

# CAPOEIRA



---

## INTRODUCCIÓN

La Capoeira es una arte marcial brasileña. Su aparición fue aproximadamente en el siglo XVIII y nació como una forma de resistencia de los negros africanos que fueron traídos a Brasil en la época de la esclavitud.

Era por lo tanto una lucha-juego cuya musicalidad la hacía parecer un baile inofensivo que disfrazaba su verdadero objetivo: la formación para las situaciones de combate.

Gran parte de los movimientos de la Capoeira se basa en los animales, tales como " el salto del mono", "la buque del lobo", la " cabeza del toro", "el patear del caballo", etc...

Con estas características se puede decir que la Capoeira es un sincretismo, donde la "ginga" sigue el ritmo de la música buscando lo armonía en los pasos, los movimientos y al mismo tiempo sus golpes sirven como defensa propia.

Hoy en día la Capoeira representa mucho más que una lucha, es deporte, cultura, educación, juego, música y folclore.

La palabra Capoeira procede del Tupí guaraní, idioma indígena de Brasil, donde "kapuéra" significa arbusto quemado o cortado, que era el espacio donde se practicaba.

---

## LA CAPOEIRA Y LA EDUCACIÓN

La capoeira en Brasil, fue reconocida como patrimonio cultural nacional y hace poco como patrimonio cultural de la humanidad. Hoy , ella es sinónimo de educación, sea en asociación con escuelas públicas y privadas, ONGS, ayuntamientos, gobiernos estatales, universidades y otros.

El universo de la capoeira implica personas de distintos orígenes y clases sociales. Personas distintas unas de las otras, con sus vidas y experiencias propias con distintas expectativas en relación a la vida y a la capoeira. Por lo tanto, la capoeira es deporte, juego, arte, cultura, terapia, danza, música, ocio, profesión, entretenimiento y educación. La educación por la capoeira va más allá de las clases y de los entrenamientos.

En la rueda de capoeira se puede tener el negro, el blanco, el inmigrante, los ricos y los pobres. Y también, los estudiantes, profesionales, autónomos, desempleados, artistas y otros. Entonces, cuando los

muchos capoeiristas se encuentran en la rueda hay una integración social entre personas de distintas clases sociales, que interactúan en el cuerpo de la rueda, haciendo un intercambio de experiencias, juntando realidades distintas.

Explotando y valorando el potencial de la educación, los maestros-desarrollan en todos los aspectos, la función educacional de la capoeira y su papel en la sociedad. A continuación, tenemos ejemplos que pueden enseñar que la capoeira trabaja como una herramienta de la educación y de la ciudadanía.

---

### **EL GRUPO DE CAPOEIRA CORDÃO DE OURO Y LA EDUCACIÓN**

El grupo de capoeira Cordão de Ouro fue fundado por el Maestro Reinaldo Ramos Suassuna en 1967, en São Paulo, Brasil. Se extendió por todo el estado, en todas las capitales brasileñas y en el extranjero. Edimilson Ferreira, o Mestre Pantera (apodo), pertenece al grupo y practica la Capoeira hace 20 años, imparte clases a 15 años, abarcando la más amplia gama de públicos. Él desarrolla, desde 2000, un proyecto socio-cultural en Belo Horizonte (Minas Gerais, Brasil), donde vivió durante treinta años. Empezó la enseñanza con talleres de Capoeira implicándose en la educación de cientos de niños, jóvenes y adultos. Actualmente, imparte clases en Barcelona, y cercanías como Olesa de Bonesvalls y San Juan de Mediona, además de impartir cursos en toda Europa. Maestro Pantera, cuenta con la ayuda de su alumna Bruna, Profesora Guruça(apodo), des de Brasil, ella practica la capoeira hace 15 años, y actualmente allá de ayudar el maestro con sus trabajos, imparte su propia clase en el centro cívico Vallvidrera.

El trabajo del grupo siempre tuvo como objetivo la asociación con la educación. Las personas participan en la plasticidad del movimiento, de la musicalidad, del sentido y de la libertad de movimiento del cuerpo. Sin saberlo, están siendo educados dentro del universo de la capoeira, rica en materia prima para la creación y realización de actividades recreativas. La Capoeira, es una herramienta utilizada por el grupo, que puede desembocar en profesión o simplemente fomentar la inclusión social, ejercicio de ciudadanía y educación.

Además de desarrollar el diálogo del cuerpo y el movimiento espontáneo junto a la musicalidad, la Capoeira ofrece una divertida y agradable experiencia para los practicantes, desarrollando la capacidad de coordinación (diferenciación, acoplamiento, reacción, orientación, equilibrio, ritmo y cambio) por medio de juegos.

---

### **OBJETIVO GENERAL**

Utilizar la capoeira como una actividad recreativa, física y cultural.

---

### **OBJETIVO ESPECÍFICO**

- Desarrollar el ritmo, la coordinación motora, fuerza, flexibilidad y destreza
- Promover el ejercicio de la ciudadanía, las relaciones interpersonales y la integración social
- Desarrollar la lectura y expresión corporal
- Promover la autoestima y confianza en sí mismos

## PROPUESTA CLASES

Frecuencia: 1 vez a la semana

Duración: 1h

Espacio: local amplio, para que si pueda realizar las actividades propuestas en clase

Material: Equipo de música, colchones, conos, aros, cuerdas (para un mejor desarrollo de la clase)

Grupos:(la división puede ser hecha de acuerdo con la necesidad de la escuela)

---

## FOTOS



**GRUPO CORDÃO DE OURO**

**CAPOEIRA Y DANZAS AFRO BRASILEÑAS**