

A PRÁTICA DA CAPOEIRA COMO OPÇÃO DE LAZER: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

JOSÉ CÍCERO CABRAL DE LIMA JÚNIOR, JOÃO MÁRCIO FIALHO SAMPAIO, RAUAN MACÊDO GONÇALVES, SHERON MARIA SILVA SANTOS, PAULO ROGÉRIO BARBOSA DO NASCIMENTO

A capoeira é atualmente reconhecida como esporte pelo Comitê Olímpico Brasileiro (COB) e possibilita, através de sua prática, um espírito de confraternização entre os amigos e libertação do stress; a mesma pode ocorrer em diversos locais como praças, escolas, clubes e associações. Caracteriza-se além de esporte, como sendo cultura, dança, luta, educação, filosofia de vida, lazer, ou mesmo, como todo esse conjunto exercido numa mesma prática. Diante das diversas áreas em que a capoeira se insere, o presente trabalho tem como objetivo investigar a capoeira como opção de lazer em um projeto de capoeira localizado no município de Juazeiro do Norte-CE. O referente estudo trata-se de um relato de experiência realizado através de pesquisa in loco em um projeto de capoeira do município de Juazeiro do Norte-CE, que integra desde crianças a adultos na prática da capoeira. A análise foi realizada durante período de aula, com observação de como a mesma ocorria, como também se realizou um breve diálogo com os participantes do projeto, com intuito de colher informações referente aos motivos de escolha da prática da capoeira. Percebeu-se que a inserção dos participantes do projeto deu-se com intuito de obter um momento de lazer, permitindo, um exercício executado com entusiasmo, prazer e diversão. Estes fatores possibilitam entender que a prática da capoeira proporciona lazer a seus praticantes, visto que o clima de descontração, satisfação e bem-estar dos envolvidos durante a aula, se sobressaem, fazendo com que sintam sensações agradáveis mediante a prática da capoeira. A partir do estudo realizado, entende-se a capoeira também, como importante instrumento de promoção de lazer, contribuindo para libertação das tensões diárias, fortalecimento de amizades, convívio mais harmonioso e aumento da autoestima de seus praticantes, quesitos que nos leva a perceber que este esporte só tem a contribuir diante da sociedade.

PALAVRAS-CHAVE: CAPOEIRA. ESPORTE. LAZER

ÁREA TEMÁTICA: EDUCAÇÃO FÍSICA

FORMA DE APRESENTAÇÃO: PÔSTER