

	UFRJ/CCS		
	Unidade:	Escola de Educação física e Desportos	
	Departamento:	Lutas	

Disciplina: Fundamentos da Capoeira			Código: EFL
221			
Carga horária por período:	Teórica: 30h.	Prática: 30h.	Créditos: 03
Requisitos: xxxxxx			Período: 1º

Ementa:

Aspectos da origem e evolução da Capoeira. Princípios das técnicas básicas das habilidades motoras específicas. Noções das regras e o contexto sócio-histórico-cultural. Princípios didático-pedagógicos para o processo ensino-aprendizagem.

Objetivo geral:

Apresentar subsídios para o desenvolvimento de atividades de capoeira em diversos contextos de ensino, discutindo a atuação e a inserção da mesma neste meio, contribuindo para a formação de multiplicadores deste processo, e produzindo conhecimentos científicos aplicáveis à realidade brasileira

Objetivos específicos:

- Conhecer a origem da capoeira relacionando com o momento histórico, político, econômico e social do Brasil nos séculos XVI, XVII, XVIII, XIX, XX e XXI.
- Compreender os princípios básicos para a aprendizagem da capoeira.
- Identificar os elementos fundamentais para a metodologia do ensino da capoeira.
- Compreender os aspectos institucionais, organizacionais e legais da capoeira.
- Analisar os processos de gerenciamento dos grupos/associações e academias de capoeira, assim como conhecer o mercado específico de atuação.

Conteúdo programático:

UNIDADE I – As Raízes da Capoeira

- As etnias africanas no Brasil
- Origem, história e evolução
- Fases

UNIDADE II – Aspectos Antropológicos, Culturais e Educacionais da Capoeira

- Resistência social e cultural

- Arte e literatura
- Capoeira como processo de inclusão e integração sócio - educacional

UNIDADE III – Rituais e Tradições

- A roda
- Toques e suas utilizações
- Cânticos
- Instrumentos musicais
- Rito de iniciação

UNIDADE IV – Progressão pedagógica e exercícios educativos para a aprendizagem da técnica dos fundamentos básicos da capoeira.

- Ginga
- Movimentos defensivos do chão
- Esquivas
- Movimentos de ataque do alto
- Movimentos de contra-ataque do chão
- Tipos de aú
- Sequências de ataque e defesa
- O jogo da Capoeira

Metodologia:

- As unidades serão desenvolvidas com aulas teóricas e práticas.
- Serão utilizados os métodos indutivo e dedutivo.
- Os recursos para a implementação das atividades serão: retro-projetor, data show e aparelhos de som, como também os instrumentos próprios da orquestra da Capoeira

Avaliação:

A avaliação da disciplina constará de duas provas práticas e uma prova teórica

Bibliografia básica:

- REIS, A.L.T.. *Educação Física e capoeira –saúde e qualidade de vida*. Brasília:Ed Thesaurus,2000.
- REIS, L. V. S. *O mundo de pernas para o ar*. São Paulo:Publisher Brasil,1997.
- VIEIRA, L R. *O jogo de capoeira* . Rio de Janeiro: Sprint,1998.

Bibliografia complementar:

DIAS , L. S.. Quem tem medo da capoeira? Coleção Memória Carioca, vol. I, Secretaria Municipal das Culturas, 1996.

GONÇALVES, N.P.C.. *A epistemologia do ensino da capoeira na EEFD/UFRJ.* (Mestrado em Educação Física). Escola de Educação Física e Desportos da UFRJ, 1997.

REIS, L. V. S.. *O mundo de pernas para o ar.* São Paulo: Publisher Brasil, 1997.

SOARES, C E. L.. *A negregada instituição:* os capoeiras no Rio de Janeiro. Rio de Janeiro: Biblioteca Carioca, 1994.