

Capoeira Rostock e.V. Pädagogisches Konzept



1. Allgemeines

1.1. Capoeira: was ist das?

Capoeira ist ein Ausdruck der **afro-brasilianischen Kultur** und vereint **Kampf, Tanz** und **Musik**. Capoeira wurde im XVII Jahrhundert durch afrikanische Sklaven zum Zweck der Verteidigung gegen den Missbrauch durch Kolonialherren in Brasilien entwickelt.

Der größte Unterschied zwischen Capoeira und anderen Kampfkunstarten liegt im **musikalischen Aspekt**. Traditionell wird Capoeira in einem Kreis (Roda) gespielt, der aus Musikern (Bateria) und Spielern besteht (Chorus). Das Singen wird von traditionellen Musikinstrumenten begleitet: Berimbau (Saiteninstrument), Atabaque, Pandeiro (Percussion), Agogo, Reco-Reco etc.



Gerade in deutschsprachigen Veröffentlichungen wird Capoeira fälschlicherweise als ein "Kampftanz" bezeichnet. Dies mag mit dem wiegenden Charakter des Grundschritts, der zentralen Rolle der Musik sowie – anders als in anderen asiatischen Kampfsportarten – dem **wenig offensichtlichen Besiegen des Gegners** zusammenhängen. Der Begriff des "Tanzes" ist jedoch unzutreffend. Es bleibt eine kämpferische Auseinandersetzung beider Partner, die sich besser mit dem **Begriff des "Spiels"** umschreiben lässt.

1.2 Capoeira Rostock e.V.



Capoeira Rostock e.V. ist ein gemeinnütziger Verein, der seit über 10 Jahren existiert und seit vier Jahren zu einer der größten und international weit verbreiteten Capoeira Gruppen „**Cordao de Ouro**“ mit dem Hauptsitz in **Sao Paulo (Brasilien)** gehört.

Über 50 Vereinsmitglieder in Rostock und Stralsund zwischen 5 und 50 Jahren sorgen für die Verbreitung dieser Sportart in Mecklenburg Vorpommern. Jährlich nimmt der Verein an verschiedenen sozialen Projekten teil und fördert Kinder und Jugendliche durch körperliche und musikalische Motivation. Im Jahr 2012 nahm der Verein am Projekt „Integration durch Sport“ teil und arbeitete mit Kindern aus Familien, die Leistungen nach

Harz IV beziehen. Zurzeit bietet der Verein Capoeira Unterricht für Kinder am Stadtteil und Begegnungszentrum „Börghus“ in Groß Klein.

Zweimal im Jahr organisiert der Rostocker Verein in Kooperation mit **Landessportbund** und **Universität Rostock** internationale Festivals, an welchen brasilianische Kampfkunst- und Tanzlehrer aus aller Welt unterrichten. Neben Workshops findet einmal im Jahr die Zeremonie der Gürtelverteilung sowohl bei Erwachsenen, als auch bei den Kindern statt.



2. Pädagogisches Konzept: Ganzheitliche Orientierung



Capoeira ist eine Kampfkunst, die sich einem nur mit **Offenheit** und Neugier gegenüber Unbekanntem als Freundin und lebenslange Begleiterin erweisen wird. Die „Capoeiristas“ (Capoeira-Ausübende) begegnen einem Teil afro-brasilianischer Kultur in der **Bewegung**, an **Musikinstrumenten**, im **Singen** von Liedern in **portugiesischer Sprache** und schließlich natürlich über den brasilianischen Lehrer selbst.

Somit werden in einer Unterrichtsstunde mehrere Sinne angesprochen: Fühlen, Sehen, Hören. Die Kinder lernen **gemeinsam geteilt** sich zu **bewegen**, zu **singen**, zu **spielen**. Dieser ganzheitlichen Orientierung liegen drei wichtige Komponenten zugrunde.

1. Soziale Komponente

- Förderung der sozialen Kompetenz

- Integration der Kinder aus verschiedenen Lebenssituationen und sozialem Hintergrund
- Umgang innerhalb einer Gruppe

2. Kognitive Komponente

- Förderung der Konzentration
- Förderung der visuellen und auditiven Wahrnehmung
- Stressabbau
- Erlernen der Grundlagen der portugiesischen Sprache durch Gesang
- Entwicklung von Rhythmusgefühl durch Spielen der Musikinstrumente
- Stärkung des Selbstbewusstseins

3. Motorische Komponente

- Körperausdruck
- Koordination
- Ausdauer
- Kraft
- Gleichgewicht
- Geschicklichkeit in Bewegung
- Stimulation von Reflexen



3. Lernziele

Jedes Training wird im Sinne der **Einheit von Bewegung, Gesang und Musik** gestaltet. Dabei kommt dem Erlernen einfacher Capoeira-Lieder große Bedeutung hinzu. Die Schüler verbessern dadurch ihr Rhythmusgefühl und haben die Möglichkeit, die portugiesische Sprache kennen zu lernen. Auch das Wissen über die kulturelle und historische Hintergründe wird vermittelt.



Die Trainingsmethoden sind das Produkt einer langjährigen Zusammenarbeit von Meister Reinaldo Ramos Suassuna, dem Gründer der Hauptakademie in Sao Paulo, und der Fakultät für Sportwissenschaften der Universität Sao Paulo.

Die Art und Dauer des Trainings richten sich nach der jeweiligen Entwicklungsstufe des Kindes.

1) Vorschulkind (5-6 Jahre)

- Dauer: ca. 45 Min.
- Vermittlung der Grundkenntnisse über Musikinstrumente
- Singen der einfachen Lieder
- Kinder werden spielerisch an Grundbewegungen der Capoeira herangeführt

2) Grundschulkind (7-10)

- Dauer: ca. 60.
- Grundbewegungen werden erlernt
- Kinder zeigen großes Interesse an Nachahmung der akrobatischen Bewegungen (Handstand, Radschlag, Brücke etc.)
- Interesse an Regeln und Spieltechnik nimmt zu
- Gleichzeitiges Spielen der Instrumente und Singen wird praktiziert

3) Heranwachsende (11-14 Jahre)

- Dauer: 60 Min.
- Zusammenfügen der erlernten Grundbewegungen zu Sequenzen
- Verstehen des Sinns der Interaktion zwischen zwei Capoeiristas im Spiel

4) Jugendliche und Erwachsene (ab 14 Jahre)

- Dauer: 120 Min.
- tieferes Verständnis der Kampfkunst
- akrobatische Elemente werden in die kontinuierliche Bewegungssequenzen eingebaut
- verfügen über grundlegende Fertigkeiten des Spielens traditioneller Instrumente (Berimbau, Padeira, Atabaque, Agogo) und des Singens in portugiesischer Sprache
- zeigen zunehmend Interesse für gesellschaftliche, soziale und historische Hintergründe der Capoeira
- Auseinandersetzung mit Themen Abschaffung der Sklaverei, Rassismus und Gewalt

4. Qualitätssicherung

4.1 Lehrer

Marcelo Augusto da Silva Porfirio wurde in Sao Paulo geboren und trainiert seit über 17 Jahren Capoeira. Seine Ausbildung erhielt er an der Capoeira-Hauptakademie Cordão de Ouro. Seit rund sieben Jahren unterrichtet Marcelo Capoeira auch außerhalb Brasiliens. Bisher führte ihn seine Arbeit neben Deutschland in die USA, nach Österreich, Ungarn, Norwegen, Israel und die Slowakei. Dort war er als Gruppentrainer aktiv und nahm an Workshops teil.

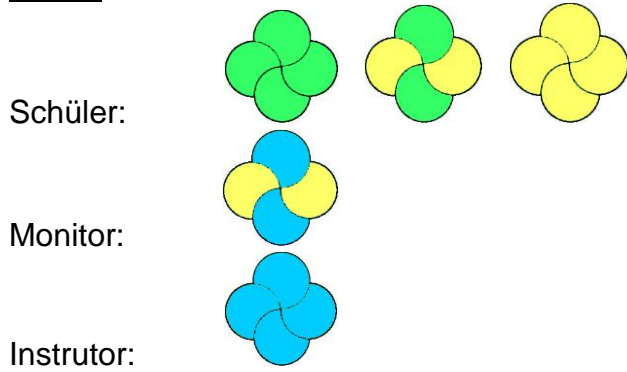
2015 erhielt er die zweithöchste Graduierung „contra mestre“ von dem Gründer der Gruppe, Meister Suassuna. Marcelo Augusto da Silva Porfirio bildet sich jährlich an der Hauptakademie Cordao de Ouro in Sao Paulo fort.



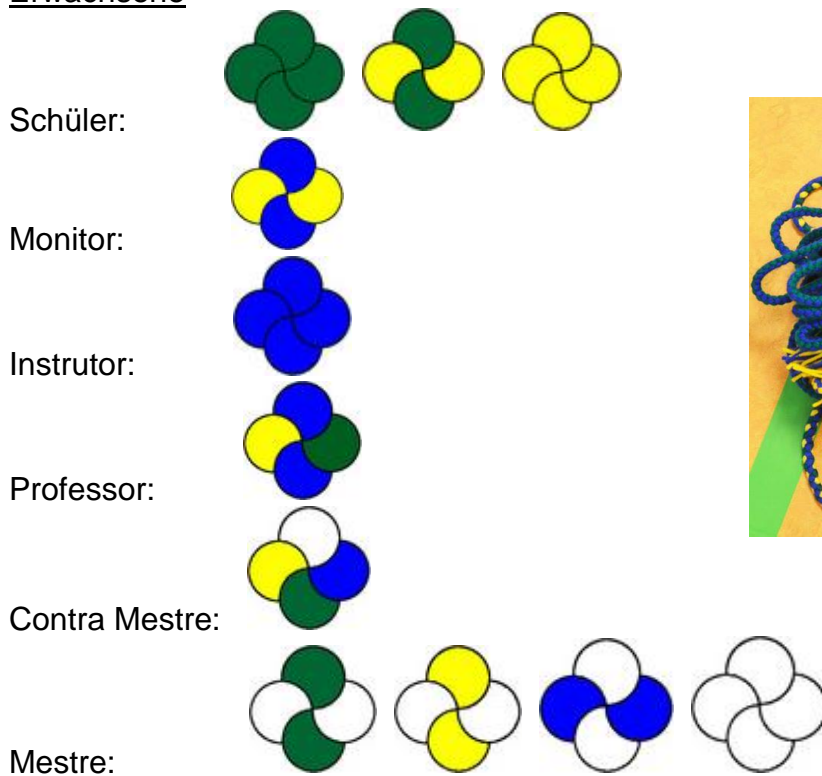
4.2 Graduierungssystem

Jedes Jahr findet die Gürtelverteilung (Batizado) statt. Der Lehrer schätzt den Schüler unter verschiedenen Aspekten ein: technisches Können, Trainingskontinuität, Beherrschen der Musikinstrumente und Gesang.

Kinder



Erwachsene



5. Kontakt

Trainer

Marcelo Augusto da Silva Porfirio
masporfirio@gmail.com

Vereinsvorsitzende

Anna Shapkina
anna-schapkina@yandex.ru
Tel. Mobil: 0176 304 24 534

