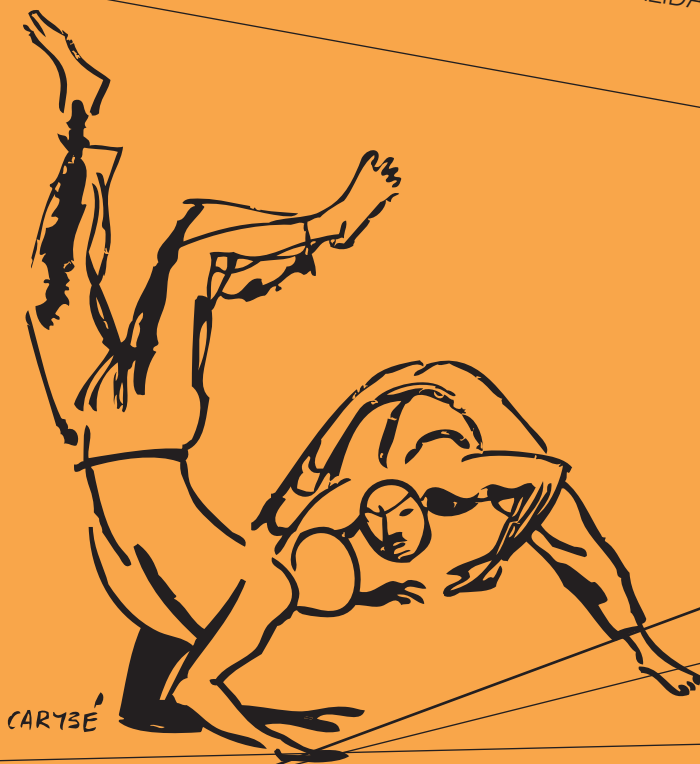


CAPOEIRA E INCLUSÃO SOCIAL

GLADSON DE OLIVEIRA SILVA
VINICIUS HEINE

A CAPOEIRA NASCEU DA LUTA DE UM POVO OPRIMIDO EM BUSCA DE LIBERDADE. A QUESTÃO DA INCLUSÃO ESTÁ NA ESSÊNCIA DA CAPOEIRA, JÁ QUE ELA FOI CONCEBIDA POR GRUPOS SOCIAIS EXCLUÍDOS. AO LONGO DE SUA HISTÓRIA, SEMPRE ESTEVE ASSOCIADA ÀQUELES QUE VIVERAM À MARGEM DA SOCIEDADE, MAS QUE SEMPRE LUTARAM PELA AFIRMAÇÃO DE SUA IDENTIDADE, DIREITOS E VALORES CULTURAIS. POR ISSO, A CAPOEIRA TEM GRANDE VOCAÇÃO PARA INCLUIR E AGREGAR PESSOAS. NA RODA DE CAPOEIRA, PARTICIPAM HOMENS E MULHERES DE TODAS AS ORIGENS, IDADES, CREDOS RELIGIOSOS, CONDIÇÕES ECONÔMICAS E GRAUS DE INSTRUÇÃO. AO SOM DO BERIMBAU, TODOS SÃO CIDADÃOS DO MUNDO, EM BUSCA DE QUALIDADE DE VIDA E DE JUSTIÇA SOCIAL.



Um grande mestre não educa apenas para a roda de capoeira.

A capoeira desempenha um papel fundamental para promover inclusão, igualdade e cidadania. As diferenças e contradições sociais estão em todas as partes: nas condições de vida, nas oportunidades de estudo e de trabalho, no acesso aos serviços fundamentais de habitação, saúde, segurança, transporte, esporte, lazer e cultura. Tudo isso vem reafirmando historicamente as desigualdades.

A capoeira, como produto da cultura popular, pode e deve contribuir para reverter esse quadro e favorecer a aproximação das pessoas, valorizando-as pelo que são, em essência, e não pelas suas condições materiais. Contribui, também, para a construção de espaços democráticos, onde todos tenham direitos e oportunidades iguais; para a compreensão das relações entre passado, presente e futuro; e, sobretudo, para despertar a consciência política e a capacidade de afirmação da cidadania e dos direitos humanos fundamentais.



■ Clínica de Capoeira CEPEUSP: integração entre grupos

CAPOEIRA E INCLUSÃO SOCIAL



O PAPEL DO MESTRE. Professores e mestres são os principais agentes da capoeira. São eles que promovem e transmitem os fundamentos às gerações mais novas, que determinam os princípios, as normas, os valores e a filosofia que nortearão o seu trabalho e que influenciarão o comportamento e a formação dos seus alunos. Os alunos refletem, em grande medida, o exemplo e o modelo apresentado pelo mestre. Por isso, a responsabilidade desses agentes sociais, que trabalham diretamente na formação integral dos seus alunos. O modelo de educação da capoeira é diferenciado do modelo de educação tradicional de uma escola, já que a relação entre mestre e discípulo transcende a sala de aula e integra diferentes aspectos da vida do educando.

Um grande mestre não educa apenas para a roda de capoeira. Educa para a vida em suas diferentes dimensões. É preciso conhecer e cuidar de cada aluno o mais profundamente possível, assim como conhecer sua realidade fa-

miliar, escolar e comunitária. Saber ouvir é fundamental, do mesmo modo que compartilhar, trocar e estabelecer parceria com os alunos e incentivá-los, apoiá-los, oferecer-lhes suporte emocional e intelectual, sabendo, é claro, que nem sempre é possível resolver todos os problemas do aluno. E essa não deve ser efetivamente a intenção. Trata-se de oferecer uma orientação que o ajude a encontrar o melhor caminho. Ser mestre é, em muitos momentos, ser pai, ser amigo, ser irmão.



■ Evento Projeto Liberdade Capoeira: Confraternização

FILOSOFIA INCLUSIVA. Inclusão social é uma filosofia de trabalho e, para que ela exista, é preciso ter compromisso com a causa das minorias, dos menos favorecidos e dos que se sentem excluídos.

Nesse sentido, a inclusão social deve ser entendida como um processo, uma construção coletiva, que busca a superação da discriminação, do preconceito, da intolerância, das desigualdades e dos conceitos estereotipados. Cada um de nós carrega em si uma dificuldade, um limite que se manifesta no encontro com o outro. Nesse processo de negociação, é preciso enxergar os pontos de vista pessoais, alheios e coletivos, encontrando respostas equilibradas, que promovam unidade, cooperação e camaradagem. Cada situação do dia a dia oferece-nos oportunidades de trabalhar em prol da inclusão. Na família, na escola, no bairro, no trabalho... é preciso gingar sempre no jogo da inclusão social.

PEDAGOGIA DA INCLUSÃO. A capoeira que se propõe ser inclusiva deve ser cuidadosa em seus métodos e em suas bases pedagógicas. Deve promover a reflexão e o exercício diário dos valores. Deve ter como base a afetividade e o estabelecimento de vínculos saudáveis e construtivos que contribuam para a formação da identidade dos seus

praticantes. Em todo o Brasil, têm proliferado os trabalhos do terceiro setor em diversos projetos junto às comunidades. A capoeira vem ocupando espaço de destaque nesse contexto e oferecendo contribuições significativas para a inclusão social.



■ Projeto Porta Aberta: Capoeira e Cidadania

A fim de que a capoeira se consolide como espaço de inclusão, é necessário que prevaleça a construção do conhecimento, o diálogo e o intercâmbio. É preciso estimular a comunicação, a interação e a participação dos alunos nas ações que envolvem a capoeira como elemento vivo da sua comunidade. É preciso entendê-la a partir dos referenciais históricos, sociais e culturais sobre os quais foi construída. Desde seus primórdios até os dias atuais, a capoeira construiu sua identidade por meio da luta e da resistência social contra as desigualdades e injustiças. É essencial respeitar o aluno e tudo o que ele traz consigo na sua bagagem de vida. Considerar as particularidades de cada aluno é dialogar com a sua identidade, sua história de vida e sua visão de mundo. Aceitação, tolerância e respeito às diferenças são pilares essenciais para a construção de uma cultura de paz para o nosso planeta. É preciso estimular a integração, incentivar potenciais e capacidades. Para ser capoeira é preciso ter vontade de aprender, assimilar as regras e a dinâmica do jogo e acreditar em si mesmo. A capoeira aceita todos. Cada um com sua contribuição, cada um com o seu toque, cada um com a sua ginga e sua presença.

Na capoeira é necessário que prevaleça o princípio da cooperação acima do da competição. Cooperar significa apoiar, sustentar, compartilhar, somar. Significa que há sempre espaço e recursos para todos. Pode-se trabalhar, construir e ganhar em conjunto. Acima de tudo, é preciso que prevaleça o "jogar com" e não o "jogar contra" para que

Gradativamente, a capoeira vem promovendo inclusão de pessoas que, até bem pouco tempo, estavam distantes e separadas da sua prática.

a capoeira realmente cumpra seu papel de incluir pessoas com diferentes condições sociais.

Um trabalho com essas características tem como um dos seus objetivos principais a construção e o desenvolvimento de cidadãos conscientes, verdadeiros líderes comunitários, capazes de promover transformação do seu entorno imediato e do seu país como um todo. Cidadãos com capacidade de tomar decisões que promovam o bem estar e a justiça para a sociedade em que vivem.

“Capoeira é para homem, menino e mulher”



■ Evento CEPEUSP: Dinâmica com os pais

CAPOEIRA E INCLUSÃO SOCIAL



Gradativamente, a capoeira vem promovendo inclusão de pessoas que, até bem pouco tempo, estavam distantes e separadas da sua prática. A presença das mulheres, por exemplo, era um acontecimento raro. Havia muito poucas. As que se arriscavam a entrar na roda ganhavam notoriedade. Aos olhos do preconceito, capoeira sempre foi coisa para homens, “como é possível uma mulher pensar em misturar-se neste ambiente?”. Nos últimos anos, essa realidade vem sendo modificada radicalmente e, em alguns grupos, as mulheres chegam a ser maioria nas aulas e nas rodas. São realizados encontros femininos de capoeira, nos quais são discutidos temas relacionados com a afirmação e a valorização da mulher na e por meio da capoeira. Na capoeira não existe distinção entre roda feminina e masculina. São iguais as possibilidades para mulheres e homens, que jogam, cantam e tocam de igual para igual. Existem respeito e integração de gênero.

CAPOEIRA DOS OITO AOS OITENTA. Crianças a partir de dois anos de idade tem iniciado sua prática em escolas no Brasil e no mundo. Em muitos centros educacionais,

tem sido reconhecido todo o potencial da capoeira como instrumento de desenvolvimento integral do ser humano. Mais recentemente, importantes trabalhos foram realizados com pessoas idosas, que têm demonstrado ser a modalidade uma excelente aliada na promoção da sua qualidade de vida. Cada um joga dentro de suas capacidades, dos seus limites e muitas vezes esses limites são mais amplos do que se imagina. E mesmo quem acreditava não ser capaz, pode se surpreender com as possibilidades que a capoeira oferece em termos de movimentos e de convivência social.

Além do jogo em si, com seus movimentos de ataque, defesa e acrobacias, o que mais atrai os idosos à prática da capoeira é o seu lado lúdico, artístico e sociável. O movimento espontâneo, alegre e prazeroso é essencial. Pertencer a um grupo, estar entre amigos, relacionar-se e interagir com o outro são aspectos fundamentais para a saúde integral do ser humano em todas as idades e, especialmente, na terceira idade.

CAPOEIRA ESPECIAL. Quando falamos em inclusão não podemos deixar de falar dos portadores de necessidades especiais, entre essas o que é mais importante: a capacidade de acreditar na vida e de superar limites, dar a volta por cima, desenvolver o seu potencial e alcançar seus objetivos. Também para essas pessoas, a capoeira tem representado um grande instrumento de desenvolvimento biológico, psíquico e social. Os portadores de necessidades especiais conseguem aderir à prática da capoeira, seja realizando movimentos, tocando ou cantando. Muitas novas metodologias têm sido desenvolvidas para o ensino da capoeira para essa população. Cada vez mais, vemos a capacidade de inclusão da capoeira ser ampliada. Há grupos de trabalhos constituídos exclusivamente por portadores de necessidades especiais e há grupos heterogêneos compartilhando o mesmo espaço, o que tem trazido resultados surpreendentes. Pessoas são especiais por diversos motivos, mas principalmente por terem um nível de sensibilidade diferenciado. O que em um primeiro momento pode gerar uma limitação, na verdade passa a ser um desafio, que, quando superado, traz felicidade e realização pessoal.

CAPACITAÇÃO PROFISSIONAL. Outro elemento essencial dentro do processo de inclusão por meio da capoeira é a necessidade de capacitar os seus agentes (mestres, contramestres, professores e monitores) e de oferecer conhecimentos e metodologias que aumentem a capacidade de trabalho desses profissionais. Entre os capoeiristas, existem pessoas muito criativas, inventivas e com grande força de vontade e capacidade realizadora, que, apesar dos poucos recursos materiais, desenvolvem trabalhos extraordinários, dignos de aplausos, reconhecimento e, principalmente, maior incentivo.

No Brasil, o Governo vem reconhecendo cada vez mais o potencial da capoeira em promover cidadania e vem oferecendo recursos para programas que envolvem a modalidade. No entanto, dada a dimensão e o potencial da capoeira, as ações ainda têm muito a crescer. É preciso atuar de forma mais consistente, produzindo conhecimento e promovendo ações sistemáticas, planejadas e continuadas de capacitação e educação dos seus educadores. O que se vê são iniciativas isoladas, dentro de alguns grupos. Existe pouca articulação e troca de informações. Muito do que se faz é produto da criatividade e da iniciativa individual de alguns mestres e professores de capoeira. Ações integradas entre Governo, universidades e a comunidade da capoeira devem ser priorizadas.

CAPOEIRA EM FAMÍLIA. No processo de educação e inclusão por meio da capoeira, a presença e a participação da família são de grande importância. Pais, irmãos, tios, avós, primos e filhos são o núcleo de referência mais próximo ao aluno. É na família que o aluno tem suas primeiras experiências de vida. Em grande parte, o que ele vive no seio da família influenciará muito o seu caráter, os seus sentimentos, comportamentos e atitudes.



■ Evento CEPEUSP: a Ludicidade na Capoeira

Infelizmente, sabemos que a realidade de muitas famílias, hoje em dia, é de desestruturação e conflito. Em especial, os conflitos entre os pais afetam fortemente as crianças, que podem desenvolver comportamentos inadequados e inabilidades sociais em função desses eventos. Agressividade, dificuldade de concentração, déficit cognitivo, revolta, dificuldade de integrar-se em grupos, de aceitar regras, baixa auto-estima, hostilidade com pessoas mais ve-

A luta da capoeira vem inspirando milhares de brasileiros a lutarem pela vida, por si mesmos e por suas comunidades. O objetivo principal do projeto é a transformação por meio da prática de manifestações culturais. É a formação de cidadãos honestos, sensíveis e participativos.

lhas podem ser reações observáveis em crianças que crescem em lares com carência de afetividade e harmonia.

No entanto, o fato de terem enfrentado dificuldades dentro de casa não deve significar problemas para as crianças. Ao encontrar e conviver com outro ambiente, onde exista amor, respeito, diálogo, disciplina e compreensão, a criança desperta em si mesma o amor próprio e a auto-estima, desenvolvendo comportamentos pessoais e sociais adequados. Passa a agir com ética e com equilíbrio tanto nas suas relações em família quanto na comunidade.

É exatamente neste ponto que a capoeira pode cumprir um papel decisivo na vida de crianças e jovens, contribuindo para a sua inclusão social ao representar esse espaço de reestruturação em suas vidas. Para tanto, é preciso que haja diálogo e confiança do mestre para com os alunos, dos alunos para com o mestre e dos alunos para com os seus pares.

INCLUSÃO MUNDIAL. A capoeira tem alcançado dimensões internacionais. Nos quatro cantos do mundo, em centenas de países, o som do berimbau se faz presente. Rússia, Japão, Alemanha, África do Sul, Peru e EUA há muito tempo entram na roda para jogar. Também no Brasil a capoeira demonstra uma ampla capacidade de incluir. Os intercâmbios entre capoeiristas de diferentes nacionalidades são uma constante. A cada ano, pessoas no mundo inteiro viajam para outros países com o propósito de trocar experiências a respeito da capoeira. Especialmente o Brasil recebe um grande contingente de adeptos, em busca de novos conhecimentos e de muita sabedoria.

CAPOEIRA E INCLUSÃO SOCIAL



UM BEM-SUCEDIDO EXEMPLO: PROJETO "PORTA ABERTA". Em janeiro de 2001, teve início no distrito do Capão Redondo, periferia da zona sul de São Paulo o projeto "Porta Aberta", que tem como atividade principal a capoeira. O projeto surgiu de uma parceria entre a Secretaria de Saúde do Município de São Paulo, a Associação Palas Athena do Brasil e a Projete Liberdade Capoeira, com objetivo de elevar a auto-estima de crianças e jovens e reduzir os índices de violência na comunidade do Capão. O "Porta Aberta" é um exemplo dos muitos projetos sociais que se proliferam atualmente no Brasil, demonstrando a vocação da nossa sociedade para oferecer soluções para os seus problemas sociais. A luta da capoeira vem inspirando milhares de brasileiros a lutarem pela vida, por si mesmos e por suas comunidades. O objetivo principal do projeto é a transformação por meio da prática de manifestações culturais. É a formação de cidadãos honestos, sensíveis e participativos.

O distrito do Capão Redondo é um grande exemplo do poder da mobilização da sociedade civil. Ao longo dos últimos anos, os índices de violência e criminalidade vêm caindo constantemente, dando lugar à vida, ao respeito e



■ Projeto Porta Aberta: Capoeira e Inclusão Social

a paz. O “Porta Aberta” é uma gota no oceano que, com certeza, faz muita diferença, pois, se ao menos um dos jovens que participam do projeto tiverem seus corações tocados e suas consciências sensibilizadas em prol do bem e da dignidade, a missão terá sido realizada. Ao longo dos seus sete anos de existência, o projeto passou por diversos momentos e algumas reestruturações. Muitos exemplos de transformação pessoal positiva têm sido observados na vida dos alunos.

A sociedade civil desempenha um papel fundamental na transformação da realidade do Brasil. Os grupos de capoeira são instituições civis organizadas e têm um grande poder de atuação frente às pessoas que deles participam. Mestres de capoeira são líderes e formadores de opinião e podem contribuir positivamente para despertar uma sociedade mais consciente, tolerante e fraterna. O processo de transformação já começou e deve continuar, promovendo cada vez mais inclusão, justiça e fraternidade entre os homens e entre as nações. *Ê volta do mundo camará!*

Referências Bibliográficas

SILVA, Gladson de Oliveira. *Capoeira: do Engenho à Universidade*. 3ª ed. São Paulo, 2003.

_____. *Revista de Capoeira*. Editora Três. São Paulo, 1983.

SILVA, Gladson de Oliveira & Heine Vinicius. *Capoeira um Instrumento Psicomotor para a Cidadania*. São Paulo, 2007 (no prelo).

LAMA, Dalai. *O Caminho da Tranqüilidade*. São Paulo: Sextant, 2000.

Todas as fotos são de propriedade dos autores e estão na página www.projetoliberaldadecapoeira.com.br

Gladson de Oliveira Silva. Professor de Educação Física e mestre de capoeira do Centro de Práticas Esportivas da Universidade de São Paulo (CEPEUSP) e do Conjunto Desportivo Baby Barioni da Secretaria de Esporte Lazer e Turismo do Estado de São Paulo.

Professor Coordenador do Projeto Porta Aberta – que trabalha com crianças e adolescentes carentes e portadores de necessidades especiais no distrito do Capão Redondo, em São Paulo.

Diretor da Projete Liberdade Capoeira – Escola de Capoeira com núcleos de trabalho em São Paulo, Rio Grande do Sul, Argentina, Peru e Espanha.

Ministrou cursos em diversos estados do Brasil e em outros países, em universidades e centros educacionais.

Vinicius Heine. Professor de Educação Física e de Capoeira do Centro de Práticas Esportivas da Universidade de São Paulo (CEPEUSP).

Professor coordenador do Projeto Porta Aberta.

Ministrou diversos cursos e palestras sobre a capoeira em diversos estados do Brasil e em outros países.

Coordenador do Centro de Estudos e Pesquisas da Capoeira (CEPECAP).

