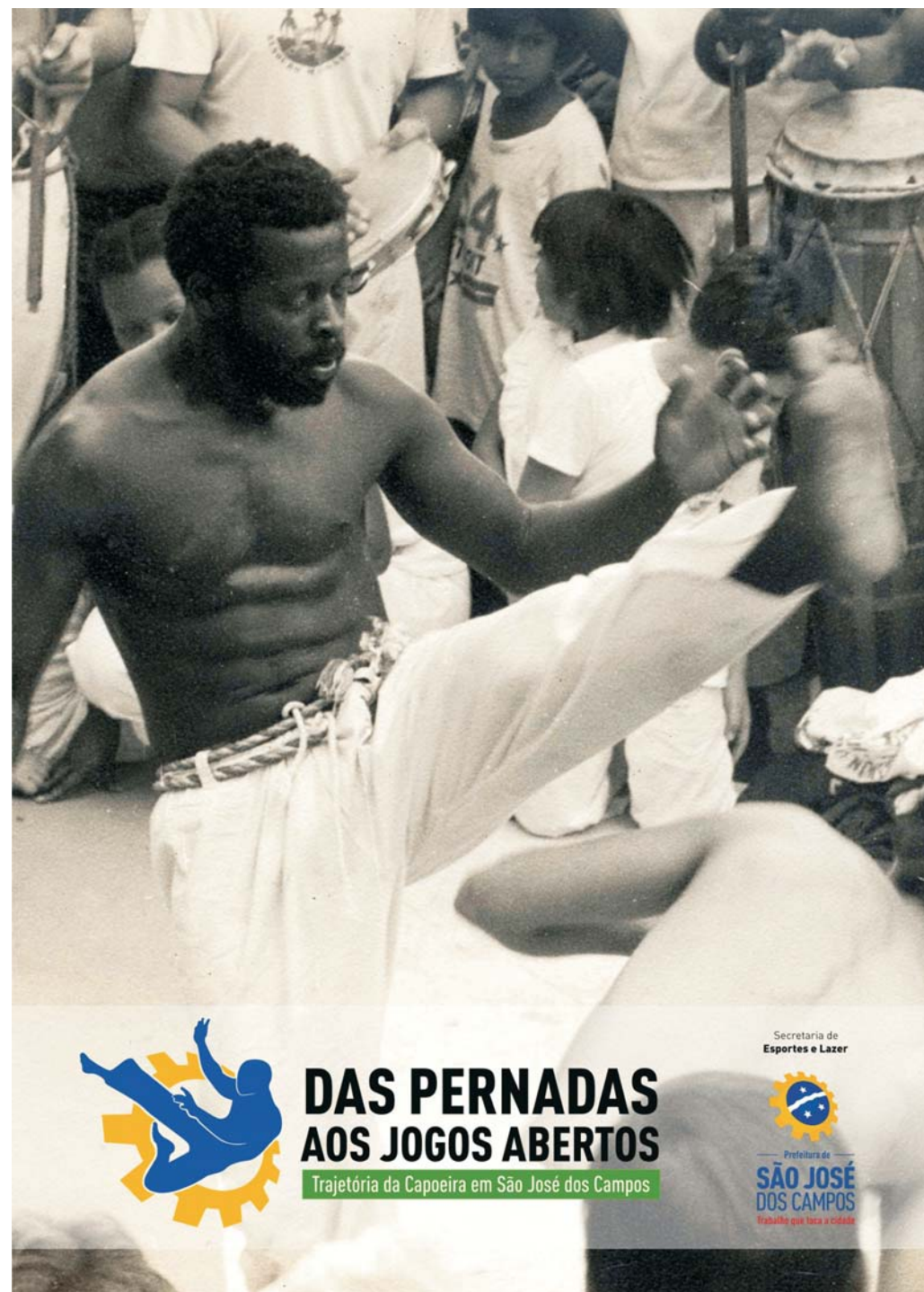




Secretaria de
Esportes e Lazer



Prefeitura de
**SÃO JOSÉ
DOS CAMPOS**
Trabalho que faz a diferença



**DAS PERNADAS
AOS JOGOS ABERTOS**
Trajetória da Capoeira em São José dos Campos

Secretaria de
Esportes e Lazer



Prefeitura de
**SÃO JOSÉ
DOS CAMPOS**
Trabalho que faz a diferença

Dunga, Mão Branca, Reinaldo, Negão, Cobra Mansa,

Ao som do Berimbau...

Ritmo cadenciado, malícia e maldade de angola e regional...

Dunga voava na tesoura, Mão Branca fazia uma chutada no ar...

Cobra Mansa no aú sem mão e vários xangôs no mesmo lugar...

Era tempo de bamba aê...

Era tempo de bamba...

(Mão Branca)



É raro um capoeirista ser chamado pelo próprio nome.

A maioria deles possui uma alcunha, uma denominação que lhe é própria dentro do universo da Capoeira. Na prática, é como se recebesse nova identidade relacionada a alguma característica física, cidade natal, dificuldade ou habilidade no jogo de capoeira, ou mesmo uma ironia.

Lobão	Pantera
Tinta Forte	Marajó
Papagaio	Prego
Damião	Tamanduá
Alcapone	Saruê
	Saci
	Aruanã
	Boy
	Suassuna
	Acordeom
	Itapoã
	Onça Preta

Tucano Preto	Deputado
Espirro Mirim	Medicina
Leopoldina	Brasília
João Pequeno	Limão
João Grande	Cobra Verde
Pastinha	Manduca da Praia
Bimba	Madame Satã
Caiçara	Waldemar do Pero Vaz
Camisa Roxa	Pinga Fogo
Aberrê	Boa Voz
Jogo de Dentro	
Cafuné	

Eu vou ler o B-A-Bá

Eu vou ler o B-A-Bá

B-A-Bá do berimbau

A cabaça e um caxixi

Colega velho, com dois pedaços de pau

A moeda e o arame

Colega velho, aí está o berimbau

Berimbau é um instrumento

Que tocar numa corda só

Vai tocar São Bento Grande

Colega velho, toque de Angola é o maior

Camaradinha

Viva meu Deus

lê, viva meu Deus, camará

lê, viva meu mestre

lê, viva meu mestre, camará

lê, quem me ensinou

lê, quem me ensinou, camará

lê, a Capoeira

lê, a Capoeira, camará

lê, galo cantou

lê, galo cantou, camará

lê, Cocorocô

lê, Cocorocô, camará

(Ladainha)

Ligue os nomes aos instrumentos



Secretaria de
Esportes e Lazer



Prefeitura de
**SÃO JOSÉ
DOS CAMPOS**
Trabalho que faz a diferença

Secretaria de
Esportes e Lazer



Prefeitura de
**SÃO JOSÉ
DOS CAMPOS**
Trabalho que faz a diferença

A musicalidade

A música confere à Capoeira uma diferença essencial em relação às demais lutas. Os principais instrumentos utilizados são o **atabaque**, **pandeiro** e os Berimbaus. O **agogô** e **reco-reco** também são usados com frequência.

A composição da bateria na Roda de Capoeira tem três tipos diferentes de Berimbaus – o **Gunga**, o **Médio** e o **Viola** –, cada um com sonoridade própria, sendo o de cabaça menor (Viola) o que mais repica. É o **Berimbau** que dita o ritmo do jogo.

Os **toques** da Capoeira são: **Angola**, São Bento **Pequeno**, São Bento Grande de Angola, São Bento Grande da Regional, **lúna**, Cavalaria, Santa Maria, **Benguela**, Amazonas e **Idalina**. Há outros toques introduzidos na Capoeira: Samango, Miudinho e Muzenza. Cada um deles tem um significado próprio e conduz o jogo em ritmo, velocidade e energia diferentes.

Depois desse passeio pela musicalidade da capoeira, procure no quadro abaixo as palavras em destaque no texto.

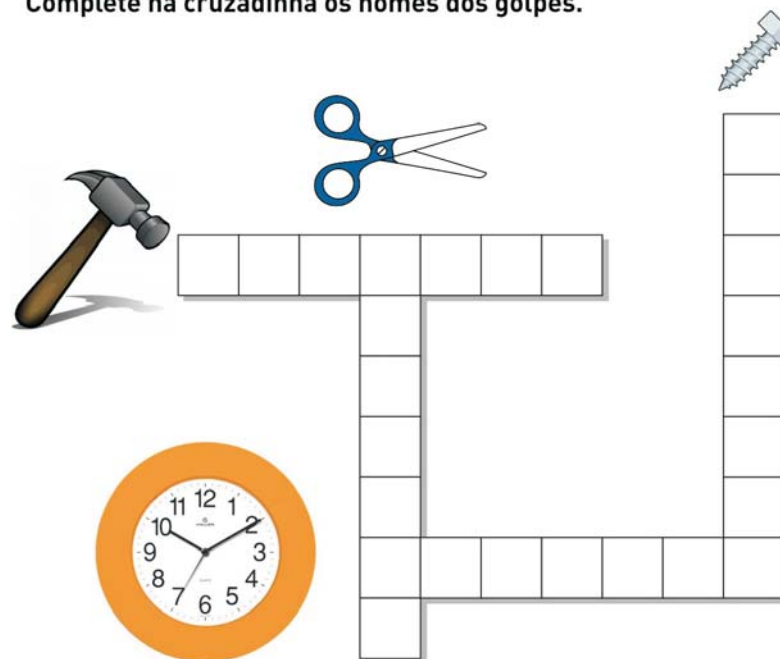
x	i	s	v	y	z	k	x	s	i	d	a	l	i	n	a	h	x	c	j
k	a	g	o	g	ô	v	w	z	o	n	y	z	c	v	i	o	d	r	m
y	m	u	h	f	p	y	c	m	v	p	l	p	w	x	f	z	v	e	y
c	f	n	q	v	t	o	q	u	e	s	g	s	e	s	h	l	p	c	i
t	o	g	m	s	n	j	c	a	x	w	y	c	n	q	o	m	k	o	s
z	l	a	c	f	z	s	o	p	c	z	v	a	b	w	u	t	q	r	l
h	s	c	i	m	k	a	t	a	b	a	q	u	e	z	j	e	c	e	y
v	m	p	t	s	x	w	v	n	g	x	n	s	r	m	v	n	n	c	x
x	k	l	ú	n	a	s	f	d	m	c	w	k	i	y	w	d	s	o	n
c	o	z	q	z	o	h	q	e	s	z	y	a	m	x	h	l	i	p	z
d	v	n	j	a	c	y	t	i	v	o	l	f	b	z	c	f	c	s	h
s	l	y	p	l	s	f	p	r	m	t	c	q	a	n	g	o	l	a	m
f	i	t	m	o	v	z	k	o	x	q	n	o	u	p	m	y	n	d	i
x	m	é	d	i	o	d	l	o	i	y	s	c	v	l	t	z	c	v	y
z	h	m	c	v	n	x	c	h	z	b	e	n	g	u	e	l	a	x	s

Principais golpes

Chocolate fazia uma benção,
Envergava seu corpo com muita expressão...
O Boca era muito técnico,
O mais mandingueiro era o Negão...
Donizete estava na roda,
Cantando e tocando o seu berimbau...
Meia lua, pernada ligeira,
O Seu Reinaldo era Fenomenal...
Era tempo de bamba aê...
Era tempo de bamba...
(Mestre Mão Branca)

A ginga é a base da movimentação do Capoeirista. Sem ela não há Capoeira. É a partir dela que o capoeirista ataca, defende, se esquia. Os golpes podem ser diretos ou giratórios, usando como apoio os pés ou as mãos. Há uma infinidade de golpes. De acordo com a região, eles sofrem alterações na denominação. De uma maneira lúdica, selecionamos alguns com nomes interessantes.

Complete na cruzadinha os nomes dos golpes.



Secretaria de
Esportes e Lazer



Prefeitura de
**SÃO JOSÉ
DOS CAMPOS**
Trabalho que faz a diferença

Secretaria de
Esportes e Lazer



Prefeitura de
**SÃO JOSÉ
DOS CAMPOS**
Trabalho que faz a diferença

Graduação básica adulta e avançada

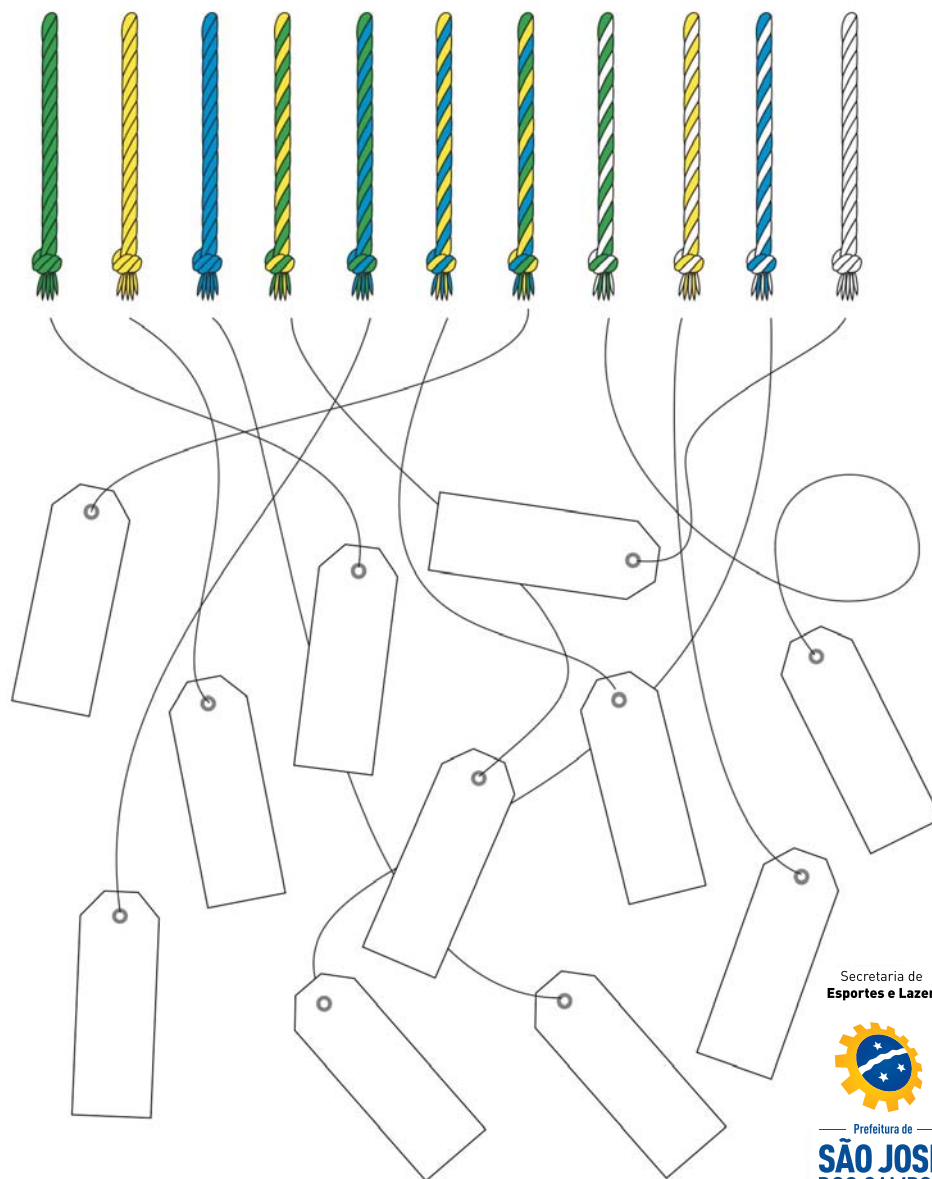
Foi na década de 1930 que o Mestre Bimba, criador da denominada Capoeira Regional, iniciou um sistema de graduação que consistia em lenços amarrados no pescoço do aluno. Na época subdividiu seus alunos em três grupos: formado, especializado e mestre. Os alunos novos não possuíam graduação.

Por conta da própria origem, marcada pela pluralidade, pode-se dizer que não há uma regra para os sistemas de graduação da Capoeira. Há grupos que até abrem mão dela. Porém, com o crescimento da capoeira e sua sistematização por meio das Ligas, Federações e Confederações, estabeleceu-se um padrão, que tem sido utilizado na maioria dos grupos e há adaptações realizadas de acordo com a metodologia de cada Mestre. Segundo a CBDC, o sistema padrão de graduação segue as cores da bandeira do Brasil. A seguinte nomenclatura é conferida aos praticantes: iniciante, batizado, graduado, intermediário, avançado, estagiário, formado, monitor, professor, contramestre e mestre.

É no momento denominado de Batizado que o aluno recebe a primeira corda. Os demais alunos avançam de graduação de acordo com o desempenho. Por isso, essa Roda de Capoeira solene é considerada especial entre os alunos e os convidados, o que torna esses eventos em momentos de grande confraternização entre diferentes grupos de capoeiristas.

Graduação infantil (até 14 anos) – Idêntica a graduação básica, porém com a cor mais clara. Após a sétima graduação, o aluno infantil passa para a segunda graduação adulta: corda verde. Em alguns casos (dependendo de desempenho), pode pegar a terceira graduação, que é a corda amarela. O tempo de cada graduação varia, dependendo da importância. As cordas iniciais, como a verde e a amarela, podem ser conquistadas em menos de um ano. Cordas avançadas, notadamente as de contramestre e mestre, levam diversos anos e exigem um profundo conhecimento da capoeira para serem conquistadas.

Veja na exposição o significado de cada cordão e anote nas etiquetas correspondentes abaixo.



Secretaria de
Esportes e Lazer



Prefeitura de
**SÃO JOSÉ
DOS CAMPOS**
Trabalho que faz a diferença

Secretaria de
Esportes e Lazer



Prefeitura de
**SÃO JOSÉ
DOS CAMPOS**
Trabalho que faz a diferença