

Capoeira escolar: Apprendre à jouer

Ce moyen didactique porte sur l'apprentissage du regard et la lecture corporelle du partenaire. Cette phase de sensibilisation à l'autre est cruciale pour maîtriser le jeu de la capoeira à deux.

Il importe, dès le début, d'attirer l'attention des élèves sur l'importance du regard. Chaque action doit être précédée d'un contact visuel.

La deuxième règle d'or à observer lors de l'introduction d'un travail plus complexe et plus réaliste consiste à déterminer clairement les rôles de chaque acteur en présence en vue de créer un véritable dialogue corporel.



En d'autres termes, une action engendrera automatiquement une réaction qui pourra à son tour être exploitée afin de développer une spontanéité et une plus grande fluidité dans le jeu, jusqu'à ce qu'il devienne harmonieux et intuitif.

Les techniques d'attaque sont essentiellement des techniques circulaires, plus lentes et plus facilement applicables que les techniques directes. Il conviendra, à chaque exercice proposé, de rechercher l'harmonie entre les intervenants, et pas seulement l'efficacité.

[Capoeira escolar: Apprendre à jouer](#) (pdf)

Source: Cahier pratique «mobile» 46/2008, Claude Grosjean, Fabio Luiz Loureiro



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO