

Editorial

Nesta edição o Boletim Eletrônico CPPA fala sobre um importante evento da Associação Cultural Companhia Perna Pro Ar: o I Batizado Especial CPPA e Apae Mateus Leme. O evento foi realizado com muito orgulho, carinho e emoção e esperamos transmitir um pouco desses sentimentos aos nossos leitores. O Boletim trás ainda informações sobre Capoeira e Treinamento Esportivo.

:: I Batizado Especial CPPA e Apae Mateus Leme

Por Priscila Paiva

No dia 28 de agosto "os alunos da capoeira da Apae de Mateus Leme se superaram e apresentaram um espetáculo digno de nota!" Essas foram as palavras de Cristina Raquel, Diretora da Apae de Mateus Leme. Para a diretora esse foi um momento de realização para a entidade. O evento marcou ainda o encerramento da Semana Nacional da Pessoa Portadora de Deficiência Intelectual e Múltipla de 2010.

Para Mariana Caiaffa, a Professora Maritaca da Companhia Perna Pro Ar que acumula os cargos de psicóloga da Apae Mateus Leme e responsável pelos treinos dos alunos "o batizado de Capoeira é o momento mais importante para um aluno de capoeira, é a hora dele ser apresentado para a comunidade capoeirística e de ser reconhecido como um verdadeiro capoeirista. Para os alunos da APAE, além de proporcionar esse momento, o batizado se tornou mais um espaço de inclusão desses alunos na sociedade. Eles estão disputando um espaço na roda da vida e conseguir realizar esse evento para eles é uma grande vitória pessoal minha."

O Batizado contou com a presença dos alunos de capoeira da Apae Lagoa Santa. O Contra Mestre Boca de Peixe, responsável pelos treinos desses alunos, conta que tem pouco tempo que começou a trabalhar com as pessoas especiais, mas neste tempo aprendeu muito. "Devagar, aliando observação e a experiência de outros trabalhos, conseguimos desenvolver e ajudar as crianças e adolescentes a gostarem da capoeira. Seja ele em forma de jogo, canto e/ou música." O Contra Mestre ressalta que se sente muito bem com o carinho e a atenção que recebe desses alunos. "Tento retribuir na mesma altura e confesso que fico emocionado e aprendo outros valores na vida! É o aprendizado que Deus me enviou!"

Para encerrar seu depoimento o CM Boca de Peixe deixa sua mensagem "jogar capoeira com os meninos da Apae e o Batizado é muito importante para todos, a convivência, carinho, diversão, musicalidade, socialização são os pontos fortes deste evento! Uma verdadeira troca de energia positiva!"

Pelos depoimentos acima se percebe que o Batizado foi um momento de grande emoção para os alunos das Apaes Mateus Leme e Lagoa Santa, seus professores e para todos que de alguma forma estiveram envolvidos na realização desse evento. Um momento também de aprendizado e superação, adjetivos constantes na capoeira.



Capoeiristas da CPPA



Instrutor China e Aluno



Graduado Toco e Aluna



CPPA e Apae Mateus Leme

Mestre Itapoan

"A capoeira é um patrimônio dos capoeiristas" Mestre Itapoan

Raimundo César Alves de Almeida, Mestre Itapoan, nasceu em agosto de 1947 em Salvador/BA e começou a praticar a Capoeira em 1964 com Mestre Bimba. Seu apelido está relacionado ao bairro de Itapuã, no qual morava e que era bem distante do centro da cidade. Entretanto, essa distância nunca foi problema para Mestre Itapoan, que sempre chegava cedo para as aulas e bate-papos com Mestre Bimba.

Sempre dedicado, treinava muito, desenvolvendo um estilo próprio de jogar capoeira. Estudava continuamente os movimentos de ataque, defesa e esquivas, sendo um expert na aplicação das rasteiras, bandas e vingativas.

Sua formatura aconteceu em julho de 1965, participando em 1966 do Curso de Especialização. Em 1967, realizou o Curso de Especialização integralmente, recebendo a graduação de "lenço amarelo". Participou de diversos grupos folclóricos da Bahia e apresentações por todo o Brasil.

Em 1972 fundou, juntamente com Mestre Xaréu, a Ginga Associação de Capoeira com o objetivo de preservar a filosofia da Capoeira Regional e a formação de novos mestres.

Em 1982 Mestre Itapoan escreveu seu primeiro livro sobre a capoeira, intitulado "Bimba, perfil do mestre". Escreveu também "Atenilo, o relâmpago da Capoeira Regional" (1988); "Bibliografia crítica da capoeira" (1993); "A saga de Mestre Bimba" (1994) e "Capoeira: retalhos da roda" (2005). Além disso, idealizou e editou a Revista Negaça, boletim informativo da Ginga Associação de Capoeira e dois cd's de capoeira ("Mestre Itapoan e Grupo Ginga Capoeira - 100% Regional" e "Vem Camará!").

Dentista por profissão, é professor adjunto da Faculdade de Odontologia da UFBA, além de ter sido o primeiro professor da disciplina Capoeira I e II do curso de Educação Física da Faculdade de Educação da UFBA.

Seu currículo capoeirístico é vasto, assim como seu trabalho em prol da Capoeira. É reconhecido internacionalmente como grande estudioso das tradições e da vida dos personagens da Capoeira.

Recomendado

Capoeira

Organização Frede Abreu e Maurício Barros
Ed. Beco do Azougue – Rio de Janeiro, 2009.

O livro faz parte da Coleção Encontros, que visa resgatar a entrevista como meio privilegiado de comunicação.

Através de entrevistas com grandes mestres de capoeira o livro demonstra que os mestres não apenas jogaram e ensinaram capoeira, mas refletiram sobre essa arte brasileira.

Agenda

Outubro

24 - Roda CPPA na Feira Hippie BH - 10:00

Novembro

18 a 21 - X Batizado CPPA - Belo Horizonte e Pedro Leopoldo

:: Capoeira e Treinamento Esportivo: As capacidades coordenativas

Por Mário Simim

Partindo do advento da Luta Regional Baiana e posteriormente da metodologia do Grupo Senzala, a capoeira passou a ser vista com uma vertente esportiva. A partir desse ponto, é que iniciamos um série de textos abordando a Capoeira e o Treinamento Esportivo. Cabe aqui destacar que ao abordar esse assunto não estamos querendo transformar os capoeiristas em atletas, e sim, procurar trazer informação para o processo de treinamento da capoeira.

De uma maneira geral, treinar significa preparar-se para uma tarefa; explorar o desenvolvimento de uma capacidade ou habilidade, ou seja, o treinamento busca a elevação do rendimento e a melhoria da aptidão física global. Assim, o primeiro ponto a ser observado pelos mestres e professores de capoeira está relacionado às características específicas e necessárias para o "jogar capoeira"¹, ou seja, quais as capacidades motoras (coordenativas, físicas ou mistas), psicológicas, técnicas/táticas, sócio-ambientais são necessárias para o desenvolvimento do aluno.

Nesse texto, vamos abordar algumas informações sobre as capacidades coordenativas por serem fundamentais para as atividades da vida em geral, para a aprendizagem de novos movimentos e para as capacidades técnicas.

As capacidades coordenativas utilizadas na capoeira são:

- 1. Capacidade de equilíbrio:** capacidade de manter ou recuperar o estado de equilíbrio do corpo, muito utilizada em movimentos de floreio e nos golpes.
- 2. Capacidade de orientação:** capacidade de determinar o espaço disponível e atuar nele, necessária para compreender o espaço de jogo, o espaço da roda.
- 3. Capacidade de ritmo:** capacidade de registrar e reproduzir por meio de um movimento em ritmo dado, muito importante para saber jogar a capoeira na cadência do toque do berimbau.
- 4. Capacidade de reação:** velocidade com que um sinal é detectado, ocorrendo uma resposta a este estímulo, necessária no jogo de Pergunta-Resposta da capoeira.
- 5. Capacidade de adaptação:** ajustar o programa de ação às novas situações, importante para a mudança de um movimento ou mesmo na mudança de direção desse movimento, a transformação do jogo.
- 6. Capacidade de acoplamento:** unir movimentos parciais diferentes do corpo, tornando-os uma só seqüência.
- 7. Capacidade de diferenciação:** qualidade do movimento, necessária para saber a velocidade e posição correta do movimento / golpe.

Em síntese, é importante que na estruturação dos treinamentos os mestres e professores procurem levar em consideração o trabalho das capacidades coordenativas para que o capoeirista possa adquirir uma "inteligência motora"².

Em uma outra edição, vamos tratar das capacidades físicas, iniciando pelo treinamento de força.

¹Entende-se por "jogar capoeira" a execução das ações dentro da roda de capoeira, sem levar em consideração os aspectos históricos e culturais.

²Capacidade de aprender, compreender ou adaptar-se facilmente às ações motoras com destreza mental.

CRÉDITOS

Editorial e Diagramação: Priscila Paiva / Publicitária / Monitora
Colaboradores: Mário Simim / Educador Físico / Graduado Toca e Teca Lobato / Jornalista / Graduada Teca **Fotos:** Acervo CPPA
Supervisão: Danny Lopes / Contra Mestre Boca de Peixe
Realização: Associação Cultural Companhia Pernas Pro Ar

INFORMAÇÕES

comunicacaocppa@cppa.com.br
www.cppa.com.br / www.capoeira.de
www.twitter/Boletim_CPPA
CM Boca de Peixe (Brasil)
CM Porquinho (Europa)



Caso você não queira mais receber este boletim, envie um e-mail para comunicacaocppa@cppa.com.br com a palavra **REMOVER** no assunto.