

Le two step

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

- un déplacement collectif.
- une figure individuelle.
- une figure par couple.

Les pas de base

Les danseurs se placent en 2 lignes face à face (en principe une ligne de cavalier, une ligne de cavalière). Au départ, chaque cavalier donne la main (droite) à sa cavalière (main droite) en position type « bras de fer ».

C'est une danse jeu dont la musique très repérante accélère progressivement.

1^{ère} partie : le déplacement collectif

Sur 4 temps, l'ensemble des danseurs se déplacent latéralement vers la gauche des cavaliers puis vers la droite, en pas de polka (G, D, G et D, G, D). A faire 4 fois.

2^{ème} partie : la figure individuelle

Les cavaliers-cavalières se séparent pour effectuer cette figure, et restent bien face à face.

Sur 4 temps, les danseurs pointent le pied droit devant, puis pointent le pied gauche, puis pointent alternativement droite gauche droite. Ce qui peut se compter 1, 2, 1, 2, 3 ou droit, gauche, droit, gauche, droit.

Sur 4 temps, les danseurs lèvent le pied droit sur le côté (presque à toucher la paume de la main), puis lèvent le pied gauche, puis lèvent alternativement droite gauche droite. Ce qui peut se compter 1, 2, 1, 2, 3 ou droit, gauche, droit, gauche, droit.

Sur 4 temps, les danseurs lèvent le pied droit en arrière (talon aux fesses), puis lèvent le pied gauche, puis lèvent alternativement droite gauche droite. Ce qui peut se compter 1, 2, 1, 2, 3 ou droit, gauche, droit, gauche, droit.

Les 3 phases de la figure sont enchaînées sans rupture.

3^{ème} partie : la figure collective

Sur 4 temps, les danseurs par couple s'accrochent (bras droit en crochet) et tournent sur eux-mêmes, puis reprennent leur place.

Alterner ainsi les 3 parties jusqu'à la fin

Conseils-remarques :

- Danse très physique.
- Limiter dès le début l'amplitude des déplacements latéraux. Avec l'accélération, les enfants n'auront plus le temps d'enchaîner les figures.
- Organiser l'espace en plusieurs groupes de lignes pour faciliter l'évolution des figures.