



0680CH14

سرگرمی 1: سون روایتی نژن۔

پننس خطک کانہہ تہ روایتی رقص تہ آتہ ستہ وابسطہ
بأتک انتخاب گریو
پننس علاقس مژ استعمال کرنہ پنہ والین سازن
ستہ تالہ مژ نژن۔



بیہو

باب 14

حرکژ منز ہم آہنگی

بندوستانس مژ چہ روایتی رقصن بُند اکہ برپور ٹیپسٹری
شامل، یمن مژ پزیتہ کانہہ چہ ملکہ کس مختلف ثقافتی
ورثس مژ سیٹھا جڑتہ۔ یم نژن چہنہ صرف تحریک
اظہار، بلکہ چہ دلپلہ، جذبات تہ روحانیت تہ واتناوان۔
اکہ روایتی نژن بیکہ شاستریہ نرتیہ یا لوکا نرتیا آستہ۔
سانہ ثقافتس مژ چہ رقصچ مختلف قسمہ مختلف خوشبو
پہلاوان یم فطرتس مژ منفرد چہ۔

اسہ نش چہ متعذر آلات، خصوصیات، لباس، زبانہ تہ
ثقافتی عقائد یم لوکن بُند کنہہ گروپن بُند ذریعہ چہ انجام
دینہ یوان۔ پتہی روایتی رقص چہ سانہ قومچ ترقی کران تہ
سماجی تہ اخلاقی سالمیت مضبوط کران۔

وونی چہ تہنژ ذمہ داری ز سانس رقصک بہرپور ثقافتی
ورثہ محفوظ تہ بچاؤن



سرگرمی 2: رقص بناؤن زیورات تہ سامان

رقص خاطر ضروری لباسن متعلق کرو پنہن متعلقہ جماؤن ستم کتہ باتہ۔ گتہ، رنگین کاغذ، آرائشی ربن بیتر بند استعمال کرتہ کرو یہ پانہ بناونچ کوشش۔

مثال: نرنکی زیورات یتہ گنی بار، کلہ پلو، بنومان۔
بتہ ماسک تہ ملکہ بند تاج۔

مثال 1: آسامک بیہو چہ ڈھول نامی اکھ ساز تہ اکھ متفرد ہوا ساز استعمال کران یس مائسن بند بینگہ ستہ بناونہ چہ یوان یتہ پیپا ونان چہ۔

مثال 2: سیدی دھمال رقص چہ گجراتک۔ یہ چہ کارکردگی دوران بڑو ڈرم ساز پاتھی استعمال کران۔
کیاہ توبہ چہیو تیار پرفارم کرنہ باپت؟ صرف کرو بہ چہا اتہ پیٹھ بحر کر مٹس اکس وقتس خاطر انتظار۔ کیا تہی گمی پروپس (اگر کاٹہ یتہ گنی بانہ، لٹی، و آج ...) کرو پنہن رقص مٹز استعمال؟

کیاہ توبہ چہا کنہ مخصوص رقص مٹز استعمال گڑھن والی لباسن بند انداز یس تہی پرفارم کران چہو؟
ہندوستانس مٹز چہ تمام رقص سانہ ثقافتی وراثتس مٹز جڑتہ۔ رقص مٹز چہ نہ صرف حرکت، تال، موسیقی شامل بلکہ اتہ مٹز چہ لباس، پروپ، میک اپ تہ سٹیج پوزیشن تہ شامل۔



گجراتک سیدی دھمال رقص



ایرنگ



بار



بیڈ گنر



گھنگرو

سرگرمی 3: زیورن بُند اکھ تُکر یا پننہ پسندک اکھ پروپ بناؤ۔



© NCERT
not to be republished

کاغذ، گتہ، کُپر بیتَر استعمال کُرتھ کُرو یم بناوِیچ کُوشش۔

(ڈانس ڈراما) ناٹیا

اسہ چہ نہ صرف 'ڈانس' لفظ چہ خبر بلکہ 'ڈراما' تہ۔
 کیاہ یہ کرکام اگر اسی رقص تہ ڈراما دوشوے
 اکہ وٹہ رلاو
 رقص ڈرامہ یا ناٹیا چہ تخلیقی اظہار چہ اکہ
 شکل بیتہ شرکاء رقصس رلپل وننہ یا قدمن،
 جسم تہ بستامودرن بند استعمال کرتہ پاغام
 واتناونہ خاطر اکہ ذریعہ پاٹھی استعمال کران چہ
 یم اکثر باتن تہ موسیقی پیٹھ عمل کران چہ۔



سرگرمی 4: کارکردگی جایہ بند علم

- کلاسس منز گرو بونہ کنہ نہ امتین کتھن پی۔
- کارکردگی بٹاونہ ورآے چہ ضروری پروپس سٹیجس پیٹھ تھاونہ۔
- تم لباسہ ڈیزائن کرنی یم آرام محسوس کران چہ (اتھہ تہ زنگہ تلنی، ووٹھ تلنی، پلٹاؤنی، بیتہ)۔
- دیو طرفو ستی سٹیج پیٹھ رآخلہ تہ نیرن۔ (تھیٹر سیکشنس (منز کریو سٹیج سٹرکچر حوالہ۔

رقصچہ مختلف شکلن منز چہ مختلف پروپس تہ سٹیج سجاوٹ آسان۔ وومید چہ ز رقصک پریتھ عنصر چہ سارنہ خاطر واضح۔

ونیک تام چھو توبہ لوکٹین گروپن منز کام گرمز۔ بزونہ کن، گرو تہی اکس اجتماعی جماڑ پاٹھی کام یتھ منز طبقہ کی تمام رکن شامل!! چہ۔ وونی گرو تہی اکہ نو چیز ژھانڑتھ



نیٹس سیت نژن



موسیقار یم اکس پروگرامس منز بہتھ چہ

پرفارمرن درمیان تعاون



رقصڪ ڌراما ڇهه تحريڪ ته اداڪاري ٻنڌ فن ڪم ذريعي
اڪهه دليل انان- رقصڪ ڌراما بيڪن مختلف
موضوعات، ثقافتن يا تاريخي واقعاتو سٽي متاثر
گڙهه، يس فنڪارانه ايڪسپلوريشن خاطر اڪهه بهرپور
ته متنوع پليٽ فارم فراهم ڇهه ڪران-

رقص ڌراما بس مٿي ڇهه اداڪارن درمیان هم آبنگي،
اظهار ته تعاون ڇ ضرورت آسان-

ڪوارڊينيشن



ايڪسپريشن



سرگرمی 5: فطرتچ اکھ کھانی باگراونی

فطرتس یا ماحول، یا تحریک آزادی ستری وابستہ اکھ
دلیل ژھانڑ تہ کرو بحرئیس معاشرس اخلاقی قدر
واتناوان چہ۔

... سونچو

... بحر کریو

... لیکھیو

مثالہ

—اتھ ستری وابستہ دلیلہ

- پلاسٹک کہ استعمالس نش بچن۔
- آبی ذخائر بچاوان۔
- موبایل فونک واریاہ زیاد استعمال۔
- نامیاتی کاشتکاری۔
- تعلیمس منز مساوات۔

نوٹ: انگریزی یا کُنہ تہ زبانہ بنز درسی کتابہ منز کرو
اکھ دلیل

کلاسس منز کرو اکھ مناسب دلیل ژارو تہ کرو
شروہ یس تہی پننس اندی پکھی کس صورتہ حال تہ
علاقس ستری وابسطہ آسہ۔

سکرپٹ چہ اکھ تحریری دستاویز یتھ منز
ڈائلاگ، گیون، ایکشن، تہ ڈانس ڈراما، ناٹیا بنز
کارکردگی یا پریزنٹیشن خاطر ہدایت چہ آسان۔
رقصس منز چہ مکالمہ زیاد تر ہستامدرا کہ ذریعہ
آسان حالانکہ لفظ تہ پکھو استعمال کرتہ۔

اُکس منتخب دلیلہ یا نظمہ خاطر کرو اکھ سکرپٹ
لیکھنچ کوشش تہ اکھ ناٹیا بناونہ خاطر کرو اکھ اُکس ستری
خیالات شیئر۔

سکرپٹ لیکھنہ وز کرو ہستمودرس، کردارن، لباس،
پروپس تہ سٹیج ضرورتن ستری ڈائلاگن متعلق سوچ۔
اتھ سرگرمیس منز چہو تہی دلیلہ پننن تمام کردارن
زندگی دوان۔

ناٹیا چہ کارکردگی خاطر کرو ہستا مدراس، اتھن تہ
جسمچ حرکتن بنز مشق۔

تال، قدم، حرکتہ، ہستمودراس، نظم تہ عملس منز کرو
طریقہ مرتب۔

امہ علاو کرو بول یا کولوکیٹس (مثلاً، تھا کا دھی می) تہ
سرگم (اکثر میوزک کلاسس منز بیچھنہ پیوان) استعمال کرتہ
تال دار نمونن ستری رقصچ شناخت یم ناٹیاہس منز شامل
چہ۔

بُتھک تاثرات کرو پریکٹس یس ناٹیاہس منز اکھ اہم
عنصر چہ۔ توبہ ساروے چہ پننہ ناٹیا کس منظم نتیجس
خاطر اکہ وٹہ کام کرنہ پیوان۔

سرگرمی 6 :

کورئوگرافی تہ پرفارمنگ ناٹیا

اکہ وٹہ پو تہ اُکس ناٹیا پچ کورئوگرافی گرویتھ مَنز
بطور ٹیم کام کرتھ مکالمہ، تال دار موسیقی، رقص
دھڑکن تہ حرکتہ شامل چہ۔



کورئوگرافی کس بیتھ مرحلس منز چہ اسہ
پروپس، لباس، جوآبرات، سٹیج سجاوٹ وغار وچھنچ
ضرورت۔

پرفارم کرنہ وز گروگوڈے پروپس ستی پریکٹس
تاکہ تہی بیگو تہ آرام سان سمبھالتہ۔
اکہ لٹہ بیلہ کورئوگرافی بیہ کرنہ، یہ چہ مشق
کرنک وق۔

!!پریکٹیکل! پریکٹیکل! پریکٹیکل!
... کامیابی بند کلیدی عنصر چہ پریکٹس
ناٹیا پچ پریکٹس پتہ، وونی چہ سٹیجس پیٹھ
مشق کرنک وق۔

!واریاہ اصل
پن ناٹیا گرو پننس کلاسس یا واریابن سامعین
بزوتہ کنہ۔

