Zeitschrift: Mobile : la revue d'éducation physique et de sport
Herausgeber: Office fédéral du sport ; Association suisse d'éducation physique à l'école
Band: 1 (1999)
Heft: 2

Artikel: À la fois danse et sport de combat
Autor: Nyffenegger, Eveline
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-995868

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

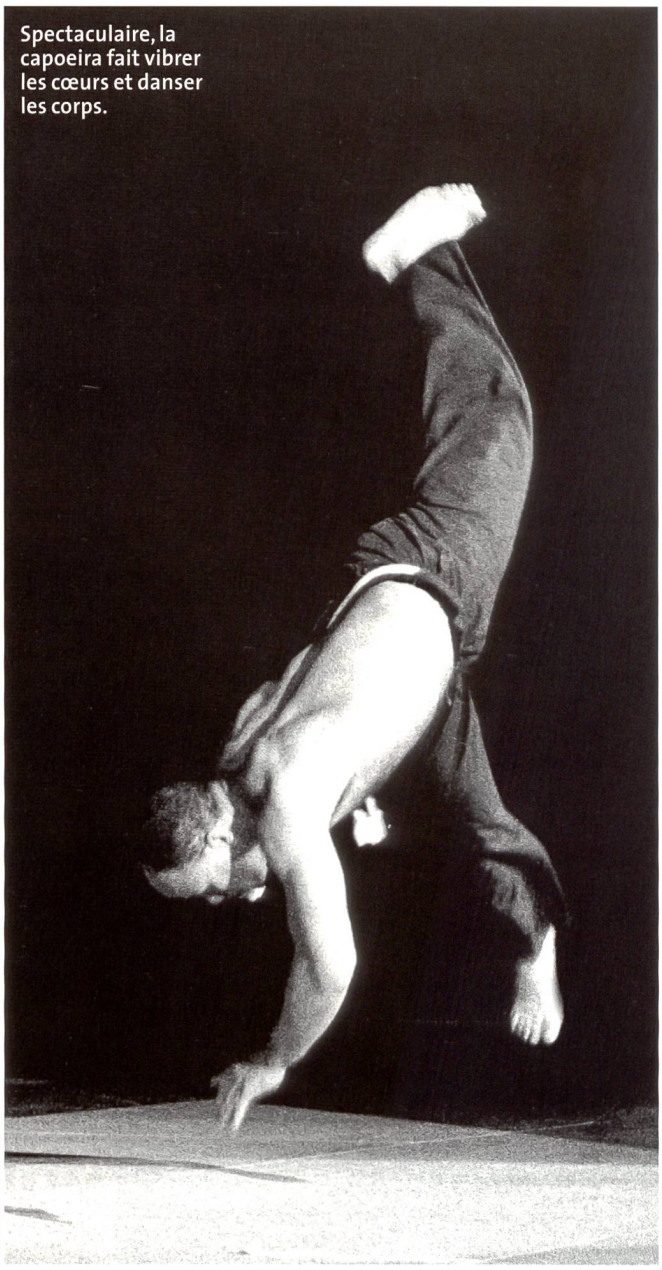
Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 13.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

La capoeira

A la fois danse et sport de combat



Spectaculaire, la capoeira fait vibrer les cœurs et danser les corps.

Photo: SWISS BUDO NEWS

La capoeira, à la fois danse et sport de combat, nous vient tout droit du Brésil où elle est aussi connue que le football et la samba! Elle séduit filles et garçons attirés par le côté spectaculaire et théâtral de cette discipline qui se pratique dans un esprit décontracté, au son d'instruments de musique spécifiques et de chants.

Eveline Nyffenegger

Les premières traces de la capoeira remontent au XVI[e] siècle, lorsque les Portugais ont introduit, au Brésil, des esclaves de leurs colonies africaines, de l'Angola en particulier. Ces derniers ont apporté avec eux les rites, coutumes et traditions de leur pays.

Moyen de défense des esclaves

La capoeira a d'abord été un moyen de défense des esclaves avant d'être une arme d'une redoutable efficacité, puis un moyen de contestation contre les pouvoirs en place. Elle a été interdite sur l'ensemble du territoire brésilien tout au long du XIX[e] siècle et les irréductibles étaient sévèrement punis. Mais elle n'a jamais pu être complètement éradiquée.

Il existe autant de styles de capoeira qu'il existe de maîtres. Chaque style a ses propres règles, ses rythmes et ses tenues vestimentaires. Cependant, Anibal Bulamarque – plus connu sous le nom de Maître Bimba – consigna en 1928 les premiers dessins de techniques capoeiristes dans un ouvrage intitulé «Ginastica National Brasileira». Les adeptes de la capoeira régionale – celle de Maître Bimba – sont de par ses richesses techniques, historiques et philosophiques, à même de jouer toutes les autres capoeiras.

Des avantages pédagogiques

La capoeira a fait l'objet d'exhibitions à Bercy, en 1998, et MC Solar en a fait usage dans certains de ses clips. Elle est toujours accompagnée de musique ou de chants. Les principaux instruments de musique utilisés sont le berimbau (symbole de la capoeira), l'atabaque (sorte de tam-tam et premier instrument utilisé), le pandeiro (apporté par les Portugais) et l'agogo (utilisé dans les écoles de samba). Les chants sont toujours en portugais. Ils racontent l'histoire de la capoeira, des légendes, des événements actuels et futurs. Les rythmes peuvent être lents (benguela), rapides (São-Bento-Grande), moyens (São-Bento-Pequeno). Ils sont joués en fonction du but visé: combattre, réfléchir, ruser, etc.

La capoeira est une activité qui présente de nombreux avantages pédagogiques. Elle se pratique sans distinction de sexes, sans différences de taille, de poids ou de force. Chez nous, l'enseignant peut, par exemple, utiliser une autre musique et inclure des mouvements de gymnastique et de danse. m

Bibliographie et sources

Petit, J.-J.: La capoeira. Une activité originale pour une pédagogie différenciée dans: Revue EP.S., 230, pp. 34–38. Paris: Revue EP.S. (1991). **ESSM MF 9222**

Magalhães, I. C.; Leprieur, B.; Forêt, E.: La capoeira. Origines et techniques illustrées. Paris: Guy Trédaniel 1998 (160 p.). **07.913**

alder + eisenhut Le disque ne fait pas la chanson