



**UEPB- UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA  
CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE  
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA - PARFOR**

**LUTAS BRASILEIRAS, A ARTE DA CAPOEIRA DENTRO DO ÂMBITO  
ESCOLAR: RELATO DAS ATIVIDADES DESENVOLVIDAS NA ESCOLA ANITA  
DE MELO BARBOSA DE LIMA**

**ANTONIO FÁBIO COSTA DE LIMA**

**CAMPINA GRANDE – PB**

**2021**

**ANTONIO FABIO COSTA DE LIMA**

**LUTAS BRASILEIRAS, A ARTE DA CAPOEIRA DENTRO DO ÂMBITO ESCOLAR: RELATO DAS ATIVIDADES DESENVOLVIDAS NA ESCOLA ANITA DE MELO BARBOSA DE LIMA.**

Relato de experiência apresentado ao departamento do curso de Educação Física pela Universidade Estadual da Paraíba, como requisito parcial a obtenção do título de Licenciatura em Educação Física.

**Orientadora:** Prof. Anny Sionara Lima Moura Dantas

**CAMPINA GRANDE – PB**

**2021**

É expressamente proibido a comercialização deste documento, tanto na forma impressa como eletrônica. Sua reprodução total ou parcial é permitida exclusivamente para fins acadêmicos e científicos, desde que na reprodução figure a identificação do autor, título, instituição e ano do trabalho.

L7321 Lima, Antonio Fabio Costa de.  
Lutas brasileiras, a arte da capoeira dentro do âmbito escolar: relato das atividades desenvolvidas na escola Anita de Melo Barbosa de Lima [manuscrito] / Antonio Fabio Costa de Lima. - 2019.

29 p. : il. colorido.

Digitado.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação EAD em Educação Física) - Universidade Estadual da Paraíba, EAD - Campina Grande, 2021.

"Orientação : Profa. Ma. Anny Sionara Lima Moura Dantas, Coordenação do Curso de Licenciatura em Educação Física - CCBS."

1. Capoeira. 2. Lutas brasileiras. 3. Estágio supervisionado. I. Título

21. ed. CDD 372.24

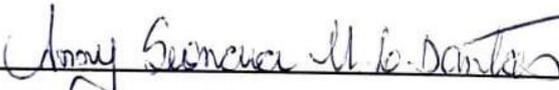
ANTONIO FABIO COSTA DE LIMA

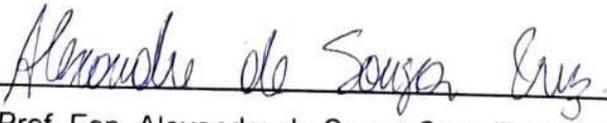
LUTAS BRASILEIRAS, A ARTE DA CAPOEIRA DENTRO DO ÂMBITO ESCOLAR: RELATO DAS ATIVIDADES DESENVOLVIDAS NA ESCOLA ANITA DE MELO BARBOSA DE LIMA.

Relato de experiência apresentado ao departamento do curso de Educação Física pela Universidade Estadual da Paraíba, como requisito parcial a obtenção do título de Licenciatura em Educação Física.

Aprovada em: 09/11/2019

**BANCA EXAMINADORA**

  
\_\_\_\_\_  
Profa. (Me Anny Sionara Moura Lima Dantas (Orientadora)  
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)

  
\_\_\_\_\_  
Prof. Esp. Alexandre de Souza Cruz (Examinador)  
PMCG

  
\_\_\_\_\_  
Profa. Me Mônica de Fátima Guedes de Oliveira (Examinadora)  
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)

## **AGRADECIMENTOS**

Inicio meus agradecimentos rendendo graças a Deus pelo dom da vida, e pela oportunidade de realizar mais um sonho que tenho desde criança, onde na época estudava a 5º Série do Ensino Fundamental quando obtive minha primeira experiência com a disciplina de Educação Física e foi amor à primeira vista, de forma a querer ser no futuro um professor que fizesse a diferença, e levasse aos alunos a dinâmica de aprender brincando.

Agradeço também a minha esposa e companheira Célia Araújo, minha filha Fabrinny, minha mãe Fatima, e de um modo geral a toda minha família que sempre esteve do meu lado, nas horas boas e ruins, me encorajando e incentivando a nunca desistir dos meus sonhos, que por mais duro e complicado que sejam com persistência e muita luta podemos alcançar um resultado melhor do que aquilo que nós acreditamos.

Não poderia esquecer meus professores, que durante todos esses anos procuraram nos ensinar e orientar de forma inigualável, para sermos excelentes profissionais dentro da Educação Física e excelentes pessoas no cotidiano, e em especial a minha orientadora professora Anny Sionara pela paciência e dedicação que teve conosco.

E a todos que fazem parte da nossa turma, que de maneira democrática sempre conseguiram superar as diferenças de ideias e opiniões, buscando sempre o melhor para todos.

## RESUMO

Este Trabalho tem como objetivo apresentar o relato de experiência como professor, atuando na área de Educação Física na disciplina de estágio supervisionado I, o mesmo teve como título: Lutas brasileiras, a arte da capoeira dentro do âmbito escolar: relato das atividades desenvolvidas na escola Anita de Melo Barbosa de Lima. Onde foi desenvolvido um trabalho na área de lutas brasileiras levando à arte da capoeira as turmas do 7º (sétimo) ano do ensino fundamental II, seguindo as normas técnicas da Base Nacional Comum Curricular (BNCC). Esse estágio teve como prioridade mostrar aos jovens alunos o valor da cultura brasileira, tentando quebrar preconceitos que vem desde nossos ancestrais, cultura essa que tem como um dos principais elementos a capoeira. A arte marcial genuinamente brasileira é praticada atualmente em mais de 150 países e em todos os continentes, disseminando o idioma português e mostrando aquilo que o Brasil tem de melhor. Durante a vigência do estágio as atividades foram realizadas na Escola Municipal Anita de Melo Barbosa de Lima, sempre as terças e quintas no horário das 14h00min às 14h50min. Seguindo sempre o plano de aula, constituído de forma objetivo e dinâmico, buscando respeitar a individualidade biológica de cada um. Desenvolveu-se um trabalho corporal muito proveitoso do ponto de vista fisiológico para alunos de ambos os sexos com faixa etária entre 12 e 15 anos de idade, sendo visível no decorrer das aulas um melhoramento no que diz respeito ao equilíbrio, resistência física, coordenação motora entre outros. No aspecto psicológico, perceberam-se avanços na confiança em si mesmo, na atenção, no respeito ao próximo e na socialização de um modo geral.

**Palavras-Chave:** Estágio. Capoeira. Lutas brasileiras.

## ABSTRACT

This paper aims to present the experience report as a teacher, working in the field of Physical Education in the supervised internship I discipline, the title was: Brazilian fights, the art of capoeira within the school: report of activities developed at school Anita de Melo Barbosa de Lima. Where work was developed in the area of Brazilian fights taking the art of capoeira to the classes of the 7th (seventh) year of elementary school II, following the technical rules of the National Common Curricular Base (BNCC). This internship had as a priority to show young students the value of Brazilian culture, trying to break prejudices that come from our ancestors, a culture that has capoeira as one of its main elements. The genuinely Brazilian martial art is currently practiced in more than 150 countries and on all continents, disseminating the Portuguese language and showing what Brazil has to offer. During the term of the internship, activities were held at the Municipal School Anita de Melo Barbosa de Lima, always on Tuesdays and Thursdays from 2:00 pm to 2:50 pm. Always following the lesson plan, constituted in an objective and dynamic way, seeking to respect the biological individuality of each one. A very beneficial body work was developed from a physiological point of view for students of both sexes aged between 12 and 15 years old, with an improvement in the course of classes regarding balance, physical endurance, motor coordination being visible during the classes. among others. In the psychological aspect, advances were seen in self-confidence, attention, respect for others and socialization in general.

**Keywords:** Internship. Capoeira. Brazilian struggles.

## LISTA DE ILUSTRAÇÕES

**IMAGEM I:** Instrumentos musicais utilizados na aula de capoeira: pandeiro, agogô, caxixí, baquetas e dobrão.

**IMAGEM II:** Principal instrumento musical das aulas de capoeira – berimbau.

**IMAGEM III:** Aula audiovisual sobre a capoeira.

**IMAGEM IV:** Alongamento dos membros inferiores.

**IMAGEM V:** Utilização da raquete para chute frontal.

**IMAGEM VI:** Brincadeiras e dinâmicas com a corda.

**IMAGEM VII:** Trabalhando as regras e o jogo da roda de capoeira.

**IMAGEM VIII:** Alunos do 7º ano da escola Anita de Melo Barbosa de Lima.

## LISTA DE SIGLAS

**BNCC:** Base Nacional Comum Curricular.

**LDB:** Lei de diretrizes e bases.

**MEC:** Ministério da educação e do desporto.

**UEPB:** Universidade Estadual da Paraíba.

**UNESCO:** Organização para a Educação, a Ciência e Cultura.

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO</b> .....	10
<b>2 OBJETIVOS</b> .....	12
2.1 OBJETIVO GERAL.....	12
2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	12
<b>3 APORTE TEÓRICO</b> .....	13
3.1 Atividade Física na adolescência.....	13
3.2 Personalidade e mudança de comportamento na adolescência.....	14
3.3 Linguagem e expressão corporal.....	14
3.4 A Capoeira na escola.....	15
<b>4 METODOLOGIA</b> .....	17
<b>5 RELATO DE EXPERIÊNCIA</b> .....	19
5.1 Local da experiência.....	19
5.2 Como se propôs o trabalho.....	19
<b>6 CONSIDERAÇÕES FINAIS</b> .....	31
<b>REFERENCIAS</b> .....	32

## 1 INTRODUÇÃO

Vivemos num mundo em permanente movimento e mudanças constantes, onde as relações entre os seres humanos sofrem alterações que em grande parte são de forma bem negativas, e com a falta de investimentos dos governantes em programas sociais diversificados e voltados para as atividades físicas, é cada vez maior o número de jovens e adolescentes em situação de risco e vulnerabilidade social, fazendo com que esses entrem de forma muito precoce no mundo das drogas e do crime.

Na cidade de Belém-PB existem adolescentes de personalidade forte, que deixam a escola para viverem nas ruas e, conseqüentemente, começam a desenvolver suas habilidades para o sentido negativo da vida. Através deste estágio supervisionado procurou-se desenvolver um processo de integração entre escola, alunos e professores através da Educação Física, onde mostrou-se aos discentes as possibilidades positivas que eles têm dentro da sociedade. Foram desenvolvidas rodas de conversas abordando o respeito ao próximo, a importância da valorização do ambiente escolar, dinâmicas mostrando o valor do trabalho em equipe e que a conclusão acadêmica será de grande importância para a sua atuação na sociedade.

Neste estágio Supervisionado trabalhou-se a modalidade de lutas brasileiras, trazendo assim uma das principais artes marciais do nosso país, a capoeira, onde a mesma vai buscar no psicológico de seus participantes um alto grau de concentração, disciplina e respeito. Como também em sua parte física uma atividade extremamente completa no ponto de vista fisiológico, a exemplo de resistência física, equilíbrio, coordenação motora, lateralidade, direção, ritmo e etc.

Um dos objetivos do estágio é levar o conhecimento de uma luta dos descendentes africanos, muito importante e considerada pela UNESCO como patrimônio cultural imaterial, despontando através da capoeira que é possível criar uma nova expectativa de vida, sem brigas e violência, e sempre procurando mostrar a importância de ser um cidadão de bem, visando que nas aulas de Educação Física o ensino da capoeira representa uma oportunidade para integração entre diferentes componentes curriculares como história, geografia, matemática, português e outros.

A didática trabalhada nas aulas foi realizada de forma lúdica e cognitiva, envolvendo os seguintes aspectos:

- Teoria - Informações gerais sobre a capoeira e sua influencia no cotidiano, conhecendo e entendendo a história da capoeira e seus fundamentos;
- História – trabalhando a capoeira do passado e da atualidade, como também a história dos mestres mais renomados;
- Cultura – preservando as manifestações populares e tradicionais brasileira;
- Esporte – nesta modalidade abordou-se a necessidade de se trabalhar o psicológico na competição, de forma individual ou em grupo;
- Dança – na dança a capoeira cria uma harmonização entre o corpo e os ritmos constituídos por suas músicas;
- Música – realizou-se um estudo da musicalidade através dos instrumentos percussivos como atabaque, pandeiros e berimbaus, além dos cantos e palmas;
- Tradição – mantendo os conceitos das tradições afro-brasileiras, evitando a decomposição de sua prática;
- Movimento – trabalhou-se a vivacidade através dos movimentos que envolvem coordenação motora, lateralidade e equilíbrio.

Contudo, mostrou-se que a capoeira pode ser considerada mais que um esporte, atividade física ou arte marcial. Podendo ainda ser vista de uma forma geral como filosofia de vida para aqueles que a praticam, pois, a mesma trabalha a inclusão, a diversidade e aquisição de valores culturais e educacionais.

## **2 OBJETIVO**

### **2.1 OBJETIVO GERAL**

Relatar as vivências e experiências adquiridas durante a atuação como professor de Educação Física no estágio supervisionado I, desenvolvendo através da capoeira um aspecto intelectual sobre a cultura afro-brasileira.

### **2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Demonstrar as metodologias usadas nas aulas através da temática: lutas brasileiras.
- Buscar no aluno uma valorização sociocultural através da capoeira nas aulas de educação física.
- Fazer com que os discentes passem a se integrarem de forma respeitosa, cooperativa e harmoniosa no convívio social.

### 3 APORTE TEÓRICO

#### 3.1 Atividade Física na adolescência

Não unicamente na adolescência mais em todas as fases da vida, a atividade física é extremamente importante para aquele que a pratica. Não apenas por seu lado físico-motor, mas também pelo desenvolvimento e amadurecimento intelectual de sua personalidade. Aqueles que a praticam tendem a melhorar o trabalho em equipe, o respeito às individualidades biológicas, e conseguem administrar as vitórias e derrotas ocorridas em seu cotidiano. Para Araki e Carbone (2015, p. 40),

O importante é respeitar o corpo, não se esquecendo de que ele ainda está em formação. O excesso de exercício se torna nocivo nessa fase, que precisa de acompanhamento profissional para que exageros sejam evitados. Uma lesão em um corpo em desenvolvimento pode cobrar seu preço na vida adulta.

Os autores mostram que a atividade física praticada de forma correta vai favorecer o conhecimento do seu corpo, como também o desenvolvimento moral e intelectual, melhorando a convivência na sociedade e sua auto-confiança. Segundo o Referencial Curricular Nacional para Educação Infantil: “As crianças se movimentam desde que nascem adquirindo cada vez mais controle sobre seu próprio corpo e se apropriando cada vez mais das possibilidades de interação com o mundo”. Desta forma, a atividade física pode ser trabalhada desde a infância até a velhice, para promover no praticante uma melhor qualidade de vida.

O Referencial Curricular Nacional para Educação Infantil especifica ainda que: “o trabalho com movimento contempla a multiplicidade de funções e manifestações do ato motor, propiciando um amplo desenvolvimento de aspectos específicos da motricidade das crianças”. Contudo deve-se sempre respeitar na criança sua idade e individualidade biológica e buscar adaptar as aulas de acordo com a fase em que ela se encontra. Entretanto a capoeira se trabalhada de forma adequada poderá ser praticada em qualquer fase da vida.

### **3.2 Personalidade e mudanças de comportamento na adolescência**

É comum ver mudanças repentinas de comportamento nos adolescentes, pois estão passando por um período de transformações além de corporais também de forma psicológica e social. Período onde se apresenta as seguintes alterações: personalidade, humor, insegurança, autoconhecimento entre outras.

Essas mudanças causam efeitos não só no corpo, mais socialmente e psicologicamente também. Deparamos com a entrada no mundo dos adultos se aproximando cada vez mais, além de outras responsabilidades que conquistamos com a idade, e a definição da personalidade. (ARAKI e CARBONE, 2015, p.43).

O autor apresenta em sua fala que ocorrem muitas mudanças nos adolescentes, contudo, observou-se durante o estágio diversas mudanças comportamentais, e deve-se enquanto professor buscar uma melhor forma de trabalhar essas mudanças no convívio com os mesmos.

Diante do exposto, notou-se também que a melhor forma de se trabalhar com esse público alvo, é buscando ganhar sua confiança e respeito, sem impor ou obrigar o aluno a participar de forma forçada das atividades. Quando há imposição o adolescente tende a participar desmotivado e não apresenta o rendimento esperado pelo professor na atividade. No entanto, quando a abordagem ao adolescente é feita de forma lúdica e convincente, buscando envolver o mesmo naquilo em que ele se identifica, ganhando sua confiança e respeito, ele irá apresentar um melhor índice de participação.

### **3.3 Linguagem e expressão corporal**

Assim como a linguagem verbal, a linguagem corporal também é uma forma de comunicação. Pode-se encontrar nela várias expressões que as identificam, a exemplo de postura, gestos, olhares e expressões faciais. Assim sendo, buscou-se trabalhar através da capoeira um pouco dessa expressão, já que na mesma,

encontramos situações onde o praticante utiliza e desenvolve muito a expressão corporal.

Ao longo do tempo, o conhecimento produzido através do contato entre diferentes povos em torno das atividades lúdicas, práticas religiosas, exercícios preparatórios para o combate, manutenção da saúde, caça e pesca acumulado e passado de geração em geração, formou o que atualmente chamamos de cultura corporal. (JUNIOR. 2010, p.11).

Através da capoeira notou-se que os alunos conseguem desenvolver de forma muito rápida suas expressões corporais, seja através dos movimentos acrobáticos, através dos fundamentos básicos ou do ritmo que ela propõe aos mesmos. De forma que,

A Capoeira é história, filosofia de vida, sentimento de brasilidade, música, dança, jogo, ritmo, amor, poesia, educação, cultura e é a arte de brincar com o nosso corpo no tempo e no espaço, não só do ponto de vista da psicomotricidade, mas da contextualização da sua própria identidade histórica. Tudo isso é movimento e se é movimento, é vida (Ribeiro, 2012, p.39, apud FREITAS, 2007 p. 18).

Ribeiro esclarece que, a capoeira é uma arte marcial completa, porque nela o praticante encontra não somente a luta, mas todo um contexto onde envolve cultura, disciplina, musicalidade e arte.

### **3.4 A Capoeira na escola**

O ensino da capoeira nas aulas de educação física representa uma oportunidade ímpar para agregar valores culturais e pessoais àqueles que a praticam. Serve também como forma de integração entre componentes curriculares como história, português, matemática entre outros, que podem ser trabalhados nas aulas de educação física, envolvendo os discentes de tal maneira que a aprendizagem ocorra de forma significativa. De acordo com o portal do MEC, a Lei nº 11.645/08 altera a Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996, modificada pela Lei

nº 10.639, de 09 de janeiro de 2003, que estabelece as diretrizes e bases da educação nacional (LDB), para incluir no currículo oficial da rede de ensino a obrigatoriedade da temática “História e Cultura Afro-Brasileira e Indígena. Uma das formas de auxiliar o cumprimento desta lei é incentivando a prática da capoeira nas escolas do nosso país, já que ela é uma das principais expressões da cultura afro-brasileira existentes nos dias atuais”.

Do ponto de vista corporal e intelectual, a capoeira tem um amplo grau de benefícios para seus praticantes. Seu grau de atenção nas aulas aumentara de forma exponencial, tão quanto a sua velocidade de raciocínio. Tendo assim consequências positivas em relação às outras disciplinas do componente curricular, e dentre outras coisas facilitará para que os alunos adquiram um alto grau de auto-estima e confiança em si próprio.

Uma opção a se trabalhar a capoeira pode ser inserir o uso da interdisciplinaridade, com uma busca interna na escola entre os professores de outras disciplinas, tais como história e geografia, por exemplo, conversando sobre questões do conteúdo como os acontecimentos que permeiam a história dessa arte ou os locais em que foi difundida sua prática e dentro disso se criar atividades com tais temáticas como uma forma de aumentar o interesse dos alunos. Ainda é possível aproveitar o conhecimento trazido pelos alunos em suas vivências em atividades dentro e fora da escola. (SIQUEIRA, 2016, p. 26).

O autor apresenta algumas formas de envolver a capoeira no contexto escolar, além de ser um acervo cultural e histórico a mesma pode ser trabalhada nas escolas não só como atividade física, mas também através do uso da interdisciplinaridade, buscando formas de aumentar o interesse dos educandos pelo ensino-aprendizagem.

## 4 METODOLOGIA

Este relato de experiência é um trabalho desenvolvido com o intuito de mostrar as vivências e experiências obtidas dentro do período de estágio supervisionado I, onde as atividades foram realizadas na temática da capoeira para um público com média de idade juvenil, abordando vários aspectos sociais, comportamentais e físicos. Buscando dentro da educação física uma dinâmica atrativa aos discentes. Para Lima e pimenta (2012, p. 20), “o estágio não é percebido como um apêndice curricular, mas um instrumento pedagógico que contribui para a superação da dicotomia teoria e prática”. O estágio supervisionado, portanto, institui uma atividade que abrange todas as habilidades e competências absorvidas pelos alunos, e é através dele, que o mesmo desponta suas aptidões.

Apresentou-se aos discentes a capoeira em uma abordagem cognitiva, de maneira prática e teórica, com todo seu contexto artístico, cultural, musical, histórico e marcial. As aulas envolviam dinâmicas e brincadeiras com elementos do esporte, fazendo assim com que despertassem nos mesmos a curiosidade de ser praticada. Com os instrumentos musicais a exemplo de berimbau, pandeiro e agogô, os alunos tocaram e se divertiram muito durante a aula que envolvia a musicalidade e ritmo da capoeira, com os toques denominados: angola, sombeto grande e o barravento.

Abordou-se através de uma aula audiovisual o filme: Mestre Bimba capoeira iluminada, onde foram apontados os detalhes da origem da capoeira regional e seu criador Manoel dos Reis Machado (Mestre Bimba). Foram utilizados também raquetes e aparadores de chutes para que os alunos conseguissem realizar os chutes giratórios e frontais. Trabalhou-se de forma bem objetiva a questão da importância sobre a necessidade da flexibilidade de quem pratica a capoeira, onde a mesma foi demonstrada através dos golpes e acrobacias características, visíveis principalmente sobre os membros inferiores. No entanto, a reclamação maior dos discentes foi na parte que envolvia o alongamento destes, logo é a parte mais utilizada na capoeira. Contudo, isso não desanimou os mesmos que encararam sempre as dificuldades como desafios e buscaram sempre superá-las.

Buscou-se realizar aulas lúdicas, trazendo aos alunos algumas brincadeiras e dinâmicas em grupo, utilizando materiais a exemplo de cordas, arcos e outros, onde

através das disputas entre eles a aula ficava bem mais divertida e atrativa. Fazendo assim com que muitos relembassem a alegria de brincar sem precisar sair do foco das aulas de capoeira. Tendo em vista que nos dias atuais as maiorias dos jovens procuram gastar seu tempo nas redes sociais em geral, e desta forma se afastando cada vez mais dessas expressões culturais.

Durante as aulas sempre eram perpetradas as roda de capoeira, onde na ocasião se incluiu a oportunidade de realizar uma roda de conversa sobre tudo aquilo que havia sido transmitido nas aulas, como também era feita uma avaliação contínua de caráter formativo, através da interação e participação dos alunos nas atividades propostas e o desenvolvimento dos mesmos na temática abordada. Nesta hora também aproveitou-se para ouvir os mesmos sobre seus problemas e vivencias dentro do cotidiano, dando oportunidade de vez e voz a eles, mostrando os seus papeis e sua importância dentro da sociedade, educando-os através da capoeira e da Educação Física como disciplina.

## **5 RELATO DE EXPERIÊNCIA**

### **5.1 Local da experiência**

O estagio supervisionado foi realizado na Escola Municipal de Ensino Fundamental Anita de Melo Barbosa de Lima, situada na cidade de Belém-PB, onde a mesma ofereceu uma excelente estrutura física para o desenvolvimento das aulas práticas e teóricas. Tendo também o total apoio do gestor Marcelo e do professor de educação física Leandro.

A escola Anita de Melo dispõe de uma estrutura física de excelente qualidade em relação às outras escolas públicas da região, atualmente ela está com mais de 200 (duzentos) alunos matriculados e oferece 10 (dez) salas de aulas, além de sala de mídia, biblioteca, auditório e etc. Desta forma, proporcionando aos discentes condições de desenvolver suas capacidades e descobrir seus conhecimentos adquiridos durante o período escolar.

### **5.2 Como se propôs o trabalho**

Desde a infância sempre tive o sonho de ser um profissional na área de educação física, e buscar fazer diferente daquilo que se é visto geralmente nas escolas dos dias de hoje, onde geralmente alguns professores dessa disciplina entregam uma bola aos alunos e os deixam soltos pra jogar, aproveitando assim pra utilizar suas redes sociais durante o período de trabalho, ou até mesmo ficar conversando com outros docentes durante o expediente. Desta forma alguns docentes ficaram com fama de preguiçosos, e a educação física na maioria das escolas se resume a brincadeiras na quadra.

Durante o curso de Educação Física, vimos que esta disciplina é muito mais completa do que imaginávamos, tanto nas questões científicas como nas questões pedagógicas, nos fazendo vê-la de uma forma totalmente diferente daquilo que idealizávamos. Estudamos as didáticas de abordagem ao ensino, de forma a buscar meios de aprendizagem distintos para cada caso de aluno, estudamos não só a

fisiologia do corpo e dos exercícios, como também o processo e o respeito da individualidade biológica de cada ser humano.

Chegando à reta do final do curso, observamos que estamos totalmente diferentes de como éramos na questão de conhecimento da disciplina, e esse conhecimento adquirido durante esses 04 (quatro) anos serviu de guia para todas as dificuldades que surgiram durante os períodos de estágios supervisionados que foram realizados.

Começamos o estágio supervisionado I escolhendo a turma do 7º ano do ensino fundamental, onde durante a apresentação foi observado que partes dos alunos estavam na aula, mais não queriam participar das atividades elaboradas pelo professor Leandro, principalmente os do gênero feminino. Onde logo constatamos que os jovens de hoje estão cada vez mais distante da cultura de nosso país, se vê uma falta de interesse muito grande por parte dos mesmos nos jogos, brinquedos e brincadeiras que em anos atrás tinham uma participação excelente. Hoje os adolescentes têm preferência pela tecnologia a exemplos de Smartphones, Tabletes, Notebooks e etc.

Tendo uma primeira vivencia com a turma, buscou-se elaborar o plano de aula de forma que viesse a despertar nos alunos o interesse e a curiosidade sobre o assunto no qual nos dispomos a ministrar. E de acordo com a série na qual estagiaríamos, escolhemos o tema “lutas brasileiras”, tema essa que se encontra na Base Nacional Comum Curricular (BNCC), abordando a capoeira de uma forma geral. Os planos de aula foram feitos de forma contínua e objetiva, dentro do contexto infanto-juvenil.

Ao desenvolver os planos de aula procurou-se deixa-los o mais dinâmico possível, com intuito de atrair a turma de forma a participar das aulas. Tendo em vista que eles não se identificaram com o tema aos poucos conseguimos mostrar que as aulas eram totalmente diferentes daquilo que eles imaginavam. Já que os mesmos associavam a capoeira ao lado da religiosidade Africana.

No inicio da primeira aula foi abordado à questão histórica da capoeira através de vídeos e rodas de conversa, mostrando que a mesma não é religião e sim o capoeirista é quem geralmente segue uma religião, seja ela católica,

evangélica, candomblé entre outras, fazendo assim com que os alunos tivessem uma visão da capoeira como luta, esporte, arte, dança e etc.

Dentro das aulas de educação física procurou-se abordar todos os aspectos da capoeira, e buscou-se trabalhar não somente a parte corporal que é muito bem desenvolvida dentro da luta, como também sua parte social e educacional, já que a mesma por ser uma arte marcial, cobra de seus participantes o respeito ao próximo e a disciplina na sua totalidade.

Logo os ensinamentos da capoeira se enquadram em todos estes parâmetros, se tornando uma excelente ferramenta para a Educação Física, visto que todos os movimentos, entre golpes e dança, utilizam todos os músculos do corpo. Quando se está em uma roda de capoeira o corpo nunca se encontra em repouso, todos os participantes, até mesmo os que não estão lutando, incentivam com danças, palmas e canções. Além destes, a capoeira também estimula aspectos psicomotores que são conjuntamente desenvolvidos a partir da aplicação das variadas formas de movimentos. Dentre elas, podemos citar a coordenação motora, que é altamente otimizada nesta prática, já que está se faz necessária desde os movimentos básicos, como a ginga, até os mais complexos utilizados entre ataques e defesas. (SIQUEIRA, 2016, p. 22)

Diante do exposto, o autor mostra a importância da capoeira desde o início da aula até a roda, onde mesmo quando não está jogando, está atento aos movimentos, ao mesmo tempo em que bate palmas e canta.

De uma forma geral, a satisfação com o resultado obtido nesse estágio é imensa, pois, mesmo em pouco tempo foi possível observar uma evolução muito grande na participação dos alunos dentro das aulas, como também um maior compromisso com o conhecimento e a disciplina. No papel de estagiário fiquei alegre com o trabalho realizado, sempre em conjunto com o professor de Educação Física Leandro e todo apoio recebido por parte do Diretor Marcelo e pelos profissionais da Escola Anita de Melo Barbosa de Lima.

**IMAGEM I:** Instrumentos musicais utilizados na aula de capoeira: pandeiro, agogô, caxixí, baquetas e dobrão.



**FONTE:** Arquivo pessoal, agosto/2018.

**IMAGEM II:** Principal instrumento musical utilizado nas aulas de capoeira - berimbau



**FONTE:** Arquivo pessoal, agosto/2018.

**IMAGEM III:** Aula audiovisual sobre a capoeira.



**FONTE:** Arquivo pessoal, agosto/2018.

**IMAGEM IV:** Alongamento dos membros inferiores



**FONTE:** Arquivo pessoal, agosto/2018.

**IMAGEM V:** Utilização da raquete para chute frontal.



**FONTE:** Arquivo pessoal, agosto/2018.

**IMAGEM VI:** Brincadeiras e dinâmicas com a corda.



**FONTE:** Arquivo pessoal, setembro/2018.

**IMAGEM VII:** Trabalhando as regras e o jogo da roda de capoeira.



**FONTE:** Arquivo pessoal, setembro/2018.

**IMAGEM VIII:** Alunos do 7º ano da escola Anita de Melo Barbosa de Lima.



**FONTE:** Arquivo pessoal, setembro/2018.

**UEPB- UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA****CURSO:** Educação Física      **Turma:** A (PARFOR)**PROFESSORA:** Anny Sionara**ALUNOS:** Antônio Fabio Costa de Lima / Paulo José da Silva**ESTÁGIO SUPERVISIONADO I****Plano de Ensino****Objetivo Geral:**

- Desenvolver nos alunos através da capoeira um enfoque corporal e intelectual sobre nossa cultura nacional, enquanto campo de conhecimento elaborado a partir de experiências concretas e cognitivas.

**Objetivos Específicos:**

- Produzir conhecimento científico da capoeira aplicável à realidade do aluno.
- Contribuir para a formação da autoestima pessoal através da capoeira.
- Enfatizar nos alunos a sua condição de cidadão da sociedade.
- Fazer com que os alunos passem a integra-se de forma respeitosa, cooperativa e harmoniosa com as outras pessoas.

**Conteúdos:**

- História da capoeira e sua evolução através do tempo.
- Musicalidade da capoeira, instrumentos musicais e ritmos.
- Fundamentos básicos e avançados da capoeira (ginga, golpes, movimentações e acrobacias).
- Fundamentos básicos em uma roda de capoeira.

**Metodologia:**

- Aulas de forma práticas e objetivas, fazendo com que o aluno mantenha o interesse no conteúdo.

**Recursos Didáticos:**

- Berimbau, Pandeiro, Agogô, aparelho de som, raquete de chute, cordas e aparelho de DVD com TV.

**Avaliação:**

- Avaliar o aluno como um todo, observando suas emoções, afetividade, comportamento e participação nas aulas.

**UEPB- UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA****CURSO:** Educação Física      **Turma:** A (PARFOR)**PROFESSORA:** Anny Sionara**ALUNOS:** Antônio Fabio Costa de Lima / Paulo José da Silva**ESTÁGIO SUPERVISIONADO I****Plano de Aula 1****Objetivo Geral:**

- Desenvolver no aluno o conhecimento histórico sobre a capoeira.

**Objetivos específicos:**

- Fazer com que o aluno desenvolva seu senso crítico.
- Mostrar a importância da capoeira no contexto histórico brasileiro.
- Valorizar a capoeira em um contexto cultural afro-brasileiro.

**Conteúdos:**

- Mestre Bimba – Capoeira iluminada (vídeo)

**Turma e duração:**

- 7º ano - 1h40min.

**Metodologia:**

- Aula de forma áudio-visual.

**Recursos Didáticos:**

- Notebook + data-show.

**Avaliação:**

- Formativa (de forma contínua e conceitual)

**UEPB- UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA****CURSO:** Educação Física      **Turma:** A (PARFOR)**PROFESSORA:** Anny Sionara**ALUNOS:** Antônio Fabio Costa de Lima / Paulo José da Silva**ESTÁGIO SUPERVISIONADO I****Plano de Aula 2****Objetivo Geral:**

- Desenvolver no aluno o conhecimento da musicalidade na capoeira.

**Objetivos específicos:**

- Fazer com que o aluno desenvolva noção de ritmo.
- Mostrar a importância da musicalidade na capoeira.
- Apresentar aos alunos os instrumentos musicais da capoeira.

**Conteúdos:**

- Os ritmos da capoeira
- Os instrumentos da capoeira (berimbau, pandeiro e agogô).

**Turma e duração:**

- 7º ano - 1h40min horas.

**Metodologia:**

- Aulas práticas e teóricas

**Recursos Didáticos:**

- Berimbau, pandeiro e agogô.

**Avaliação:**

- Formativa (de forma contínua e conceitual)

**UEPB- UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA****CURSO:** Educação Física      **Turma:** A (PARFOR)**PROFESSORA:** Anny Sionara**ALUNOS:** Antônio Fabio Costa de Lima / Paulo José da Silva**ESTÁGIO SUPERVISIONADO I****Plano de Aula 3****Objetivo Geral:**

- Desenvolver no aluno o aumento da autoconfiança nas aulas.

**Objetivos específicos:**

- Fazer com que o aluno desenvolva autocontrole e raciocínio rápido.
- Mostrar a importância da participação nas aulas.
- Trabalhar o equilíbrio e coordenação motora através das dinâmicas.

**Conteúdos:**

- Dinâmicas de grupo e brincadeiras envolvendo os elementos da capoeira. Ex: vivo ou morto, dentro e fora, pula corda, pega-pega, pula carniça, estátua.

**Turma e duração:**

- 7º ano - 1h30min.

**Metodologia:**

- Aulas práticas e teóricas

**Recursos Didáticos:**

- 2 cordas de 5 metros.

**Avaliação:**

- Formativa (de forma contínua e conceitual)

**UEPB- UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA****CURSO:** Educação Física      **Turma:** A (PARFOR)**PROFESSORA:** Anny Sionara**ALUNOS:** Antônio Fabio Costa de Lima / Paulo José da Silva**ESTÁGIO SUPERVISIONADO I****Plano de Aula 4****Objetivo Geral:**

- Desenvolver no aluno os aspectos físicos através dos fundamentos da capoeira.

**Objetivos específicos:**

- Fazer com que o aluno desenvolvam suas aptidões físicas.
- Mostrar a importância da capoeira na luta e no esporte.
- Trabalhar o equilíbrio, coordenação e reflexo dos praticantes.

**Conteúdos:**

- Fundamentos básicos da capoeira. Ex: Ginga, esquivas, golpes de linha e golpes giratórios.

**Turma e duração:**

- 7º ano – 1h40min horas.

**Metodologia:**

- Aulas práticas e teóricas

**Recursos Didáticos:**

- Raquetes de chute e aparelho de som.

**Avaliação:**

- Formativa (de forma contínua e conceitual)

## 6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O estagio supervisionado foi de grande importância para minha vida acadêmica, foi também muito prazeroso fazer parte do processo de conscientização quanto ao valor da capoeira nas aulas de Educação Física, fazendo com que essa cultura seja cada vez mais lembrada e vivenciada por nossos jovens e crianças. Conseguimos também mostrar a diversidade temática que envolve a Educação Física tendo como alicerce a Base Nacional Comum Curricular (BNCC).

Mediante o exposto, finalizo este trabalho de forma satisfatória em ver que os meus esforços obtiveram êxito em todo o seu contexto. E essa experiência será levada por toda minha vida profissional, através dos ensinamentos adquiridos dentro deste estágio.

O trabalho com os alunos da turma do 7ºano foi concluído com êxito, onde os mesmos obtiveram uma melhora significativa no que diz respeito à participação e o comportamento em sala de aula. Houve também melhorias na autoestima, na interação entre a turma e principalmente na aptidão física de cada um.

Minhas expectativas foram alcançadas de forma extraordinária, conseguindo trazer aquilo que foi abordado na teoria, para ser realizado de forma prática e objetiva. A vivência com a escola foi bastante gratificante, onde influenciou de forma positiva a minha vida pessoal e profissional.

## REFERENCIAS

ARAKI, Denis; Carbone, P. O. **Esporte e Educação: saúde e cidadania na escola.** 1 ed. João Pessoa: JC, 2015.

BRASIL. **Base Nacional Comum Curricular.** Disponível em: <http://basenacionalcomum.mec.gov.br/wp-content/uploads/2018/02/bncc-20dez-site.pdf>. Acesso em: Out./2018.

BRASIL. **Ministério da Educação.** Disponível em: <http://portal.mec.gov.br/mais-educacao/323-secretarias-112877938/orgaos-vinculados-82187207/12989-relacoes-etnico-raciais>. Acesso em Outubro. /2019.

BRASIL. **Referencial Curricular Nacional para a Educação Infantil.** Disponível em: [http:// portal.mec.gov.br/seb/arquivos/pdf/rcnei\\_vol1.pdf](http://portal.mec.gov.br/seb/arquivos/pdf/rcnei_vol1.pdf). Acesso em Outubro./2019.

GOULART, L. F. **O FILME: MESTRE BIMBA a capoeira iluminada.** 2007.

JUNIOR, A. J. R. **Jogos educativos: estrutura e organização da prática.** 5 ed. São Paulo: Phorte, 2010.

PIMENTA, S. G; LIMA, M. S. L. **Estágio e docência: diferentes concepções.** *Revista Poíesis*, Goiás, v. 3, n. 3 e 4, P. 5-24, 2005/2006.

RIBEIRO, J. N. **Currículo Multicultural na Educação Infantil: a prática pedagógica da capoeira.** 2012. 61 f. Monografia (Licenciatura em Pedagogia) - Universidade de Brasília, Brasília.

SIQUEIRA, B. P. **A capoeira como instrumento de trabalho nas escolas no município de Marica-RJ.** 2016. 31 f. Monografia (Licenciatura em Educação Física) - Universidade Federal Fluminense, Niterói.