

# À la fois danse et sport de combat

Autor(en): **Nyffenegger, Eveline**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Mobile : la revue d'éducation physique et de sport**

Band (Jahr): **1 (1999)**

Heft 2

PDF erstellt am: **21.07.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-995868>

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern. Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

La capoeira

# A la fois danse et sport de combat

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<sup>e</sup> 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<sup>e</sup> 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

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

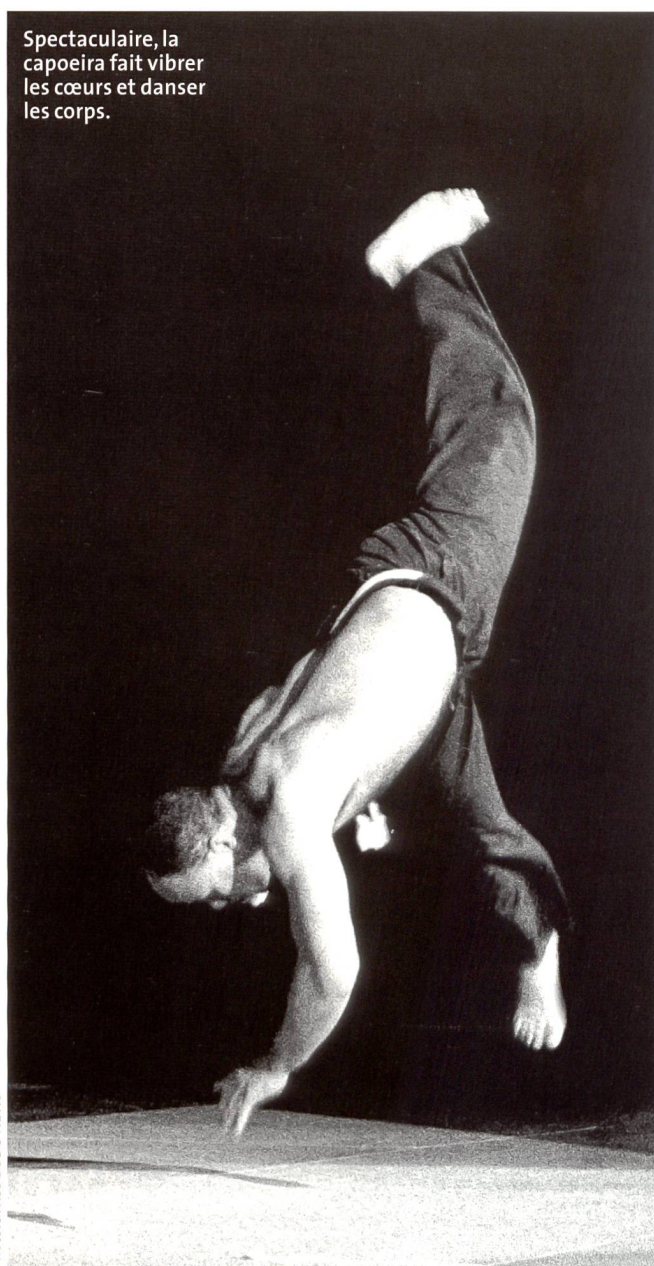


Photo: SWISS BUDO NEWS

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 EPS., 230, pp. 34-38. Paris: Revue EPS. (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

