



4537CH19

باب 19

میرا رقص اور تمہارا رقص



سرگرمی 19.1 میرے آنگن کارقص

استاد کے لیے نوٹ: کسی علاقائی رقص کے ماہر یا گروپ کے پاس فیڈ بک کا انتظام کریں۔

کیا آپ کے علاقے میں رقص کا کوئی طریقہ ہے جس کی آپ مشق کرتے ہیں؟ کیا آپ نے کبھی اپنے علاقائی رقص کو پیش کرتے ہوئے دیکھا ہے؟ اب آپ ایک فیڈ بک پر جائیں گے جہاں آپ کسی علاقائی رقص کے ماہر سے ملیں گے اور ان سے رقص سیکھیں گے۔

نیچے ان کے کچھ منفرد عناصر کی فہرست بنائیں:



❖ رقص کا نام _____

❖ رقص کرتے وقت کون سا لباس پہنا جاتا ہے؟ _____

❖ کیا آپ نے کوئی پراپس استعمال کیے؟ _____

❖ یہ رقص کس موقع پر کیا جاتا ہے؟ _____

❖ رقص میں استعمال ہونے والے موسیقی کے سازوں کی فہرست _____

سرگرمی 19.2

میرے پڑوسی علاقوں کے رقص

اپنے استاد اور دوستوں کے ساتھ پڑوسی علاقوں کے لوک رقص پر بات چیت کریں اور ان کی فہرست بنائیں۔ پھر کسی ایک رقص کا انتخاب کریں جسے آپ سیکھنا چاہتے ہیں۔
کسی ورکشاپ یا فن کار سے اپنے پڑوسی علاقے کے رقص کی ایک قسم سیکھیں۔



اپنے رقص اور اپنے پڑوسی کے رقص کا موازنہ کرتے ہوئے دی گئی ٹیبل کو پُر کریں۔

کسی اور علاقے کا لوک رقص	میرے علاقائی لوک رقص	
		1. نام
		2. لباس
		3. اہم ساز
		4. ساز و سامان (پراپس)

اختتام

سرگرمی 19.3

اپنے علاقائی رقص یا پڑوسی علاقوں کے رقص
اسکول میں پیش کریں۔



باب 19- میرا رقص اور تمہارا رقص

خود	استاد	آموزشی ماہصل	سی	سی جی
		اپنے علاقائی رقص کو سیکھنے میں دل چسپی دکھانا۔	3.1	3
		رقص پیش کرنے کے لیے مشترکہ کوشش کرنا۔	3.2	3
		حرکت میں حصہ لینا اور پڑوسی علاقوں کے رقص پر گفتگو کرنا اور سیکھنا۔	4.2	4

استاد کے مشاہدات:



دیگر تاثرات:

تکمیلی جائزہ

رقص	انفرادی	گروپ - 4 یا 5 گروپوں میں تقسیم
	1. ایک ایسی حرکت دکھائیں جس میں بازو، پاؤں اور آنکھیں شامل ہوں۔	ہر گروپ بھارت کے کسی رقص کی چند لائنیں پیش کرے۔
	2. ہاتھ کے اشاروں کے ذریعے اپنی پسند کا کوئی جذبہ دکھائیں۔ چاہے اپنا ذاتی تجربہ ہو یا قدرت سے متعلق ہو۔	ہر گروپ ایک حس (Sense) چنے اور اس حس سے جڑا ہوا جذبہ ہاتھ کے اشارے اور جسمانی انداز میں ظاہر کرے۔



نوٹ

© NCERT
not to be republished

نوٹ

© NCERT
not to be republished