escola a desenvolver aquilo que me compete com rigor e compromisso ao que se refere ao bom desenvolvimento do estudo e auxílio na coleta de dados. Entendendo que a coleta de dados e seus resultados serão para realização do Trabalho de Conclusão de Curso Interdisciplinar intitulado “ \_\_\_\_\_ ”.

Destaco que estamos cientes da pesquisa e entendemos seus objetivos, e, enquanto instituição escolar, comprometemo-nos a oferecer total suporte no que diz respeito à realização da pesquisa descrita.

Ponta Porã-MS, \_\_\_\_ de agosto de 2019.

\_\_\_\_\_  
 Coordenador Pedagógico da Escola



## ANEXO II

### TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Eu, \_\_\_\_\_, desejo participar voluntariamente da pesquisa intitulada “ \_\_\_\_\_”, que tem como objetivo Compreender a Capoeira nas aulas de Educação Física Escolar, caracterizada pela pesquisa bibliográfica e de campo. Para a coleta de dados, será aplicado um questionário direcionado aos alunos e a professora de Educação Física, alvo da referida pesquisa. A metodologia utilizada na realização do trabalho caracteriza-se como pesquisa qualiquantitativo.

Li o conteúdo do texto e entendi as informações relacionadas a minha participação e estou a par que minha identidade será preservada, ficando cientificado que não receberei benefícios financeiros, podendo desistir em qualquer etapa e retirar meu consentimento, sem penalidades, prejuízo ou perda.

Ponta Porã-MS, \_\_\_\_ de agosto de 2019.

---

Assinatura da participante

---

Assinatura da Pesquisadora Responsável



Educação Física:Aut.Port.nº766de31/05/2000/Rec.Port.nº3.755de24/10/05/RenovaçãoRec.Port.nº286de21/12/2012  
 MantidapelaA.E.S.P.  
 Av.Presidente Vargas,725- Centro –Tel.:(67)3437-3804 –Ponta Porã-MS  
 HomePage: [www.magsul-ms.com.br](http://www.magsul-ms.com.br)  
 E-mail: [graduacaomagsul@gmail.com](mailto:graduacaomagsul@gmail.com); [secretariamagsul@gmail.com](mailto:secretariamagsul@gmail.com) [ed.fisicamagsul@terra.com.br](mailto:ed.fisicamagsul@terra.com.br)

### ANEXO III

#### OFÍCIO ENCAMINHADO À ESCOLA

À

**Escola Municipal** \_\_\_\_\_

Assunto: Solicitação para realização de pesquisa acadêmica.

Eu, \_\_\_\_\_, brasileira, solteiro(a), inscrito no CPF: \_\_\_\_\_ e no RG n°: \_\_\_\_\_, residente e domiciliado na cidade de Ponta Porã, na Rua: Adalberto Froes,228, aluna regular do curso de Licenciatura em Educação Física das Faculdades Magsul, venho respeitosamente solicitar permissão para realização de uma pesquisa acadêmica no período de 1 (um) mês neste ano letivo de 2019 na referida escola, que fará parte de um Trabalho de Conclusão de Curso Interdisciplinar intitulado “\_\_\_\_\_”. Ressalta-se que as identidades da escola e dos participantes serão preservadas na pesquisa.

Certo do atendimento do meu pedido, aguardo deferimento.

Ponta Porã-MS, \_\_\_ de agosto de 2019.

\_\_\_\_\_  
Orientando

\_\_\_\_\_  
Profª. Ma. Wanessa Pucciariello Ramos  
Orientadora

## ANEXOS IV



# FACULDADES MAGSUL

## EDUCAÇÃO FÍSICA

### PLANO DE AULA

#### 1 IDENTIFICAÇÃO

**ESCOLA:** Faculdades Magsul.

**DISCIPLINA:** TCI

**TURMA:** 4º ano A, B e C.

**PROFESSOR:** Leticia Greff Vieira.

**DATA:** 19/09/2019.

**HORÁRIO:** 07:00 até 11:20.

#### 2 CONTEÚDO

Lutas – Capoeira

#### 3 OBJETIVO

Compreender se a capoeira nas aulas de Educação Física.  
Realizar um levantamento histórico sobre a capoeira;  
Aplicar aulas de capoeira nas aulas de Educação Física Escolar;  
Verificar a prática da capoeira nas aulas de Educação Física Escolar.

#### 4 METODOLOGIA

Será realizado em sala de aula para os alunos uma apresentação sobre o que é a capoeira.  
Explicação sobre história sobre a capoeira, os seus instrumentos, seus movimentos e suas duas vertentes capoeira angola e regional.  
Será passado um texto com conteúdos da capoeira para os alunos.

#### 5 RECURSOS

Sala de aula, quadro e giz.

#### 6 AVALIAÇÃO

Observar se todos os alunos participaram das brincadeiras desenvolvidas.

#### 7 BIBLIOGRAFIA

Campos, Hélio. **Capoeira na escola**. Salvador: EDUFBA,2001.

Ponta Porã-MS, 19/09/2019.

\_\_\_\_\_  
ASSINATURA DO(A) PROFESSOR(A)

## ANEXOS V



# FACULDADES MAGSUL

## EDUCAÇÃO FÍSICA

### PLANO DE AULA

#### 1 IDENTIFICAÇÃO

**ESCOLA:** Faculdades Magsul.

**DISCIPLINA:** TCI

**TURMA:** 4º ano A, B e C

**PROFESSOR:** Leticia Greff Vieira.

**DATA:** 26/09/2019

**HORÁRIO:** 07:00 até 11:20.

#### 2 CONTEÚDO

Lutas – Capoeira

#### 3 OBJETIVO

Compreender se a capoeira nas aulas de Educação Física.  
Realizar um levantamento histórico sobre a capoeira;  
Aplicar aulas de capoeira nas aulas de Educação Física Escolar;  
Verificar a prática da capoeira nas aulas de Educação Física Escolar.

#### 4 METODOLOGIA

Será realizado alongamento de membros superior e inferior com os alunos em forma de círculo. Aquecimento com a brincadeira acorda seu urso: Área de jogo será metade da linha do pátio, sendo que o professor utilizará a linha central de referência para turma ficar disposta um ao lado do outro. O professor escolherá duas crianças para ficar na frente da turma e será identificado de urso. O grupo sairá da linha central até os ursos dizendo: “Acorda seu, acorda seu urso”, quando chegar ao espaço combinado os ursos acordam (levantam-se) e vão pegar os fugitivos. Quem for pego virá urso.  
Desenvolver a iniciação dos movimentos da capoeira: inicialmente a ginga para os alunos. Sua execução será com as pernas posicionadas em paralelo à largura dos ombros, o aluno começa a arrastar os pés no chão, um por vez, para atrás, como se desenhasse os dois bastões da letra V um com cada pé. O braço do lado da perna que ginga (recuando) protegendo o rosto, enquanto o outro é levado à lateral e assim sucessivamente.  
Volta calma em roda de conversa para saber o que eles acharam dessa primeira parte.

#### 5 RECURSOS

Pátio.

#### 6 AVALIAÇÃO

Observar se todos os alunos participaram das brincadeiras desenvolvidas.

#### 7 BIBLIOGRAFIA

Campos, Hélio. **Capoeira na escola**. Salvador: EDUFBA, 2001.

Ponta Porã-MS, 26/09/2019.

\_\_\_\_\_  
ASSINATURA DO(A) PROFESSOR(A)

## ANEXOS VI



# FACULDADES MAGSUL

## EDUCAÇÃO FÍSICA

### PLANO DE AULA

#### 1 IDENTIFICAÇÃO

**ESCOLA:** Faculdades Magsul.

**DISCIPLINA:** TCI

**TURMA:** 4º ano A, B e C

**PROFESSOR:** Leticia Greff Vieira.

**DATA:** 03/10/2019

**HORÁRIO:** 07:00 até 11:20.

#### 2 CONTEÚDO

Lutas – Capoeira

#### 3 OBJETIVO

Compreender se a capoeira nas aulas de Educação Física.  
Realizar um levantamento histórico sobre a capoeira;  
Aplicar aulas de capoeira nas aulas de Educação Física Escolar;  
Verificar a prática da capoeira nas aulas de Educação Física Escolar.

#### 4 METODOLOGIA

Será realizado alongamento de membros superior e inferior com os alunos em forma de círculo.  
Aquecimento com a brincadeira pega a pega: será escolhido 2 alunos uma menina e um menino para ser um pegador, então os demais têm que correr apenas nos lugares limitados.  
Desenvolver a iniciação dos movimentos da capoeira: inicialmente a ginga, benção, esquivas e a cadeira para os alunos.  
Volta calma em roda de conversa para saber o que eles acharam.

#### 5 RECURSOS

Pátio.

#### 6 AVALIAÇÃO

Observar se todos os alunos participaram das brincadeiras desenvolvidas.

#### 7 BIBLIOGRAFIA

Campos, Hélio. **Capoeira na escola**. Salvador: EDUFBA, 2001.

Ponta Porã-MS, 03/10/2019.

\_\_\_\_\_  
ASSINATURA DO(A) PROFESSOR(A)

## ANEXOS VII



# FACULDADES MAGSUL

## EDUCAÇÃO FÍSICA

### PLANO DE AULA

#### 1 IDENTIFICAÇÃO

**ESCOLA:** Faculdades Magsul.

**DISCIPLINA:** TCI

**TURMA:** 4º ano A, B e C

**PROFESSOR:** Leticia Greff Vieira.

**DATA:** 17/10/2019

**HORÁRIO:** 07:00 até 11:20.

#### 2 CONTEÚDO

Lutas – Capoeira

#### 3 OBJETIVO

Compreender se a capoeira nas aulas de Educação Física.  
Realizar um levantamento histórico sobre a capoeira;  
Aplicar aulas de capoeira nas aulas de Educação Física Escolar;  
Verificar a prática da capoeira nas aulas de Educação Física Escolar.

#### 4 METODOLOGIA

Demonstração de um vídeo dos instrumentos da capoeira e apresentação das músicas.  
Será realizado alongamento de membros superior e inferior com os alunos em forma de círculo.  
Aquecimento com a brincadeira nunca três.  
Desenvolver a iniciação dos movimentos da capoeira: inicialmente a ginga, benção, martelo, esquiva e a cadeira para os alunos. Individual e em dupla.  
Volta calma em roda de conversa para saber o que eles acharam.

#### 5 RECURSOS

Sala de aula, Tv e o Pátio.

#### 6 AVALIAÇÃO

Observar se todos os alunos participaram das brincadeiras desenvolvidas.

#### 7 BIBLIOGRAFIA

<https://www.youtube.com/watch?v=3zgPETxNly0>; acesso em 03/10/2019.

Campos, Hélio. **Capoeira na escola**. Salvador: EDUFBA, 2001.

Ponta Porã-MS, 17/10/2019.

\_\_\_\_\_  
ASSINATURA DO(A) PROFESSOR(A)

## ANEXOS VIII

**FACULDADES MAGSUL****EDUCAÇÃO FÍSICA****PLANO DE AULA****1 IDENTIFICAÇÃO****ESCOLA:** Faculdades Magsul.**DISCIPLINA:** TCI**TURMA:** 4º ano A, B e C.**PROFESSOR:** Leticia Greff Vieira.**DATA:** 24/10/2019**HORÁRIO:** 07:00 até 11:20.**2 CONTEÚDO**

Lutas – Capoeira

**3 OBJETIVO**

Compreender se a capoeira nas aulas de Educação Física.  
 Realizar um levantamento histórico sobre a capoeira;  
 Aplicar aulas de capoeira nas aulas de Educação Física Escolar;  
 Verificar a prática da capoeira nas aulas de Educação Física Escolar.

**4 METODOLOGIA**

Será realizado alongamento de membros superior e inferior com os alunos em forma de círculo.  
 Aquecimento com a brincadeira cola cola americana.  
 Desenvolver a iniciação dos movimentos da capoeira: inicialmente a ginga, benção, martelo, meia lua de frente, Aú, esquiva e a cadeira para os alunos. Individual e em dupla. Realizaremos também a roda de capoeira como se fosse uma apresentação, onde os alunos também vão bater palmas. Volta calma em roda de conversa para saber o que eles acharam.

**5 RECURSOS**

Pátio e som.

**6 AVALIAÇÃO**

Observar se todos os alunos participaram das brincadeiras desenvolvidas.

**7 BIBLIOGRAFIA**Campos, Hélio. **Capoeira na escola**. Salvador: EDUFBA,2001.

Ponta Porã-MS, 24/10/2019.

---

 ASSINATURA DO(A) PROFESSOR(A)

## APÉNDICES

**APÊNDICE I****QUESTIONÁRIO PARA OS ALUNOS**

**1)** Você gostou das aulas de Capoeira?

( ) Sim

( ) Não

**2)** Você já tinha visto ou praticado a capoeira? Se sim, em quais situações?

---

---

---

---

**3)** Você acha que a prática da capoeira pode melhorar o comportamento e desenvolvimento de quem a prática? Por quê?

---

---

---

---

**4)** Durante sua experiência nas aulas de Capoeira o que esta arte marcial contribuiu de importante para sua vida?

---

---

---

---

**5)** Se tivesse oportunidade, continuaria praticando a Capoeira?

( ) Sim

( ) Não

( ) Talvez

**APÊNDICE II****QUESTIONÁRIO PARA OS PROFESSORES**

**1) Qual sua concepção acerca da capoeira durante as aulas de Educação Física?**

---

---

---

---

---

---

**2) Os alunos são agressivos nas aulas?**

---

---

---

---

---

---

**3) Demonstravam muita falta de atenção?**

---

---

---

---

---

---

**4) Em sua opinião o que a capoeira pode contribuir no desempenho dos alunos?**

---

---

---

---

---

---

---

---