

Danses Traditionnelles

Principes et conseils généraux

Les danses traditionnelles sont des danses codifiées. Les pas, déplacements ou figures sont nécessairement communs à un groupe de danseurs sur un support musical identifié. Cette apparente rigidité ne doit pas effrayer, il en est de même dans d'autres APS (les règles de jeu en sport collectif par exemple).

Par ailleurs, les pas de base peuvent être modifiés autant que de besoin par rapport à l'âge des élèves ou au projet de la classe. L'important est que l'ensemble des participants au temps de danse ait connaissance et maîtrise ces modifications. Il est même possible de faire cohabiter différentes variantes dans l'espace de danse.

La première difficulté pour les enfants les plus jeunes se situe autour du repérage dans l'espace et de la latéralisation. Ils procèdent beaucoup par imitation, il faudra donc être vigilant à l'effet de miroir (inversion du déplacement) dans les rondes en particulier. Mettre l'atsem à l'opposé de l'enseignant dans la ronde limite la difficulté. On pourra aussi remplacer les déplacements latéraux gauche droite par des déplacements plus faciles avant arrière. De même on veillera à orienter à l'identique la position de départ dans les danses en couple.

La seconde difficulté, cette fois pour tous les élèves mais sur des registres différents, se situent autour des différents rôles cavaliers-cavalières. On évitera pour les enfants les plus jeunes les figures de changements de cavalier-cavalière qui provoquent des pertes de repères et des cafouillages quasi inextricables... Pour les plus âgés, on évitera de donner un caractère trop « sexué » au rôle cavalier-cavalière. Il est en effet rare que l'effectif de la classe n'impose pas à un élève de tenir le rôle du sexe opposé, de plus dans les danses en couple cette mixité impérative peut être un obstacle pour quelques élèves. L'utilisation de deux couleurs de foulards est quelquefois nécessaire pour contourner la difficulté.

Beaucoup des danses choisies associent dans la codification « traditionnelle » un mouvement de bras ; cet ajout des bras représente une difficulté souvent importante y compris pour les adultes. Lors des danses en chaîne ou en ronde, on laissera se mettre en place un balancement naturel des bras accompagnant le déplacement.

Par ailleurs, une fois acquis les pas de base d'une danse, il est possible au sein d'une classe de chorégraphier un déplacement en sortant de la codification conventionnelle ; le seul impératif est le respect des temps.

Concernant le choix des musiques, quelque soit le répertoire choisi, il est nécessaire qu'elles soient bien repérantes, avec une pulsation bien marquée. L'enseignant dans les phases d'apprentissage guide les premiers déplacements en favorisant simultanément l'écoute.

Certaines danses dans le répertoire choisi permettent (imposent...) la pratique du chant : mains aux genoux, an dro retourné (les moutons...),.... Outre l'aspect repérant pour les élèves, l'association des deux pratiques paraît être une évolution naturelle du projet.

Histoire des arts et Education Physique et Sportive à l'école primaire

Dans le cadre de la mise en œuvre des programmes 2008 de l'école primaire, ce projet s'inscrit au carrefour de l'histoire des arts et de l'Education Physique et Sportive.

La connaissance de son corps, la mobilisation de son répertoire moteur, la capacité à aboutir son travail, à le reprendre en fonction des résultats, la perception et l'identification des composantes d'une musique, utiliser ses connaissances pour agir collectivement, les aspects esthétiques et artistiques, la transmission d'une expression, le partage d'une émotion ou d'un temps, la mise en œuvre du travail collectif... permettent à terme à l'élève de penser et d'agir de manière réfléchie en choisissant ses moyens d'expression.

Participer au Projet Danses Traditionnelles c'est :

Pour les élèves :

- Entrer dans un projet collectif plus large que celui de la classe.
- Apprendre à connaître son corps et le maîtriser.
- Utiliser son corps pour exprimer un sentiment, une émotion.
- Travailler à partir de supports variés tant sur le plan de la musique que des danses.
- Appréhender la notion de patrimoine.
- Rencontrer des œuvres et des artistes.
- Observer, écouter, décrire, reconnaître et nommer différentes œuvres musicales

Pour les enseignants :

- S'engager dans une démarche de formation professionnelle.
- S'engager avec sa classe dans un vaste projet collectif fédérateur.
- Amener les élèves à développer une sensibilité artistique.
- Construire du lien entre les disciplines.
- Réinvestir de manière autonome, les apports au sein de sa classe au delà du temps du projet.

SOMMAIRE

→ Ordre des pistes du CD 2010-2011.

1- Mains aux genou.....	p. 3
2- Polka des lapins.....	p. 3
3- Andro retourné (moutons).....	p. 4
4- Cercle circassien.....	p. 5
5- Suite de cercles.....	p. 5
6- Valse écossaise.....	p. 5
7- Valse écossaise (trio aman).....	p. 5
8- Polka piquée.....	p. 6
9- Galop Nantais.....	p. 7
10- Contre danse écossaise.....	p. 8
11- Cochinchine.....	p. 8
12- Two step.....	p. 9
13- Fret full porcupine.....	p. 10
14- Gigue champeloise.....	p. 10
15- 3 coups de talon.....	p. 11
16- La fougère.....	p.12
17- Les lavandières.....	p.13
18- Hanter dro clam.....	p.14
19- Zoubia.....	p.15
20- Rond de landéda.....	p.15
21- Branle du rat.....	p.16
22- Kalanda maya.....(danse libre à inventer).....	

1- Mains aux genoux.

C'est une danse – jeu, par 2, qui se mène en chantant en alternant deux parties :

un temps sur place, individuel.
une figure par couple.

Les pas de base pour tous les cycles

La position de départ par 2, face à face, sans se tenir, si possible cavalier-cavalière (non indispensable).

1^{ère} partie : sur place, individuellement, sans déplacement

La comptine est chantée, dans un 1er temps lentement, les danseurs effectuent la consigne chantée :
Mains aux genoux, mains aux côtés, les bras croisés, frappez des pieds, claquez des mains, la, la.

2^{ème} partie : la figure (par 2 en se tenant)

Le couple de danseurs tourne sur lui-même sur le rythme de la phrase chantée :
Amusez vous jeunes fillettes, vous n'aurez pas le temps de main (bis)

Alterner ainsi déplacement et figure aussi longtemps que souhaité par le meneur du chant.

Conseils-remarques :

Pour les enfants les plus jeunes, on peut commencer uniquement par le chant de l'enseignant qui peut ainsi adapter le « rythme ».

Dans la figure, les pas peuvent être marchés, d'écoliers, sautillés, ou de polka.

Dans la figure, l'inversion du sens de rotation est souhaitable lors de la reprise « bis » .

Ne pas presser, le rythme est lent.

Utiliser le guidage du chant.

Dans la phase d'apprentissage, l'enseignant peut répéter plusieurs fois la partie individuelle en variant éventuellement sur les rythmes avant de passer à la figure.

On peut proposer d'enrichir la comptine en respectant les temps.

2- La polka des lapins.

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

un déplacement collectif en ronde.
une figure par couple.

Les pas de base pour tous les cycles

La position de départ est une ronde fermée avec une alternance si possible cavalier-cavalière (non indispensable).

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

Sur 8 temps, 8 petits pas vers l'avant, puis sur 8 temps, 8 petits pas vers l'arrière

Sur 8 temps, 8 petits pas vers la gauche, puis sur 8 temps, 8 petits pas vers la droite.

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

Sur 4 temps se frapper une fois sur les cuisses, puis dans ses mains, puis 2 x dans les mains de l'autre (peut se chanter en rythme : sur les cuisses dans les mains boum boum).

Sur 4 temps refaire la même figure.

Montrer du doigt main droite (chanter : 1, 2, 3) puis idem main gauche et tourner sur soi même pour revenir à la position face à face (le tout sur 8 temps).

Reprendre entièrement l'ensemble de la figure

Alterner ainsi déplacement et figure jusqu'à la fin

Conseils-remarques :

Pour les enfants les plus jeunes, on peut remplacer le déplacement latéral par le déplacement vers l'avant.

Les pas sont des pas marchés.

Attention à l'effet de miroir.

Ne pas presser, le rythme est lent.

Les enfants peuvent tourner par 2 en se tenant les mains.

Utiliser le guidage du chant (présent une partie de l'enregistrement).

3- 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^{ère} 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^{ème} 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^{ème} 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.

4/5- 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 $\frac{1}{2}$ 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

Variante cycle 2

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.

6/7- La valse écossaise (ou valse lente).

C'est une valse à 4 temps en couple fermé (pas de changement de cavalier-cavalière) qui alterne 2 parties :

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

Les pas de base pour tous les cycles

Au départ, les cavalier-cavalières se tiennent face à face en position de valse. Le cavalier « porte » dans sa main gauche, la main droite de sa cavalière. Il passe son bras droit dans le dos de sa cavalière (qui fait la même chose de son bras gauche). Pour faciliter le repérage du déplacement, il est préférable de créer des colonnes de couples où les cavaliers sont tous dans le

même sens, face à l'adulte.

L'intro de la musique (appel aux danseurs) est assez longue ; elle permet de demander aux élèves un balancement sur place qui les « cale » sur le rythme lent.

1^{ère} partie : le déplacement

Le cavalier entraîne sa cavalière en 3 pas vers la gauche. Le temps 4 se fait sur place en montant sur la pointe des pieds.

Le cavalier repart vers sa droite en 2 pas, puis recule en 2 pas.

Le cavalier avance de 2 pas puis fait faire une pastourelle à sa cavalière sur 2 temps.

2^{ème} partie : la figure

Sur 4 temps, le couple effectue un tour sur place. A la fin du tour le cavalier doit être à nouveau face à l'adulte.

Alterner ainsi les 2 parties jusqu'à la fin

Variantes cycle 2,3

Il n'y a pas de variante dans le déplacement. On peut demander un balancement en plus de la rotation dans la figure, pour aller progressivement vers le pas de valse. En fonction des élèves et de l'espace disponible, on pourra laisser le déplacement libre.

Conseils-remarques :

- Organiser le sens du déplacement par des colonnes où les cavaliers sont orientés à l'identique.
- Bien faire écouter la musique, le rythme est lent. Les enfants prennent très souvent de l'avance en tournant la pastourelle trop vite.
- Insister sur le rôle directeur du cavalier.
- Faire bien marquer le temps 4 sur la pointe des pieds.

8- Polka piquée.

C'est une danse qui se pratique en couple fermé en se tenant en position de « polka » (voisine de la valse).

Elle alterne très rapidement 2 parties :

un déplacement latéral alterné (gauche puis droit).

un déplacement latéral toujours alterné en ajoutant le pas piqué.

Les pas de base pour tous les cycles

Au départ, les danseurs se placent en couple, face à face, en position de polka. Le cavalier porte dans sa main gauche (bras légèrement tendu), la main droite de la cavalière. Il place sa main droite sur la hanche de la cavalière (qui pose sa main gauche sur celle du cavalier). Les déplacements sont libres dans l'espace disponible.

1^{ère} partie : le pas de polka

La principale difficulté vient du fait que le cavalier et la cavalière dansent en miroir. Le cavalier commence du pied gauche en allant vers sa gauche, la cavalière commence du pied droit en allant vers sa droite.

Le pas de polka consiste en l'alternance régulière de 3 appuis vers la gauche du cavalier puis 3 appuis vers sa droite. Cela peut se compter ou rythmer en : 123 et 123 ou GDG et DGD.

2^{ème} partie : le pas piqué

On ajoute au pas de polka une sorte d'introduction. Le cavalier pique d'abord du talon gauche puis de la pointe de pied gauche et poursuit avec le pas de polka à gauche ; puis il talonne et pointe du pied droit et poursuit avec le pas de polka à droite. Les danseurs peuvent s'aider en chantant (sur le rythme) « Talon pointe **et** pas d'polka » ; pour la cavalière la figure est inverse.

Alterner ainsi les 2 parties jusqu'à la fin

Variantes cycle 3

Il n'y a peu de variante dans le pas de base.

Les variantes concernent surtout le déplacement. On peut ouvrir l'espace de danse et permettre aux danseurs de tourner sur le pas de polka et d'amplifier leurs déplacements. Il est aussi possible de mettre en place des figures à 4 (en ligne) en se tenant mains en crochets ou derrière le dos.

Conseils-remarques :

- Danse assez difficile en raison de la rapidité des appuis à enchaîner.
- Le passage par le pas de polka est nécessaire.
- Il peut être nécessaire d'associer régulièrement les mêmes cavaliers-cavalières pour trouver une harmonie dans les déplacements.
- Beaucoup travailler sur la notion d'appuis légers dans un espace limité (faire de petits pour faciliter la conservation du rythme).
- Dans les 1^{er} temps, on peut lancer l'apprentissage sous forme de cortège ou de file indienne qui évite le problème du miroir. Il est aussi possible de travailler en grandes lignes qui permettent aux cavaliers comme aux cavalières de partir dans le même sens.

9- Le galop nantais.

C'est une danse jeu en couple fermé (pas de changement de cavalier-cavalière) qui alterne 3 parties :

une 1^{ère} figure par couple
un déplacement par couple.
une 2nd figure par couple.

Les pas de base pour tous les cycles

La position de départ est en couple, les cavaliers-cavalières se tiennent face à face comme pour une valse. Pour des questions de « sécurité », il est nécessaire de créer un sens de déplacement pour éviter les collisions.

1^{ère} partie : la 1^{ère} figure (le frapper du pied)

Le cavalier est en position de valse avec sa cavalière. Sur le rythme de la musique (très marqué), le cavalier frappe le sol de son pied gauche, la cavalière de son pied droit. Cela peut se chanter ainsi : et un, et deux, et un deux trois (à faire 2 fois).

2^{ème} partie : le déplacement (le galop)

Tous les couples partent dans le même sens en déplacement en pas chassés.

3^{ème} partie : la 2^{ème} figure (le pas de polka)

Tous les couples tournent sur eux-mêmes en commençant vers la gauche du cavalier.

A faire 4 fois.

Alterner ainsi les 3 parties jusqu'à la fin

Variantes cycle 2,3

Il n'y a pas de variante dans le déplacement. Dans la figure, on peut mettre en place le pas de polka [1, 2, 3 vers la gauche (Gauche, droite, gauche) puis 1, 2, 3 vers la droite (droite, gauche, droite)]. Il ne s'agit pas vraiment de pas mais plutôt d'appuis (on peut dire pied de polka).

En fonction des élèves et de l'espace disponible, on pourra laisser le déplacement en pas chassés libre.

Conseils-remarques :

- Organiser le sens du déplacement en pas chassés.
- Bien faire écouter la musique, les 3 parties sont aisément repérables.
- Décomposer le pas de polka en appuis (pied).

10- La contre danse écossaise (dite folle)

C'est une danse en groupe de 6 formé de 3 couples (sans changement de cavalier-cavalière) qui se placent en 2 lignes (une de cavalier, une de cavalière) ; dans chaque ligne, les danseurs se placent en file indienne. Cette danse enchaîne 3 figures :

- une figure dite slalom.
- une figure déplacement en pas chassés 1^{er} couple.
- une figure pas chassés, tous ensembles.

Les pas de base

Il n'y a pas véritablement de pas de base. Les déplacements se font en marchant, courant ou en pas chassés. Au départ, les 3 cavaliers forment une colonne, les 3 cavalières une autre colonne en parallèle. Il y a un espace suffisant entre les 2 colonnes et entre chaque danseur dans la colonne.

C'est une danse sur 8 temps dont la musique est assez rapide.

1^{ère} partie : la figure dite slalom

Sur 8 temps, les 3 cavalières partent en file indienne vers l'avant (en suivant la première) pour faire un slalom entre les cavaliers et reviennent à la position de départ.

Sur 8 temps, les 3 cavaliers partent en file indienne vers l'avant (en suivant le premier) pour faire un slalom entre les cavalières et reviennent à la position de départ.

2^{ème} partie : le déplacement par couple (pas chassés)

Sur 8 temps, le premier couple part en pas chassés entre les colonnes formées vers le « fond » puis revient sur 8 temps à l'arrière des colonnes. Pendant ce temps, les autres danseurs ont pris leurs places. Les premiers se retrouvent donc derniers.

3^{ème} partie : le déplacement tous ensembles en pas chassés

Sur 8 temps, la colonne des cavaliers se donne la main, la colonne des cavalières se donne la main, et tous partent en pas chassés vers le fond, puis reviennent en 8 temps à la place de départ.

Alterner ainsi les 3 parties jusqu'à la fin

Conseils-remarques :

- Danse où l'enseignant doit annoncer les figures dans un 1^{er} temps.
 - Bien décomposer la succession de figures pour que chacun maîtrise l'organisation d'ensemble de la danse.
- Organiser l'espace en alignant les groupes, il est fréquent qu'un couple traverse en pas chassés plusieurs groupes.

11- La cochinchine.

C'est une danse à 4 temps qui se pratique en groupe fermé de 3 (un des danseurs est identifié comme le pivot pour toute la durée de la danse). Elle alterne 2 parties :

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

Les pas de base pour tous les cycles

Au départ, les danseurs par groupe de 3 forment des petites rondes. Ces petites rondes sont réparties dans l'espace disponible. Un danseur est désigné « pivot ou cavalier », les deux autres sont des cavalières.

1^{ère} partie : le déplacement

- Sur 8 temps, les rondes tournent vers la gauche en marchant.
- Sur 8 temps, les rondes tournent vers la droite en marchant.

2^{ème} partie : la figure

La ronde se coupe entre les 2 cavalières.

Sur 8 temps, la cavalière de droite passe sous le bras gauche du cavalier qui passe aussi en tournant, puis la cavalière de gauche passe sous le bras droit du cavalier qui passe aussi en tournant.

Sur 8 temps, refaire à nouveau.

Alterner ainsi les 2 parties jusqu'à la fin

Variantes cycle 2,3

On peut ajouter le pas d'écolier dans le déplacement. Il est possible de faire varier la cassure de la ronde, en organisant un tour de rôle.

Conseils-remarques :

- Donner des repères pour fixer les rôles cavaliers-cavalières, l'utilisation de foulards de couleur peut être utile.
- Bien faire marquer les temps dans le pas d'écolier pour faire l'inversion à 8 temps (erreur fréquente, inversion à 4).
- Décomposer les pastourelles.

12- 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.

13- The fretfull porcupine

C'est une danse en groupe de 8 formé de 4 couples (sans changement de cavalier-cavalière) qui alterne 4 parties :

une figure collective.

un déplacement par couple.

un déplacement collectif.

un déplacement collectif et par couple formé.

Les pas de base

Les 8 danseurs se placent en 2 lignes côte à côte (en principe une ligne de cavalier, une ligne de cavalière), orientées à l'inverse. Les cavaliers sont tournés par exemple vers le fond de la salle, les cavalières sont tournées à l'opposé. Au départ, par sous groupe de 2 couples, tous les cavaliers et toutes les cavalières réunissent leur main droite en formant un pivot ou moulin. Chaque groupe de 8 forme 2 moulins.

C'est une danse sur 8 temps dont la musique est assez rapide.

1^{ère} partie : la figure collective (le moulin)

Sur 8 temps, les danseurs tournent autour du moulin main droite et reprennent leur place tout en changeant la main pivot (main gauche).

Sur 8 temps, les danseurs tournent autour du moulin main gauche et retrouvent leur place.

2^{ème} partie : le déplacement par couple (pas chassés)

Les danseurs se lâchent les mains pour former 2 colonnes (cavalier, cavalière).

Sur 8 temps, le premier couple part en pas chassés entre les colonnes formées vers le « fond » puis revient sur 8 temps à sa place.

3^{ème} partie : le déplacement collectif et par couple (l'arrosoir ou jet d'eau)

A l'arrivée du retour en pas chassés, sur 8 temps, le premier couple se sépare et entraîne chacun sa colonne complète en une promenade. Chacun part vers l'extérieur des colonnes pour un déplacement « arrondi » qui permet au premier de passer en dernier.

Sur 8 temps, le couple de départ (le premier) forme un pont sous lequel passe les 3 autres couples qui en profitent pour se reformer (en se tenant la main). Le premier couple devient dernier.

4^{ème} partie : le déplacement collectif (la promenade)

Le nouveau premier couple entraîne sur 2 fois 8 temps l'ensemble des couples fermés dans une promenade circulaire qui permet de se replacer pour les nouveaux moulins. Les sous groupes auront donc changé.

Alterner ainsi les 4 parties jusqu'à la fin

Conseils-remarques :

- Danse difficile et rapide qui ne permet que très peu d'erreurs de placement.
 - Bien décomposer la succession de figures pour que chacun maîtrise l'organisation d'ensemble de la danse.
- Organiser l'espace en alignant les groupes, il est fréquent qu'un couple traverse en pas chassés plusieurs groupes.

14- La champeloise. (ou champeloise ou gigue champeloise)

C'est une danse sur 8 temps qui alterne 2 parties :

un déplacement par couple.

une figure par couple.

La position de départ est en promenade sur la ligne de ronde (comme la promenade du cercle circassien). La cavalière est toujours placée à droite du cavalier.

1^{ère} partie : le déplacement par couple

Le cavalier avec sa main droite tient la main gauche de sa cavalière (le cavalier est à l'intérieur de la ronde). Chaque couple se place sur la ligne de ronde.

Sur 8 temps, 8 pas en marche avant (dans le sens inverse des aiguilles d'une montre).

Sur 8 temps, 8 pas en marche arrière.

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

Les cavaliers-cavalières se tiennent par une main (même position que la promenade).

Sur 8 temps, le cavalier et la cavalière font un petit saut l'un vers l'autre, puis un grand saut pour s'éloigner, puis la cavalière passe face au cavalier en lui donnant les deux mains (1^{er} croisé) et prend la place à l'intérieur de la ronde.

Sur 8 temps, la cavalière et le cavalier font un petit saut l'un vers l'autre, puis un grand saut pour s'éloigner, puis la cavalière passe face au cavalier en lui donnant les deux mains (2^{ème} croisé) et reprend sa place à l'extérieur de la ronde.

Alterner ainsi les 2 parties jusqu'à la fin

Variantes cycle 2,3

Le déplacement par couple (à partir du C2) :

Même position de départ, puis sur 8 temps, 4 pas vers l'avant, puis ½ tour et 4 pas vers l'arrière. Puis sur 8 temps, 4 pas vers l'avant, puis ½ tour et 4 pas vers l'arrière.

Le changement de cavalier- cavalière (fin de C2, C3) :

Le changement intervient à la fin de la 2^{ème} partie à la place du 2^{ème} croisé. Le cavalier est alors à l'extérieur de la ronde, la cavalière à l'intérieur. Le cavalier fait passer sa cavalière sous son bras gauche, en la faisant tourner sans lui lâcher la main (pastourelle). Il replace cette cavalière derrière lui à l'extérieur tout en donnant sa main droite à la nouvelle cavalière qui arrive devant lui. Un court instant, le cavalier tient par sa main gauche son ancienne cavalière et par sa main droite sa nouvelle.

Variante de la figure : (à réserver au cycle 3)

Le principe général des petits et grands sauts est conservé. On ajoute après chaque saut un rebond sur place qui permet de marquer un temps de plus. (saut, rebond, saut, rebond).

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.

Laisser assez d'espace entre les couples lors de la mise en place du déplacement vers l'arrière.

Difficulté à tourner en ronde en marche arrière.

15- 3 coups de talon.

C'est une danse jeu très facile qui s'appuie sur une comptine enfantine simple. Elle s'organise en couples cavalier-cavalière fermés placés sur la ligne de ronde, qui alterne deux parties :

Une figure individuelle sur place

Une figure par couple sur place

La position de départ : les danseurs sont en ronde, face au centre par 2, sans se tenir avec une alternance si possible cavalier-cavalière, cavalier à gauche (non indispensable).

1^{ère} partie : figure individuelle sur la ligne de ronde

La comptine est chantée, et guide la danse de façon très précise, sur 8 x 14 temps.

Trois coups d'talon,

1 2 3 4

Et frappez dans vos mains,

1 2 3 4

Faites demi-tour,

1 2 3 4

Ecoutez la musi__que **

1 2 3 4

(suite)

Trois coups d'talon,

1 2 3 4

Et frappez dans vos mains,

1 2 3 4

Faites demi-tour,

1 2 3 4

Et dansez la polka **

1 2 3 4

**Pour chacune de ces 4^{ème} phrases, les danseurs effectuent un second ½ tour (sens inverse) pour reprendre leur place sur la ligne de ronde.

2^{ème} partie : figure par 2, en couple, sur la ligne de ronde

Pas de polka, départ à gauche, 8 fois

Alterner ainsi les 2 figures

Variantes :

Pour les plus petits, les pas de polka peuvent être remplacés par un déplacement collectif. Les enfants se donnent la main et partent en pas marché vers la gauche sur la ligne de ronde ; éventuellement le déplacement peut être inversé au bout de l'équivalent de 4 pas de polka.

Conseils-remarques :

Pour les enfants les plus jeunes, on peut commencer uniquement par le chant de l'enseignant qui peut ainsi adapter le « rythme ».

Dans la 2^{ème} figure, les pas peuvent être marchés, d'écoliers, sautillés, ou petits pas courus.

Dans la 2^{ème} figure les pas marchés latéraux, peuvent être remplacés par des pas avancés ou reculés, en particulier pour les plus petits.

Utiliser le guidage du chant, en particulier pour la première figure.

16- La Fougère (source USEP 56).

C'est une danse qui s'appuie sur une comptine enfantine simple. Elle s'organise en couple et en cortège, qui se mène en chantant en alternant trois parties :

un déplacement en avançant, par 2 et en cortège

un déplacement en reculant, par 2 et en cortège

une figure par couple.

Les pas de base pour tous les cycles

La position de départ par 2, en cortège, en se tenant les mains en tresse (en croisant les bras), si possible cavalier-cavalière, cavalier à gauche (non indispensable).

1^{ère} partie : déplacement en avançant en cortège par 2

La comptine est chantée, comme une aide à la danse, sur 2 x 12 temps.

La fougère est mûre, il faudra la cueillir, il faudra la cueillir (bis).

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12

Les enfants se déplacent en marchant ou en petits pas courus

2^{ème} partie : déplacement en reculant en cortège par 2

La comptine est chantée, toujours comme aide sur 8 temps

Toujours en reculant, jamais en avançant

1 2 3 4 5 6 7 8

Les enfants se déplacent en reculant en pas marchés

3^{ème} partie : la figure (par 2 en se tenant)

Dans chaque couple, le cavalier et la cavalière se font face et font un mouvement du genre « sciens du bois » sur la phrase chantée, pendant 16 temps :

Sassons la farine oh gué, Sassons la farine oh gué (bis)

1 2 3 4 1 2 3 4

Le verbe « sasser » (en parler gallo « *tamiser* ») peut être remplacé par « tasser »

Alterner ainsi déplacements et figure aussi longtemps que souhaité par le meneur du chant.

Conseils-remarques :

Pour les enfants les plus jeunes, on peut commencer uniquement par le chant de l'enseignant qui peut ainsi adapter le « rythme ».

Dans la figure « avançant », les pas peuvent être marchés, d'écoliers, sautillés, ou petits pas courus.

Dans la figure « reculant », les pas sont marchés, tout autre pas en reculant est souvent trop difficile pour les enfants jeunes, faire « pointer » les fesses en arrière.

Utiliser le guidage du chant, en particulier pour le changement de sens de déplacement, il n'y a pas de pause dans le chant. Le chanteur peut prendre une intonation servant « d'appel ».

Dans la phase d'apprentissage, l'enseignant peut répéter plusieurs fois l'alternance des 2 déplacements avant de passer à la figure.

Dans le sciage du bois, il peut être demandé aux enfants de sautiller sur place.

En fonction de l'effectif, il pourra être nécessaire d'organiser spatialement le déplacement du cortège.

17- Les lavandières (source USEP 56).

C'est une danse qui s'appuie sur un chant simple. Elle s'organise en ronde sans organisation particulière cavalier-cavalière, qui alterne trois parties :

un déplacement latéral sur la ligne de ronde
une figure individuelle sur place
un déplacement latéral gauche puis droit sur la ligne de ronde (pas de « branle » double)

Les pas de base pour tous les cycles

La position de départ en grande ronde, en se tenant par les mains en position basse. Si possible cavalier-cavalière, cavalier à gauche (non indispensable). Tous les danseurs sont tournés face au centre de la ronde.

1^{ère} partie : déplacement en pas latéral

La comptine est chantée, comme une aide à la danse, sur 2 x 8 temps.

Sur l'bord de la rivière Y'a 'cor 10 lavandières (bis)

Les danseurs se placent en ronde en se tenant simplement par les mains. Le déplacement commence par le pied gauche, puis alternance régulière sur les 16 temps.

2^{ème} partie : la figure individuelle sur place

La comptine est chantée, toujours comme aide sur 8 temps décomposés ainsi

Deux coups d'battoir, 2 temps mime de 2 coups sur les cuisses

Deux coups d'savon, 2 temps mime de 2 frappers dans les mains

V'là comme les lavandières elles font 4 temps 1 tour complet sur place en commençant vers la gauche

3^{ème} partie : déplacement latéral en pas de branle

Les danseurs se replacent en ronde en se tenant à nouveau simplement par les mains et vont alterner un déplacement en pas latéral vers la gauche (départ pied gauche) sur 4 temps puis un déplacement en pas latéral vers la droite (départ pied droit) sur 4 temps.

Sur l'bord de la, la, la, la déplacement vers la gauche

Sur l**'**bord de la rivière

déplacement vers la droite

A chaque fois le 4^{ème} temps est en l'air légèrement devant : G ; D ; G ; D en l'air devant

Puis D ; G ; D ; G en l'air devant

Variantes C1 petits

Remplacer le temps 4 par un taper du pied

Remplacer le déplacement latéral par un avancer vers le centre sur 4 temps puis un reculer sur 4 temps, cette seconde variante permet aussi aux danseurs de prendre davantage de temps pour reformer la ronde et être prêt à nouveau pour le retour à la 1^{er} partie.

Conseils-remarques :

Pour les enfants les plus jeunes, on peut remplacer le pas latéral par un pas de marche.

Utiliser le guidage du chant, en particulier pour l'annonce des différentes étapes de la danse.

Le pas de branle est difficile car un « pas » n'est pas marqué au sol mais en l'air ; ne pas hésiter à utiliser les variantes, au moins dans les phases d'apprentissages.

En fonction de l'effectif, il pourra être nécessaire d'organiser en 2 rondes

18-Hanter dro clam.

C'est une danse à 4 temps qui se pratique en ronde fermée en se tenant bras dessus bras dessous. L'alternance cavalier-cavalière est souhaitable mais non indispensable.

Elle alterne 2 parties :

un déplacement collectif en ronde.

une figure collective en ronde.

Les pas de base pour tous les cycles

Au départ, les danseurs forment une grande ronde en se tenant bras dessus bras dessous. En principe, l'avant bras du cavalier est dessous, celui de la cavalière dessus. Les danseurs ne doivent jamais se lâcher.

1^{ère} partie : le déplacement

Sur 4 temps, les danseurs se déplacent latéralement vers la gauche (3 pas ou appuis) puis 1 pas (appui) vers la droite. (gauche droit gauche, droit). A faire 10 fois.

2^{ème} partie : la figure

Régulièrement, le temps 4 est remplacé par le « clam ». Tous les danseurs, sans se lâcher, s'accroupissent puis se redressent immédiatement pour repartir à nouveau latéralement.

Alterner ainsi les 2 parties jusqu'à la fin

Variantes cycle 2,3

Il n'y a pas de variante dans le déplacement. C'est une danse à réserver à la fin du C2 et au C3

Conseils-remarques :

- Attention à l'effet de miroir dans le déplacement latéral.
- Bien écouter la musique car l'intervalle entre les clams n'est pas toujours régulier.
- Faire identifier la phrase d'appel qui précède toujours le clam.
- Ne pas laisser aller jusqu'au sol, les danseurs perdent souvent 1 temps et n'arrive plus à repartir dans le déplacement collectif (effet de chalupe contraire).

19-Zoubia (danse Basque)

C'est une danse jeu qui alterne 2 rythmes ; d'abord 7 temps puis 4 temps, qui accélèrent progressivement, jusqu'à l'impossibilité pour les danseurs ou les musiciens d'aller plus vite.

Les pas de base pour tous les cycles

La position de départ est en ligne de danseurs (face aux musiciens si possible). L'alternance cavalier-cavalière n'est pas utile, et les danseurs ne se touchent jamais. Un espace d'un mètre entre chaque danseur est suffisant.

1^{ère} partie : le déplacement sur 7 temps

Les danseurs partent en pas latéral vers la gauche (les pieds restent face aux musiciens), chaque pas correspondant à un temps, les temps 6 et 7 sont frappés du pied droit sur place. Puis même chose en repartant vers la droite, les temps 6 et 7 sont frappés du pied gauche.

Cette partie est à faire 2 fois.

2^{ème} partie : le déplacement sur 4 temps

Les danseurs partent en pas latéral vers la gauche (les pieds restent face aux musiciens), chaque pas correspondant à un temps, le temps 4 est frappé du pied droit sur place. Puis même chose en repartant vers la droite, le temps 4 est frappé du pied gauche.

Cette partie est à faire 4 fois.

Cette danse alterne toujours un déplacement à gauche puis un déplacement à droite identique. Le danseur revient donc toujours à sa place initiale.

Conseils-remarques :

Attention à l'effet de miroir quand vous présentez la danse aux enfants. Si vous dansez face à eux, partez d'abord à droite. Faire bien identifier le rythme en écoutant sur place la musique et en frappant dans les mains les temps 6 et 7 de la partie 1 et le temps 4 de la partie 2.

Ne pas laisser les enfants se déplacer de profil, ils tourneront alors les pieds, et n'auront plus le temps de repartir à l'opposé quand la musique accélère.

Les obliger à limiter l'amplitude des déplacements.

Passer par un travail sur place, en marquant les temps avec les pieds.

Bien faire repérer l'architecture simple de la danse qui ne fait qu'alterner un même déplacement à gauche puis à droite.

Ne pas hésiter à stopper la danse quand les frappeurs en cascade sont trop nombreux et nuisent à l'écoute de la musique.

20-Rond de Landéda

C'est une danse sur 6 temps qui alterne 2 parties :

un déplacement en ronde avec un pas latéral puis un pas « balancé ».

un déplacement en ronde avec un saut latéral puis un pas « balancé ».

Les pas de base pour tous les cycles

La position de départ est en ronde fermée. L'alternance cavalière-cavalière sera recherchée, mais n'est pas indispensable. Le déplacement général est toujours vers la gauche.

1^{ère} partie : le déplacement en ronde avec un pas latéral puis « balancé ».

Les danseurs se tiennent par les mains et font face au centre de la ronde. Ils partent vers la gauche en pas latéral sur les 3 premiers temps (G, D, G), au temps 4 le pied droit pointe « en l'air » devant le pied gauche, puis reprend sa place au temps 5. Au temps 6, le pied gauche pointe « en l'air » devant le pied droit, puis reprend sa place (temps 1 de la figure suivante). Les temps 4, 5, 6 forment le pas balancé.

Cette figure se réalise 4 fois consécutivement.

2^{ème} partie : le déplacement en ronde avec saut et pas « balancé »

Les danseurs se tiennent par les mains et font face au centre de la ronde. Ils partent vers la gauche du pied gauche (temps 1), puis saut sur le pied droit en croisant par devant le pied gauche (temps 2), puis pas latéral du pied gauche (temps 3). Temps 4, 5, 6, pas balancé comme la 1^{ère} partie.

Remarque : C'est une danse assez difficile, qui laisse peu de répit dans son rythme, et le pas balancé avec des temps marqués en l'air ajoute une complexité.

Variantes cycle 2,3

Le pas balancé :

Il peut être accentué en obligeant les danseurs à pointer et à poser le pied au sol sur les temps 4 et 6.

Il peut même être supprimé dans une première phase d'apprentissage, les enfants restant sur place, sur les temps 4, 5, 6.

Le saut :

Il peut être substitué par un simple passage croisé du pied droit devant le pied gauche. Cela évite aux enfants qui n'entendant pas l'appel au saut, d'être trop décalés et de faire obstacle au déplacement des autres danseurs.

Conseils-remarques :

Attention à l'effet de miroir dans la ronde entre les enfants en vis à vis.

Faire des rondes d'une dizaine d'enfants (pas moins cependant, la rotation serait trop rapide).

Danse à placer en fin de cycle d'apprentissage.

Ne pas laisser les danseurs repartir vers la droite au pointé du pied gauche.

21) Le Branle du rat.

C'est une danse très régulière qui s'appuie sur une fonction : chasser les rats du grenier pour protéger le grain. Elle s'organise en deux rangées, face à face, sans alternance particulière cavalier-cavalière, même si elle peut être souhaitable. La danse enchaîne deux parties :

un déplacement latéral collectif
une figure par deux, avec son vis-à-vis.

Les pas de base pour tous les cycles

La position de départ est organisée en deux rangées qui se font face. Les danseurs sont tournés vers leur vis-à-vis de l'autre rangée.

1^{ère} partie : déplacement en pas latéral

Les danseurs partent en pas latéral, tous dans le même sens, vers les musiciens. Une rangée part vers sa gauche, l'autre vers sa droite, sur 3 pas (ou appuis comme la polka), puis reprend sa place toujours sur 3 pas (aller et retour). Ce déplacement s'effectue 4 fois, sur 24 temps au total.

A la fin de cette figure, les danseurs sont revenus à leur place initiale et font face à leur vis-à-vis.

2^{ème} partie : la figure à deux

En 4 pas très marqués (sur les 4 temps de la musique), les danseurs prennent la place de leur vis-à-vis, puis reprennent leur place initiale sur les 4 temps suivants. Cette figure est à faire 2 fois.

Ce déplacement est sous forme de jeu, les 2 danseurs marquent le 1^{er} temps du pied gauche en exagérant un pas latéral gauche vers leur partenaire, puis même chose vers la droite au temps 2. Les danseurs sont alors face à face, presque au contact, puis s'évitent en terminant le déplacement sur les temps 3 et 4.

On peut faire du bruit avec ses pieds d'un pas lourd, car c'est le moment de chasser les rats.

Variantes C2 et C3

Dans la 1^{ère} partie, faire partir tous les danseurs vers la gauche, le déplacement des 2 rangées sera alors inversé.
Dans la 2^{ème} partie, remplacer le pas latéral par un saut exagéré de côté, renforçant la notion de jeu d'évitement.

Conseils-remarques :

Pour les enfants les plus jeunes, on peut demander aux danseurs d'une même rangée de se tenir par la main. Ainsi, ils partiront plus facilement dans le même sens.

Pour les moins experts, commencer l'apprentissage de la figure 2, en demandant simplement le changement de place, sans exiger de « méthode » particulière.

Pour les groupes les plus en difficulté, ne pas faire le croisement, pour la 2^{ème} figure. En 2 temps on avance vers son vis-à-vis, et sur les 2 temps suivants, on reprend sa place. On peut ajouter alors toute variante (regard, salut,...) ;