

## An dro retourné (ou chen'tu, moutons).



C'est une danse en ronde (sans changement de cavalier-cavalière) qui alterne 3 parties :

- un déplacement collectif.
- une figure collective.
- une figure individuelle.

### Les pas de base pour tous les cycles

Au départ, les danseurs se placent en ronde en se tenant par les mains. L'alternance cavalier-cavalière est souhaitable mais non indispensable.

Le chant placé sur la musique est très repérant.

### **1<sup>ère</sup> partie : le déplacement**

Sur 8 temps, l'ensemble des danseurs se déplace latéralement vers la gauche.

Sur 8 temps, l'ensemble des danseurs se déplace latéralement vers la droite.

### **2<sup>ème</sup> partie : la figure collective**

Sur 4 temps, l'ensemble des danseurs lèvent les bras (mon ménage en haut), puis les baissent (mon ménage en bas).

### **3<sup>ème</sup> partie : la figure individuelle**

Sur 8 temps, les danseurs individuellement tournent sur eux-mêmes dans un sens.

Sur 8 temps, les danseurs individuellement tournent sur eux-mêmes dans l'autre sens.

### Alterner ainsi les 3 parties jusqu'à la fin

### **Variantes cycle 2,3**

Le pas de base n'est pas du tout le pas classique de l'an dro retourné. Il peut être amené à la place du déplacement collectif.

### **Conseils-remarques :**

- Bien faire écouter la musique, le chant donne tous les repères nécessaires.
  - Bien faire inverser le sens de rotation dans la figure individuelle pour éviter les étourdissements.
  - Il est possible de faire chanter les enfants sous forme de chant à répondre.
- On peut marquer la rotation sur soi en frappant dans les mains.