

CAPOEIRA COM CRIANCAS NO RIO DE JANEIRO:

A CAPOEIRA COMO PRÁTICA EDUCATIVA TRANSFORMADORA

Ferradura (Omri Breda) - professor especializado em capoeira na educacao infantil

Resumo

Educadores populares carecem muitas vezes de subsídios para o entendimento consciente dos modos de vida na África pré-colonial, da dimensão histórico-social da escravidão, do papel do africano e de seus descendentes nas lutas pela liberdade no Brasil e da função emancipadora da capoeira como ferramenta cultural. Em contrapartida, professores universitários tampouco dominam estes conteúdos; e a estes ainda soma-se o revés de faltar a experiência empírica da cultura brasileira. O trabalho visa caracterizar a capoeira como prática educativa transformadora. Nesse sentido, tendo em vista o ensino socialmente comprometido, consciente e historicamente embasado da Capoeira, recorreremos aos estudos de Emília Viotti da Costa, Ricardo Franklin Ferreira, Muniz Sodré entre outros para a fundamentação teórica. Utilizamos como estudo de caso o trabalho de capoeira infantil realizado no Rio de Janeiro para ilustrar como essa pratica pode se dar. Concluimos que a transmissão da Capoeira deve ser aliada a pesquisa e a reflexão crítica. embasada em conhecimentos muitas vezes não alcança todo seu potencial social, pois a maior parte dos professores têm um conhecimento restrito, difuso e muitas vezes ingênuo e estereotipado da história do negro no Brasil, na África e na diáspora. Este fato se dá por uma razão: os próprios professores foram submetidos ao longo de sua educação a um ensino que nega e distorce sua história e restringe o seu acesso a fontes mais profundas de pesquisa e conhecimento.

Palavras-Chave: Capoeira para crianças no RJ; Educação; Identidade

Introdução

O tema aqui apresentado tem sua relevância afirmada ao levarmos em conta a urgência social de um trabalho de conscientização para os educadores populares. A capoeira, para milhares de crianças, jovens e adultos no Brasil é a primeira e, para muitos, a única fonte de contato com a história do negro¹ apresentada de forma positiva.

A Capoeira é uma arte com histórico de lutas pela emancipação negra, o que a legitima como uma manifestação cultural libertária por excelência. Enquanto prática educativa é nítida sua relevância quando observada a abrangência nacional que alcança, a inserção em todos os níveis sociais e sua adoção pelas instituições educativas da Educação Infantil ao Ensino Superior.

. Objetivos

- Apresentar o fenômeno da capoeira como prática transformadora, contribuindo para o fortalecimento da auto-estima do praticante a partir da perspectiva de pertencimento e domínio de uma arte ligada a ancestralidade africana, a identidade nacional e valorizada pela comunidade internacional.
- Embasar a prática dos educadores culturais com conhecimentos acadêmicos atuais, com vistas a torná-la mais eficaz, apta a cumprir com sua função social.
- Demonstrar como a Capoeira pode ser uma alternativa de vida para o afro descendente, política, financeira e culturalmente falando, dotando o praticante de capital cultural, simbólico e econômico

.Metodologia

¹ o termo “negro” foi utilizado pelo dominador europeu para esvaziar a identidade dos diversos povos africanos escravizados. Porém, ao longo deste trabalho é utilizado na forma moderna, como foi ressignificada pelo movimento negro: uma identificação positiva com os valores étnicos dos afro-descendentes.

Um dos marcos teóricos constitui-se na teoria do capital de Bourdieu, aliado a pesquisas sobre o conceito de identidade e o papel da capoeira na construção desta, tanto no campo individual quanto na formação de uma identidade nacional.

Teoria do capital

A teoria do capital de Bourdieu nos permite tecer relações analíticas com a capoeira. Conforme o pensamento de Bourdieu, o poder simbólico é

todo o poder que consegue impor significações e impô-las como legítimas. Os símbolos afirmam-se, assim, como os instrumentos por excelência de integração social. Através da distribuição das diversas formas de capital - no caso da cultura, o capital simbólico - os agentes participantes em cada campo são munidos com as capacidades adequadas ao desempenho das funções e à prática das lutas que o atravessam. (BOURDIEU apud CORREIA, 2002, p.18)

A capoeira pode proporcionar aos praticantes tanto a consciência política de seu conhecimento (capital cultural), quanto o respeito da sociedade (capital simbólico) e até a possibilidade de mobilidade social (capital econômico).

Capital simbólico - Conforme o praticante se insere no meio da Capoeira, uma mudança importante se processa em seu interior, ele se sente detentor de um capital simbólico. Este poder se reflete em aumento da auto estima e potencializa o poder transformador deste agente, que geralmente procura passar seus conhecimentos e experiências adiante. “Normalmente, os padrões culturais elaborados e transmitidos socialmente, por intermédio dos processos simbólicos, não só se referem ao indivíduo como também “aos demais”, que compartilham da existência de padrões comuns.” (MACHADO, 2004, *on line*)

Capital cultural - Apesar de ganhar ou não dinheiro, a capoeira retorna em benefício intangível para o indivíduo e sua coletividade. Howell (2004), a respeito de um mestre de Capoeira conhecido por “Russo” diz: “Russo, apesar de pobre, é um “intelectual orgânico” respeitado pela coletividade. Já foi à Europa e aos EUA como convidado de honra. Sua formação foi puramente cultural e é um exemplo do potencial sucesso da educação cultural preconizada por Paulo Freire” (p. 21).

É notável como muitos intelectuais brasileiros têm se debruçado sobre a capoeira. Muniz Sodré (2002), discorrendo sobre Mestre Bimba, um dos grandes capoeiristas² do

² Ou capoeiras, como também são chamado por extensão.

passado, reconhecido *post-mortem* como *doutor honoris causa*, afirma: “embora longe do mundo das letras, era uma das figuras mais cultas que já conheci.” E continua, com seu conceito de cultura:

Numerosas culturas tradicionais são basicamente simbólicas, o que equivale a dizer “corporais”, pois partem do corpo para relacionar-se com o mundo. Tal experiência implica uma cultura. De reconhecimento difícil, certo, porque nos habituamos a ver cultura apenas ali onde o conceito e a letra exercem seu mandato de onipotência. Por isso, temos dificuldade em reconhecer a sabedoria do analfabeto ou do pobre, cegos para a evidência de que culto ou sábio (e não erudito letrado) é aquele que produz saber a partir de sua precariedade no mundo. (SODRÉ, 2002, p.68)

Capital econômico - o capoeira tira seu sustento fazendo *shows*, tocando em bandas, dando aulas, palestras, construindo instrumentos de percussão, escrevendo livros, gravando discos, preparando fisicamente atores de teatro ou cinema.

Há uma infinidade de capoeiristas tirando seu sustento da própria arte, no Brasil e no exterior. Grande parte destes, são homens negros sem formação universitária, contudo são respeitados e chamados de ‘mestre’ por alunos de diversas classes sociais, muitos doutores ou mestres em suas respectivas profissões.

Pessoas sem instrução acadêmica, discriminadas em sua maioria pela cor da pele e condição social, passam a ser requisitadas para participar de inúmeros eventos, nacionais e internacionais.

A construção da identidade

Buscaremos agora analisar como a Capoeira atua na identidade individual e nacional. Para fins didáticos iremos separar a identidade individual da nacional, sem pretender, no entanto, dicotomizar o indivíduo do social.

Machado (op.cit) afirma que:

a noção de identidade foi das mais expressivas conquistas conceptuais das ciências. O seu estudo situa-se no domínio interdisciplinar que concerne à Antropologia, Sociologia, Biologia, Psicologia e Psicanálise. Trata-se de formas de representação individual e coletiva, adquirindo sentido primacial em contextos históricos e sociais definidos, especialmente quando se impõe a alteridade articulada com a cultura e a ideologia. Em última instância, a identidade consiste num fenómeno cultural, ideológico e político. Na realidade, inexistente a noção de identidade fora da estrutura sócio-cultural. A cultura é um dos fatores determinantes que predispõe o indivíduo à aquisição da identidade, seja social, ideológica ou mesmo política. (MACHADO, 2004, *on line*)

Falaremos aqui de identidade como um processo dinâmico em torno do qual o indivíduo se referencia, constrói a si e a seu mundo.

Para a criança negra, é fundamental a noção de pertencimento em um grupo social em que se veja positivamente afirmada. A escola e a educação formal não têm dado conta de suprir esta necessidade, mantendo o *status quo* e perpetuando a doença psicológica que é o sentimento de inferioridade. Crianças que não se vêem representadas positivamente tendem a criar uma identidade baseada em valores estigmatizados, impossibilitando deste forma

alterar situações de discriminação por meio de atitudes afirmativas quanto as especificidades raciais. (...) A identidade da pessoa negra traz do passado a negação da tradição africana, a condição de escravo e o estigma de ser um objeto de uso como instrumento de trabalho. A cor de pele e as características fenotípicas acabam operando como referências que associam de forma inseparável raça e condição social, o que leva ao afro-descendente a introjeção de um julgamento de inferioridade, não somente quanto ao aspecto racial, mas também em relação às condições sócioeconômicas, implicando o favorecimento de uma concentração racial de renda, de prestígio social e de poder por parte do grupo dominante. (SOUZA apud FERREIRA, 2000, p.41-42).

A capoeira, no campo da educação, é rica em símbolos e exemplos positivos. Abundam mestres e professores, afro-descendentes ou não, que julgam primordial o enriquecimento da auto-estima das crianças negras por meio do contato com sua herança cultural. Este contato pode favorecer a uma tomada de consciência e a mudança de postura por parte do educando, transformando-o em protagonista ativo de sua própria história.

Identidade individual: pertencimento histórico e pertencimento social

Há na capoeira uma interação, em mesmo nível, de pessoas das mais diversas etnias, nacionalidades, religiões, idades e níveis sociais. Muitas rodas (especialmente as de rua) são encontros ecumênicos, multiétnicos, e pluriculturais, de pessoas em busca de integração. Como afirma Sodré (op.cit.): “No Brasil, a pedagogia oficial ainda não se deu conta inteiramente das possibilidades de aproveitamento educacional desse jogo para a formação de jovens, cada vez mais moldados pela cultura do individualismo e do isolamento” (p. 81).

A capoeira dá ao praticante um senso de pertencimento histórico (ligação com o passado) e social (ligação com o presente).

Pertencimento histórico

Guerreiros africanos, negros escravizados enfrentando a polícia, matas no RJ desestabilizando o Império. Perseguidos pela polícia, enviados às prisões e a ilhas distantes no

Atlântico, atuantes na Guerra do Paraguai, na Abolição. Famosos como Madame Satã, Mestre Pastinha. As músicas de capoeira remetem constantemente ao passado, fazendo releituras constantes de fatos e personagens:

Segundo Assunção (2005) “uma das razões que fascinam os jovens capoeiristas no mundo todo é a imagem de resistência: contra o senhor de engenho, a polícia, o sistema”. (p. 2). Como fruto desta árvore genealógica, o capoeirista sente-se legítimo herdeiro deste legado, que lhe confere a dimensão histórica de sua existência e de seu papel como agente cultural.

Pertencimento social

Atualmente, a maior parte dos capoeiristas faz parte de algum grupo. A palavra grupo é constantemente enfatizada e muitas vezes acompanhada do pronome “meu” ou “nosso”. A idéia de posse dá ao praticante a idéia de pertencimento social, pois ele compartilha não só treinamentos, mas também uma visão de mundo semelhante a de seus “camaradas de grupo” e a dos demais capoeiristas.

Capra (1982) faz uma análise das relações sistêmicas, afirmando que a “concepção sistêmica vê o mundo em termos de relações e de integração” (p. 260). No caso da capoeira, isto não poderia ser mais verdadeiro. A noção do grupo como família pode passar a falsa impressão de que estes núcleos são pequenos e independentes.

Na verdade, podemos falar de uma rede de conexões mundial, interdependente e conectada, uma verdadeira *capoeira network*. Pessoas de diversos estados e países fazem parte deste imenso grupo. Há capoeira em todos os estados brasileiros, em todos os cinco continentes, nos EUA, em quase toda a Europa, incluindo o Leste Europeu, em Israel e até no Japão. Estas centenas de milhares de capoeiristas se encontram pelo mundo, em eventos, simpósios, rodas, trocando experiências e fazendo novas conexões.

As trocas culturais proporcionadas pela Capoeira, uma arte de origem afro-brasileira, podem ajudar a criança negra a se ver inserida num contexto amplo, onde suas peculiaridades são aceitas e admiradas.

Identidade Nacional

Segundo Machado (2004), “após o último pós-guerra, a questão da identidade cultural acrescida do adjetivo “nacional” transformou-se em bandeira ideológica dos Estados emergentes. Realmente, a problemática da identidade surge como forma reativa a séculos de

privação cultural, apropriação econômica e opressão social” (*on line*). Procuraremos aqui refletir brevemente sobre o papel da capoeira na construção da identidade nacional.

A capoeira foi utilizada pelo Estado Novo e também pelo regime de 68 como um dos símbolos da pátria, com o objetivo de criar uma ideologia nacional. Ao mesmo tempo, contudo, o capoeirista se apropriou deste discurso e transformou-se no detentor de um saber, que de desprezado e discriminado, passou a único e precioso. A consequência prática mais interessante desta apropriação é que o capoeira, ao mesmo tempo em que foi e ainda é marginalizado por muitos, paradoxalmente simboliza a própria cultura nacional e é por isto valorizado.

Desenvolvimento

História da Capoeira

A origem da Capoeira é incerta. A tradição oral apresenta diversas versões, desde uma suposta ligação direta com determinados rituais africanos, como a “dança da zebra” e o “N`golo”, até uma versão romântica em que o africano teria desenvolvido a capoeira como luta nas senzalas e a disfarçado em dança para evitar a vigilância dos senhores.

As modernas pesquisas levam a desmistificar versões simplistas (ASSUNCAO, 2005). É provável que a Capoeira tenha se originado num processo de vários séculos, como uma síntese espontânea das diversas formas de cultura corporal trazidas aqui por diversos povos africanos, influenciada também, em menor escala, pelas culturas indígena e européia.

Durante o Império e a República Velha a Capoeira sofreu dura repressão. Foi criminalizada no Código Penal de 1890 e somente liberada em 1934. Durante 44 anos praticar capoeira foi crime. Como bem explica Filgueira (2003): “Devido a sua origem subalterna, a capoeira é tratada como prática marginal até ser incorporada pelo Estado Novo como um símbolo de identidade nacional. Vargas, em 1954, apresenta a capoeira como o “único esporte verdadeiramente nacional”” (*on line*).

Sabemos que um dos intuitos do Estado Novo era formar uma “Nação Brasileira”, hermenêuticamente construída, isto é, baseada em símbolos de fácil identificação por parte da sociedade.

Com o passar do tempo, a cultura negra da capoeira se incorporou à sociedade e passou a influenciar a dança, as artes marciais, o esporte, a música e a literatura. Em contrapartida sofreu influências alheias a ela e absorveu modificações que a descaracterizaram, transmutando-a em bem de consumo, regrada e institucionalizada. Não era

mais o malandro a “vadiar” sua brincadeira na rua, entre a cachaça e a prostituta, e sim o atleta numa academia treinando seu esporte.

Não cabe neste estudo se estender a respeito da história, das tradições, dos estilos ou da institucionalização da Capoeira, pois muito já foi escrito sobre estes temas. Cabe porém, ressaltar que nunca o capoeirista foi passivo diante destas mudanças. Pelo contrário, independente de sua predileção pessoal, sempre se aproveitou para delas obter os maiores benefícios, sejam eles em termos de capital simbólico ou econômico.

Atualmente a Capoeira divide-se em várias correntes. Muitas vezes os membros de cada tendência clamam para si o mérito de “tradicional”, “contemporânea”, “pura”, “inovadora” etc.; mas todas partilham entre si a idéia de uma arte baseada na cultura africana e ferramenta de luta contra a opressão, a marginalização e o racismo.

Para o educador cultural de capoeira, é vital o entendimento de que sua função social não se restringe ao campo do movimento, que é sua obrigação perpetuar o legado da capoeira na luta contra a discriminação.

O primeiro passo, portanto, é a aceitação da alteridade no próprio meio da Capoeira, ou seja, enxergar todos os estilos e tendências como facetas complementares, não-excludentes entre si. Como um caleidoscópio em que diversas cores e formas compõem o quadro final transformando-se ao sabor do movimento.

O segundo passo é promover ações, atitudes e reflexões intencionais que valorizem a cultura negra, sem no entanto cair na armadilha de discriminar as contribuições das demais culturas.

. A Escola Brasileira

É urgente a necessidade de discutir abertamente o mito da democracia racial brasileira e de valorizar a identidade negra no país. Isto é essencial para que haja o aumento da auto-estima das crianças afro-descendentes e para que todos, independentemente de sua origem, possam se beneficiar de uma visão do mundo pluralista, que aceite a alteridade como complemento.

Historicamente, e como não podia deixar de ser, a escola vem reproduzindo a ideologia racial vigente no Brasil, ou seja, o mito da democracia racial, a suposta “índole pacífica” do povo brasileiro, a noção de que o preconceito é social e não racial.

A escola é por excelência, a instância transformadora que, segundo Paulo Freire, tem a obrigação de se posicionar pela mudança: “se a educação não pode tudo, alguma coisa fundamental a educação pode” (FREIRE, 1996, p.112). Infelizmente, a escola brasileira tem

se furtado deste dever. Privilegiando um enfoque eurocêntrico, incute nas crianças negras um sentimento de inferioridade e nas crianças brancas um sentimento tão nocivo quanto, o de superioridade, naturalizando assim concepções de identidade doentias.

Somente nos últimos anos iniciativas, muitas ainda tímidas, vêm sendo postas em prática. A escola pública, cujos alunos são majoritariamente afro-descendentes, deve ter preocupação dobrada em propor uma educação pluralista. Não se trata de mudar o foco de uma visão eurocêntrica para uma afro-centrada, e sim de abrir o leque para a diversidade. Se trata de reconhecer uma educação afro-includente.

Resultados

A Capoeira para crianças, como ferramenta educacional, está perfeitamente sintonizada com o moderno debate da interdisciplinaridade. Ela atua nos campos da Arte, da Música, da Educação Física, da História e se encaixa em muitos dos Temas Transversais.

Apresentaremos algumas atividades utilizadas pelo professor Ferradura, pedagogo e professor especializado em capoeira na educação infantil no Rio de Janeiro, pela escola de capoeira angola do Mestre Marrom. Recomendamos que se visite o site:

www.brincadeiradeangola.com.br capoeira para crianças no Rio de Janeiro

O educador deve utilizá-la como meio para, a partir dos cânticos, da dança e da luta, estabelecer um elo entre a criança brasileira e sua ancestralidade africana.

Encarada aqui como prática transformadora, a Capoeira deverá atingir metas maiores que as já propaladas habilidades físicas, artísticas e sociais:

- Crianças desde a pré-escola podem ser educadas a viver na diversidade. Debates, pesquisas e, principalmente, atividades lúdicas, são meios do educador alcançar este objetivo.
- O ensino de História pode partir do próprio corpo do educando. Levando-se em conta que a criança apreende o mundo através da experiência concreta, a Capoeira se revela um meio privilegiado de aprendizagem corporal. Esta nova relação de ensino-aprendizagem é quase inexistente na escola brasileira.
- A atividade física lúdica, guiada por reflexão e debate com os alunos, revela-se ferramenta inestimável para o educador.

- O jogo da Capoeira pode servir como mola-mestra para o jogo dramático. A possibilidade de vivenciar dramaticamente e sentir empatia com os personagens que se interpreta auxilia enormemente na aprendizagem e na capacidade de reflexão.

. Jogo Dramático

Podem-se dramatizar situações relacionadas à Capoeira, tais como:

- A vida nas diversas sociedades africanas. Um aluno pode ser um *griot*, ancião responsável pela manutenção da cultura oral, que conta histórias dos antepassados e propõe atividades como danças ou lutas que se assemelhem à Capoeira
- Simular a chegada do europeu na África, do ponto de vista tanto destes quanto dos africanos.
- Vivenciar, num espaço apertado e quente adaptado para “navio negreiro”, quanto tempo os alunos conseguem permanecer uns amontoados sobre os outros. Discutir como se sentiram e imaginar como seria se tivessem que fazer uma viagem de semanas desta forma.
- Interpretar uma fuga em massa, a construção de um quilombo, personagens heróicos como Zumbi dos Palmares.

. Atividades físicas

Jogos como cabra-cega, esconde-esconde e pique-bandeira, podem ser adaptadas ao ensino de História por meio da Capoeira. Dezenas de outros jogos podem ser adaptados ou criados, dependendo da faixa etária das crianças, do material disponível e da sensibilidade e imaginação do educador. O ideal é que as crianças participem do processo de criação dos jogos a partir dos conhecimentos adquiridos nas pesquisas e debates.

- Caçada Noturna (cabra-cega)

Objetivo: Apresentar as habilidades dos caçadores africanos em caçadas noturnas.

Desenvolvimento: Relacionando os conhecimentos prévios das crianças sobre animais típicos do continente africano, cada aluno interpretará um, emitindo seu respectivo som. O caçador, vendado, deve-se guiar pelos demais sentidos para pegar sua presa. O animal que for pego troca de lugar com o caçador.

- Resgate (Esconde-esconde):

Um aluno será o capitão-do-mato e os outros os africanos escravizados. O capitão do mato deve procurar os fugitivos, e estes se descobertos podem se defender com movimentos de Capoeira. Porém, se encostados pelo capitão, são retornados à fazenda, devendo lá permanecer até serem resgatados pelos companheiros.

- Quilombo (½ Pique-bandeira)

Objetivo: Interpretar as lutas dos quilombolas de Palmares contra os bandeirantes.

Desenvolvimento: Separam-se dois times em campos opostos, o dos quilombolas e o dos bandeirantes. No campo dos quilombolas haverá um espaço denominado “casa de Zumbi”. O objetivo dos bandeirantes é invadir este espaço, e o dos quilombolas é defender Palmares, capturando os invasores. Sempre que um bandeirante for pego ele deve “pagar uma prenda” escolhida pelo grupo. Caso a “casa de Zumbi” seja invadida o jogo acaba e invertem-se as posições.

.Considerações finais

O educador cultural deve se posicionar dentro da escola e dos demais ambientes educacionais no sentido de cobrar e promover ações, com professores e alunos, em que se discutam valores e atitudes visando a reformulação do currículo racista, a mudança de atitudes, o debate aberto em relação a temas tabus como discriminação e preconceito racial.

A omissão pode ser tão nociva quanto a ação racista, pois se posiciona pela reprodução desta. O educador cultural não deve ser apenas um apêndice dentro da escola, chegando, dando sua “aulinha de capoeira” e indo embora. Não pode ser neutro em questões como preconceito, seja de etnia, religião, gênero ou classe social.

Sem fazer da sala de aula um espaço de militância político-partidária ou ideológica, o professor deve utilizar sua profissão em prol de uma prática crítica e transformadora.

Referências

ALVEZ, Ramiro. O valor do simbólico. “Revista IstoÉ”. N. 1789, 21/Janeiro/2004

ASSUNÇÃO, Matthias Röhrig. “Capoeira: the history of an afro-brazilian martial art”, Routledge, Oxon, 2005

BRASIL, “Diretrizes Curriculares Nacionais Para A Educação Das Relações Étnico Raciais E Para O Ensino De História E Cultura Afro-Brasileira E Africana”, Min. da Educação e do Desporto. Sec. Especial de Políticas de Promoção de Igualdade Racial, Brasília, 2004

CAPRA, Fritjof. “O ponto de mutação”. São Paulo: Cultrix, 1982

CORREIA, João Carlos. O poder simbólico. “Jornal de Letras, Artes e Idéias”. Portugal:., 02/2002.

COSTA, Emília Viotti da, “A Abolição”. São Paulo: Global editora, 1988

FILGUEIRAS, Joanna De Paula. “A institucionalização da capoeira”. Disponível em <cfh.ufsc.br/~nuer/artigos/capoeira.htm>. Acesso em 05/2005

FERREIRA, Ricardo Franklin. “Afro descendente – identidade em construção”. São Paulo: Pallas, 2000

FREIRE, Paulo. “Pedagogia da autonomia”. São Paulo: Paz e Terra, 1996

HOWELL, George. “Playing in the street: resistance, violence and identity in the suburbs of Rio de Janeiro”, Goldsmith’s College London, 2004

MACHADO, Luiz Toledo. Disponível em <autor.org.br/debate/toledo7.htm#luiz4>. Acesso em 11/2004

MATTOS, Hebe Maria. A face negra da Abolição. “Revista “Nossa História””, ano 2, no 19, maio 2005

NASCIMENTO, Elisa Larkin. “A África na Escola Brasileira”. Rio de Janeiro: Sec. Extraordinária de Defesa e Promoção das Populações Afro-Brasileiras, 1993

SODRÉ, Muniz. “Mestre Bimba, corpo de mandinga”. Rio de Janeiro: Manati, 2002

www.brincadeiradeangola.com.br – capoeira para crianças no Rio de Janeiro