

LE CERCLE CIRCASSIEN

C'est une danse sur 8 temps qui alterne 3 parties :

- un déplacement collectif en ronde.
- une figure par couple.
- un déplacement par couple.

Les pas de base pour tous les cycles

La position de départ est une ronde fermée avec une alternance cavalier-cavalière. La cavalière est toujours placée à droite du cavalier.

1^{ère} partie : le déplacement (se tenir par les mains)

- Sur 8 temps, 4 petits pas vers l'avant, puis 4 petits pas vers l'arrière (à faire 2 fois).
- Sur 8 temps, les cavalières uniquement, 4 petits pas vers l'avant, puis 4 petits pas vers l'arrière.
- Sur 8 temps, les cavaliers uniquement, 4 petits pas vers l'avant, puis font ½ tour puis 4 petits pas vers leur cavalière.

2^{ème} partie : la figure (par 2 face à face sur la ligne de ronde)

Les cavaliers-cavalières se tiennent par les 2 mains et tournent sur eux-mêmes sur 2 fois 8 temps.

3^{ème} partie : le déplacement par couple

Chaque couple se place sur la ligne de ronde pour un déplacement en promenade sur 2 fois 8 temps (dans le sens inverse des aiguilles d'une montre). Le cavalier avec sa main droite tient la main gauche de sa cavalière (le cavalier est à l'intérieur de la ronde).

Alterner ainsi les 3 parties jusqu'à la fin

Variantes cycle 2,3

Le changement de cavalier- cavalière :

C'est l'esprit de ce type de danses qui permet à chaque participant de danser successivement avec tous les autres. La difficulté pour les élèves consiste essentiellement dans la perte de repères.

Le changement intervient à la fin de la 1^{ère} partie. Le cavalier repère, dans la ronde, sa cavalière de gauche. C'est avec elle qu'il enchaîne la figure puis la promenade. A la fin de la promenade, il replacera cette cavalière à sa droite dans la ronde. Il aura ainsi une nouvelle cavalière à sa gauche.

La figure : (à réserver au cycle 3)

Pour dynamiser la rotation on peut mettre en place le pas de patinette. Le cavalier pose son pied droit contre le pied gauche de sa cavalière. Le couple n'est donc plus face à face mais hanche contre hanche. Le cavalier, par sa main gauche, tient la main droite de sa cavalière. Avec le bras libre, le couple se tient fermement et tourne ainsi en pivot.

Attention à l'étourdissement.

Conseils-remarques :

- Attention à l'effet de miroir en particulier dans le départ de la promenade.
- Faire bien identifier la cavalière par le cavalier.
- Les pas sont des pas marchés pour les plus jeunes puis sautillés éventuellement pour les autres. « Récupérer » les danseurs isolés après des erreurs de changement de cavalier et les replacer par deux dans la ronde.