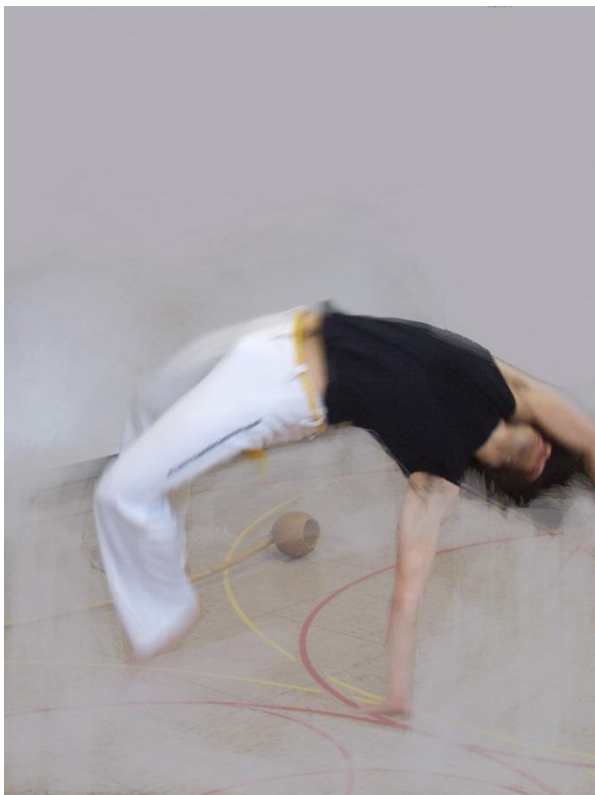


SMTT-Info

Capoeira (FB Theater & Tanz)



Der Lehrer:
Arsenij Lifschiz: Capoeira & Ballett

Capoeira

Capoeira ist ein brasilianischer Kampfsport mit tänzerischen Elementen, der in Brasilien zu Zeiten der Sklaverei entstand. Der Tanz und die begleitende Musik dienten einerseits zur Erholung von den Strapazen des täglichen Lebens, andererseits um die Kampfpraktiken vor den Aufsehern zu tarnen. In jüngerer Zeit ist der ursprüngliche Gedanke der Selbstverteidigung nach und nach einer rein sportlichen Betätigung gewichen.

Traditionell wird bei der Capoeira zu zweit miteinander (nicht gegeneinander) gespielt, während der Rest einer Gruppe außen herum einen ausreichend großen Kreis - die so genannte „Roda“ - bildet und die beiden Spieler mit Musik und Gesang begleitet. Dabei verbindet das Spiel Kampfelemente, Akrobatik und Ästhetik, weshalb man dafür auch manchmal den Begriff „Kampftanz“ verwendet.



Die drei Instrumente, **Atabaque** (Trommel), **Pandeiro** (Schellentamburin) und vor allem **Berimbau** (Klangbogen), werden von jedem Teilnehmer mit der Zeit erlernt, sodass jeder Spieler in der Roda jede Rolle einnehmen kann. Der Rhythmus, der in der Regel vom Lehrer durch das Berimbau vorgegeben, von den anderen Instrumenten verstärkt und durch das Klatschen in der Roda begleitet wird, gibt auch die Art des Spiels vor. Er kann es beschleunigen und verlangsamen, spannen und entspannen.

Die Musik sowie das Mitsingen und Verstehen der traditionellen Gesänge wird von einer Einführung in die portugiesische Sprache begleitet.

Durch das breite Bewegungsspektrum werden die verschiedenen Körperteile und Muskeln gleichmäßig beansprucht und trainiert. Körperkontakt gibt es bei der Capoeira nicht, die Abfolge von Angriff und Verteidigung wird in einer Form praktiziert, die Verletzungen ausschließt. So fördert das gemeinsame Spiel eher die Fähigkeit zu taktischem Denken und Improvisation.

Capoeira baut Stress und Aggression ab und steigert so das Selbstwertgefühl. Dies und die stark formalisierten, respektvollen sozialen Umgangsformen, in deren Rahmen der Unterricht und das Spiel geführt werden, dienen in hohem Maße der Gewaltprävention.

Capoeira ist für Jungen und Mädchen gleichermaßen geeignet und kann in allen Klassenstufen und natürlich auch in klassenübergreifenden Gruppen durchgeführt werden.



Capoeira ist ein brasilianischer Kampftanz, dessen Ursprünge auf afrikanische und indianische Kampfspiele und Tänze zurückgeht, hauptsächlich den afrikanischen NíGolo („Zebratanz“). Entwickelt von afrikanischen Sklaven in Brasilien während der Kolonialzeit, gilt sie dort seither als Selbstverteidigung und „letztes Mittel“ der unterdrückten Schichten. Das Capoeira-„Spiel“, das traditionell in der „Roda“ (portugiesisch: Kreis) stattfindet, ist eine abgestimmte Abfolge von Angriffen, Finten und Ausweichbewegungen, bei der die „Kämpfenden“ von den anderen Gruppenmitgliedern mit Percussion und Gesang begleitet werden. Die Lieder können Freude und Ausgelassenheit ausdrücken, handeln aber auch manchmal von Leid und Unterdrückung. Die Kampftechniken selbst zeichnen sich durch extreme Flexibilität aus; es gibt viele Drehtritte, gesprungene Tritte und Akrobatik.



Anmeldung:

Schule für Musik Theater und Tanz

Wolboldstr. 21
71063 Sindelfingen
Fon: 07031/94-652
Fax: 07031/94-738
Email: smtt@sindelfingen.de