



## Sedem korakov (Seven steps)

♩ = 100  
Intro

F C F C F C

F B<sup>b</sup> C F F C 1. C F 2. C F

B<sup>b</sup> F B<sup>b</sup> B<sup>b</sup> F B

B<sup>b</sup> E<sup>b</sup> F B<sup>b</sup> B<sup>b</sup> F 1. F B<sup>b</sup> 2. F B<sup>b</sup>

F C F C F C

F B<sup>b</sup> C F F C 1. C F 2. C F

**Variante se ločijo v drži para – otroci se ne držijo, vendar so v parih, se držijo za spuščene roke, se držijo za prekrizane roke (plesalčeva desnica je pod plesalkino levico), drža za valček (le starejši učenci)...  
Pari so lahko razporejeni po krogu, polkrogu ali v vrstah, kolonah...**

**Les deux variantes diffèrent dans la position des couples – les enfants ne se tiennent pas, pourtant ils sont en couples; ils se tiennent par les mains baissées; ils se tiennent par les mains croisées (la main droite du danseur et sous la main gauche de la danseuse); on se tient comme pour danser la valse (pour les enfants plus âgés) ...**

**Les couples forment une ronde, demi-ronde ou des lignes ...**

## SEDEM KORAKOV

Zibenšrit so Slovenci verjetno plesali že v 1. polovici 19. stoletja. Da je ples zelo star, opozarja število sedmih korakov, ki naj bi imelo nekdanj magičen pomen. Ples je razširjen po pretežnem delu Evrope, ponekod predvsem kot del otroškega plesnega izročila. Pleše se večinoma v sklenjenemu paru v smereh desno-levo ali naprej-nazaj, ponekod samo po krogu naprej. Čeprav je ples v osnovi paren, pa lahko s prilagoditvami starostnim stopnjam otrok postane tudi skupinski.

## SEDEM KORAKOV (SEPT PAS)

Le nom de la danse Sedem korakov ou Zibenšrit (prononcée *zibenshrit*) veut dire en français Sept pas. On dansait déjà cette danse au début du XIX<sup>e</sup> siècle en Slovénie. Le nombre des pas (sept) est censé avoir une signification magique à l'époque. C'est une danse répandue presque partout en Europe. En certains lieux, elle fait surtout partie du répertoire des danses enfantines. On forme des couples et on se déplace de droite à gauche ou en avant et en arrière. Dans certaines régions, on peut aussi former une grande ronde des couples. Bien que ce soit plutôt une danse de couple, on peut l'adapter à l'âge des danseurs en la faisant une danse de groupe.

## PLES

1. *varianta: ples naprej in nazaj:*

Delamo korake naprej:

1,2,3,4,5,6,7;

Koraki nazaj:

1,2,3,4,5,6,7

Koraki naprej:

1, 2,3;

Koraki nazaj:

1,2,3;

Na mestu se zavrtimo v štirih korakih:

1,2,3,4;

Naprej:

1,2,3;

In nazaj:

1,2,3;

2. *varianta: ples z bočnimi koraki:*

delamo korake v desno:

7 korakov v desno,

7 korakov v levo,

3 v desno,

3 v levo,

4 v krogu,

3 v desno,

3 v levo.

## LA DANSE

1<sup>ère</sup> variante: *la danse en avant et en arrière:*

On fait:

7 pas en avant (départ pied droit)

7 pas en arrière

3 pas en avant

3 pas en arrière

On tourne sur soi-même en faisant 4 pas: 1,2,3,4

Puis on fait:

3 pas en avant

3 pas en arrière

2<sup>e</sup> variante:

On fait:

7 pas à droite

7 pas à gauche

3 pas à droite

3 pas à gauche

4 pas en tournant sur soi-même

3 pas à droite

3 pas à gauche