

ALUNELUL (Roumanie, Moldavie)



Vidéo Cycle 2



Vidéo Cycle 3

Intérêts pédagogiques :

- Coordination générale synchronisation bras, jambes et déplacements.
- Gestion de l'espace commun et individuel dans le groupe.
- Coordination des mouvements au rythme.

Position de départ : En ligne face à face par 4.

Pas utilisé : Pas latéral.

Structure de la danse	Évolution chorégraphique
VERSION SIMPLE CYCLE 2	
PARTIE 1 32 temps	<ul style="list-style-type: none"> • 3 pas à gauche et frapper 2 fois dans les mains sur les temps 6 et 7. • 1 temps : rien. • 3 pas à droite et frapper 2 fois dans les mains sur les temps 6 et 7. • 1 temps : rien. • 3 pas à gauche et frapper 2 fois dans les mains sur les temps 6 et 7 • 1 temps : rien. <p style="text-align: right;">} BIS</p>
PARTIE 2 32 temps	<ul style="list-style-type: none"> • 7 temps : Les B font un tour sur place et frappent deux fois dans les mains sur les temps 6 et 7. • 1 temps : rien. • 7 temps : Les J font un tour sur place et frappent 2 fois dans les mains sur les temps 6 et 7. • 1 temps : rien. • 7 temps : B et J font un tour sur place et frappent 2 fois dans les mains sur les temps 6 et 7. • 1 temps : rien . • 7 temps : Idem mais B et J tournent dans l'autre sens. • 1 temps : rien.

Pour favoriser la mémorisation associer mot et action. *Exemple pour PARTIE 1 :*

« Gauche, Gauche, Gauche, Tape Tape. Droite, Droite, Droite, Tape, Tape... » (BIS)

VERSION CYCLE 3

Position de départ : en ligne par 4. Se donner la main.

<p>PARTIE 1 32 temps</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 7 temps : 3 pas à gauche et 2 frappés pied droit. • 1 temps : rien. • 7 temps : 3 pas à droite et 2 frappés pied gauche. • 1 temps : rien ; <p style="text-align: right;">} BIS</p>
<p>PARTIE 2 32 temps</p>	<p>15 temps : <i>Proposition guidage parlé</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • 2 pas à gauche et 1 frappé pied droit. « Gauche et Gauche, Tape » • 2 pas à droite et 1 frappé pied gauche. « Droite et Droite, Tape » • 1 pas à gauche et 1 frappé pied droit. « Gauche, Tape » • 1 pas à droite et 1 frappé pied gauche. « Droite, Tape » • 1 pas à gauche et 2 frappés pied droit. « Gauche, Tape, Tape » <p>1 temps : rien.</p> <p>15 temps :</p> <ul style="list-style-type: none"> • 2 pas à droite et 1 frappé pied gauche. « Droite et Droite, Tape » • 2 pas à gauche et 1 frappé pied droit. « Gauche et Gauche, Tape » • 1 pas à droite et 1 frappé pied gauche. « Droite, Tape » • 1 pas à gauche et 1 frappé pied droit. « Gauche, Tape » • 1 pas à droite et 2 frappés pied gauche. « Droite, Tape, Tape » <p>1 temps : rien.</p>

Pour favoriser la mémorisation associer mot et action.

Exemple pour PARTIE 1 :

« Gauche, Gauche, Gauche, Tape Tape. } BIS
Droite, Droite, Droite, Tape, Tape... »