



हालचाल
आनी नाच

शिक्षका खातीर

- दर एका कार्यावळी खातीर नाचाची हालचाल दाखोवप आनी दाखोवप.
- रेकॉर्ड केल्लो आवाज, वेगवेगळ्या तालांचे आनी साद्या गितांचो ताल, दर एका वर्गा खातीर हाताक दवरात.
- चर्चा सुरु करप आनी दरेक कार्यावळ परस्पर क्रियाशील करप. हाका लागून भुरग्याक दर एका कार्यावळीचो स्वतंत्रपणान विचार करपाक मेळटा.
- भुरग्यांच्या प्रतिसादाचेर आदारीत पाठ्यपुस्तकांत दिल्ल्या कार्यावळींचेर बांदावळ करपाक मेकळीक जाय. तांणी एका विशिश्ट कार्यावळींत चड आवड दाखयल्यार चड बदल करून ताची पुनरावृत्ती करूं येता.



DANCE

तुमी नाच हें उतर आयकलां ?

आमी ताचो विस्तार अशें करुंक शकतात-

D — करात

A — कृती

N – कथन

C — रचना

E — आनंद

हीं उतरां आयकतकच तुमकां नाचपाची इत्सा जावं येता.

किम्बोई आनी विमला
नाचतात.



घडये तुमचो राजेश सर , ऋषी आनी
सोना तीं दांडो घेवन एकठांय नाचतात.



ऋषी आनी सोना ही
एकठांय नाचप.



तुमकां खोशी वा जादू दिसता ?

आतां सोडून दी तें... 'मजा करपाचो' वेळ आयला.

11 आमकां नाचूं दी

कृती 1 मुक्तपणान हालात

तुमचें शरीर हालयता आनी तुमच्या वाठारांतल्या एका लोकप्रिय गीताचेर नाचात.

देखीक: लोकप्रिय बालगीताचेर वा लोकगीताचेर मुक्तपणान नाचात.



0337CH11



शिक्षकाक टिपणी

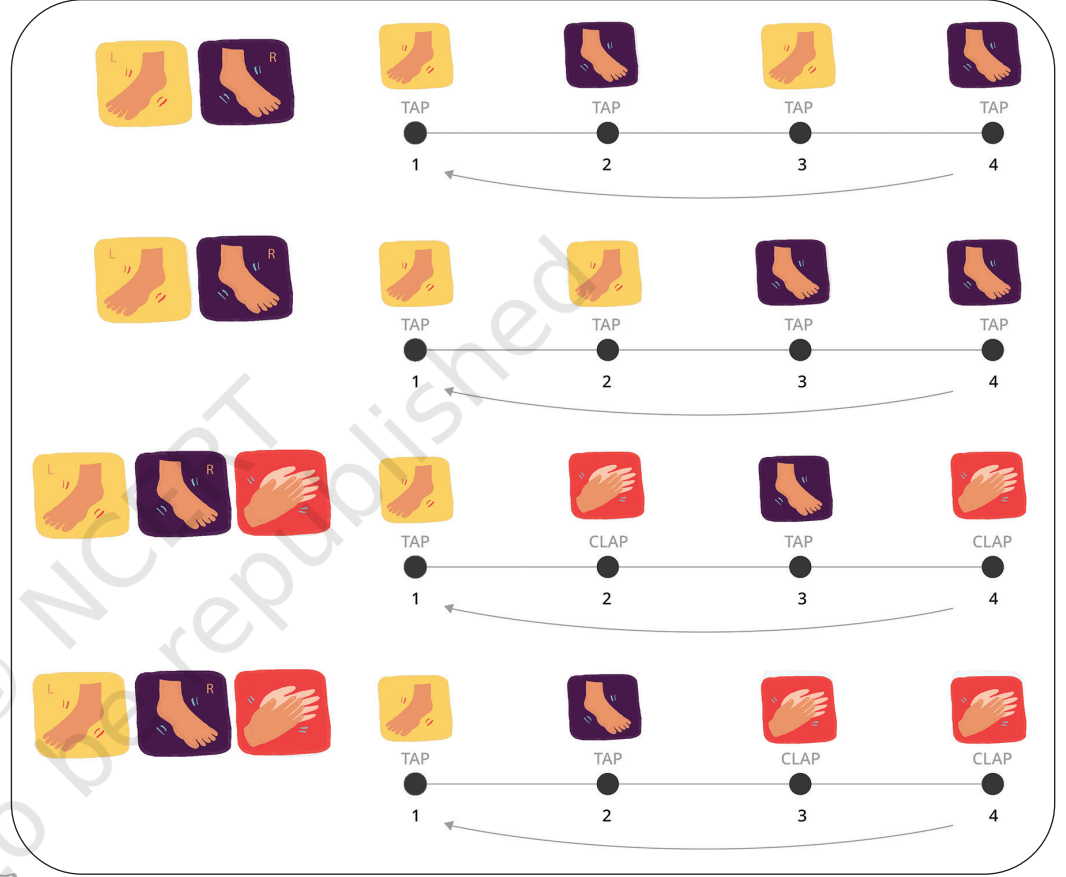
पारंपारीक गीत वा भुरग्यांची बालगीतां वाजोयात.

कृती 2 तालार नाचात

- गाण्या वांगडा वा ड्रम बीटा वांगडा नाचपाची तयारी करात. संगीतांत जायते तरेचे लयबद्ध नमुने आसात. वेगवेगळें नमुने आयकल्या उपरांत तुमकां तुमची स्वताची हालचाल तयार करपाक मजत जातली.
- तुमचो पांय मारचो.
- गीताच्या तालार टाळयो मारतात.

देखीक-

- पायाची बोटां आनी सपाट पांय वा खुळी आनी सपाट पांय वापरात.
- गोल तयार करात.
- टाळयो मारतना आनी पांय मारतना हालात.
- पळोयात आनी चित्राक पाळो दियात.
- दावो पांय आनी उजवो पांय वापरात.
- '4 ताल, ताल वा ताला मारपाक हात वापरांत.



शिक्षकाक टिपणी

शिक्षक बोटां, पांय दाखोवपाक समन्वय सादपाक शकता आनी विद्यार्थ्यांचे एक गट तयार करपाक मजत करूंक शकता.

नाचांत एकठांय वचप खूब म्हत्वाचें, जेन्ना दोगां परस चड जाण (एका गटांत) नाचत आसतात.

आनंद घेतलो? आपलो आनंद सोयऱ्यां वांगडा वांटून घेयात.

कृती 4 चार तालांतल्यान हालचाली करांत

गटांत चार तालांची वेगवेगळी जोड वापरपाचो यत्न करात.

- हालचालींचो सादो नमुनो तयार करात.
- तुमच्या गटा वांगडा हाताच्यो हालचाली (हस्त) करात.

आनी अक्षरांचोय सराव करात.

ताल घेवून उदाहरणः

ना धीं धीं ना

वा

ताका धिमी ताका झुनू

वा

ता थंय थंय तात

आनी मागीर फुडे

शिक्षकाक टिपणी

चार बीटां खातीर कृती 2 पळयात.



कृती 5 हात वा बोटांची हालचाल

जनावरांच्या हालचालींचें निरिक्षण करात आनी शिकात आनी हालचालींची नकल करात. सकयल कांय हात आनी बोटांच्यो हालचाली दिल्यात, तातूंत वेगवेगळीं फुलां, सुकणीं वा जनावरां दाखयतात.



फुलां



नाग



उडपी पक्षी



नुस्तें



पोपट



प्राणी

ह्या हाताच्या आनी बोटांच्या हालचालींचो सराव करचो. तशेंच सुकणीं, मनीस, जनावरां, झाडांच्यो मुद्रा आदी हेर हालचालींचें निरिक्षण करून तांकां हातांनी वा बोटांनी व्यक्त करपाचो यत्न करात.

कृती 6 हातांच्या हालचाली कडेन पावलां जुळोयात

चार ताल अक्षरां आनी वेगवेगळ्या हात-बोटांच्या हालचालींच्या संयोगान तुमच्या इश्टां वांगडा गीताच्या वा ल्हान काणयेचेर एकाच ओळीचेर नाचात.

तुमकां चार-आठ ठोत्याचें ताल वळखुपाक येता ?

तुमी खूब उर्बा घेवन तालां वांगडा नाचपाक शकता ?

जनावरां, पक्षी, फुलां, निसर्ग आनी हेर गजालींची कृती दाखोवपा खातीर हात हालयात... आनी फुडे.....

हय ! नाचत रावात...



शिक्षकाक टिपणी
चार तालांची सादी गीतां
सुचयात.