



ਅਧਿਆਇ ੧੪:

ਗਤੀ ਵਿਚ ਇਕਸੁਰਤਾ

ਭਾਰਤ ਰਵਾਇਤੀ ਨਾਚਾਂ ਦੀ ਇੱਕ ਅਮੀਰ ਟੇਪਸਟਰੀ ਦਾ ਮਾਣ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਹਰੇਕ ਦੇਸ਼ ਦੀ ਵਿਭਿੰਨ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਵਿਰਾਸਤ ਵਿੱਚ ਡੂੰਘੀ ਜੜ੍ਹਾਂ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਨਾਚ ਸਿਰਫ ਅੰਦੋਲਨ ਦਾ ਪ੍ਰਗਟਾਵਾ ਨਹੀਂ ਹਨ, ਬਲਕਿ ਕਹਾਣੀਆਂ, ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਅਤੇ ਅਧਿਆਤਮਿਕਤਾ ਨੂੰ ਵੀ ਦਰਸਾਉਂਦੇ ਹਨ।

ਇੱਕ ਰਵਾਇਤੀ ਨਾਚ ਸ਼ਾਸਤਰੀ ਨ੍ਰਿਤਿਆ ਜਾਂ ਲੋਕ ਨ੍ਰਿਤਿਆ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸਾਡੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਵਿੱਚ ਨਾਚ ਦੀ ਵਿਭਿੰਨਤਾ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸੁਰੰਧਾਂ ਫੈਲਾਉਂਦੀ ਹੈ ਜੋ ਕੁਦਰਤ ਵਿੱਚ ਵਿਲੱਖਣ ਹਨ।

ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਯੰਤਰ, ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ, ਪਹਿਰਾਵੇ, ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਹਨ ਜੋ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਕਈ ਸਮੂਹਾਂ ਦੁਆਰਾ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਅਜਿਹੇ ਰਵਾਇਤੀ ਨਾਚ ਸਾਡੇ ਦੇਸ਼ ਨੂੰ ਉੱਚਾ ਚੁੱਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਅਤੇ ਨੈਤਿਕ ਅਖੰਡਤਾ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਹੁਣ, ਇਹ ਤੁਹਾਡੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਨਾਚ ਦੀ ਸਾਡੀ ਅਮੀਰ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਵਿਰਾਸਤ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖੋ।



0680CH14

ਗਤੀਵਿਧੀ ੧ :

ਸਾਡਾ ਰਵਾਇਤੀ ਡਾਂਸ

ਆਪਣੇ ਖੇਤਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਰਵਾਇਤੀ ਨਾਚ ਅਤੇ ਇਸ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਗੀਤ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰੋ। ਆਪਣੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਯੰਤਰਾਂ ਨਾਲ ਇੱਕ ਤਾਲ ਵਿੱਚ ਨਾਚ ਕਰੋ।



ਬਿਹੂ



ਗੁਜਰਾਤ ਦਾ ਸੀਦੀ ਧਮਾਲ ਡਾਂਸ

ਉਦਾਹਰਣ 1: ਅਸਾਮ ਦਾ ਬਿਹੂ ਢੋਲ ਨਾਮਕ ਇੱਕ ਯੰਤਰ ਅਤੇ ਮੱਝ ਦੇ ਹਾਰਨ ਤੋਂ ਬਣੇ ਇੱਕ ਵਿਲੱਖਣ ਹਵਾ ਯੰਤਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਿਸਨੂੰ ਪੇਪਾ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਉਦਾਹਰਣ 2: ਸੀਦੀ ਧਮਾਲ ਨਾਚ ਗੁਜਰਾਤ ਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਦੌਰਾਨ ਵੱਡੇ ਡਰੱਮਾਂ ਨੂੰ ਸਾਧਨ ਵਜੋਂ ਵਰਤਦਾ ਹੈ।

ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੋ? ਬੱਸ ਇੱਕ ਪਲ ਲਈ ਉਡੀਕ ਕਰੋ। ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਚਰਚਾ ਕੀਤੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਡਾਂਸ ਵਿੱਚ ਕਿਹੜੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋਗੇ (ਜੇ ਕੋਈ ਭਾਂਡੇ, ਡੰਡੇ, ਅੰਗੂਠੀਆਂ ...)

ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਖਾਸ ਨਾਚ ਵਿੱਚ ਵਰਤੇ ਗਏ ਪਹਿਰਾਵੇ ਦਾ ਕੋਈ ਵਿਚਾਰ ਹੈ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਪੇਸ਼ ਕਰਨ ਜਾ ਰਹੇ ਹੋ?

ਭਾਰਤ ਦੇ ਸਾਰੇ ਨਾਚ ਸਾਡੀ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਵਿਰਾਸਤ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਹੋਏ ਹਨ। ਨਾਚ ਵਿੱਚ ਨਾ ਸਿਰਫ ਅੰਦੋਲਨ, ਤਾਲ, ਸੰਗੀਤ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਬਲਕਿ ਇਸ ਵਿੱਚ ਪਹਿਰਾਵਾ, ਪੇਪ, ਮੇਕਅੱਪ ਅਤੇ ਸਟੇਜ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਗਤੀਵਿਧੀ 2 : ਡਾਂਸ ਗਹਿਣੇ ਅਤੇ ਪੇਪਸ ਬਣਾਉਣਾ

ਨਾਚ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੇ ਪਹਿਰਾਵੇ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ-ਆਪਣੇ ਗਰੁੱਪਾਂ ਨਾਲ ਵਿਚਾਰ-ਵਟਾਂਦਰਾ ਕਰੋ। ਗੱਤੇ, ਰੰਗ ਕਾਗਜ਼, ਸਜਾਵਟੀ ਰਿਬਨ ਆਦਿ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਇਸ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ।

ਉਦਾਹਰਣ: ਡਾਂਸ ਦੇ ਗਹਿਣੇ ਜਿਵੇਂ ਹਾਰ, ਹੈਂਡ ਡਰੈਸ, ਹਨੂੰਮਾਨ ਫੇਸ ਮਾਸਕ ਅਤੇ ਰਾਈ ਦਾ ਮੁਕਟ।



ਕੰਨ ਦਾ ਗਹਿਣਾ



ਗਲੇ ਦਾ ਹਾਰ



ਸਿਰ ਦਾ ਗਹਿਣਾ



ਘੁੰਗਰੂ

ਗਤੀਵਿਧੀ ੩: ਆਪਣੀ ਪਸੰਦ ਦਾ ਗਹਿਣਾ ਜਾ ਪ੍ਰੋਪ ਬਣਾਓ।



© NCERT
not to be republished

ਕਾਗਜ਼, ਗੱਤੇ, ਕੱਪੜੇ ਆਦਿ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ।



ਜਾਲ ਨਾਲ ਨੱਚਣਾ



ਸੰਗੀਤਕਾਰ ਇਸ ਲਈ ਬੈਠੇ ਹਨ
ਇੱਕ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ

ਗਤੀਵਿਧੀ ੪ : ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਸਪੇਸ ਦਾ ਗਿਆਨ

ਕਲਾਸ ਵਿੱਚ ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ-ਵਟਾਂਦਰਾ
ਕਰੋ।

- ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਦਾ ਧਿਆਨ ਭਟਕਾਉਣ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ
ਸਟੇਜ 'ਤੇ ਲੋੜੀਂਦੇ ਪ੍ਰੋਪਸ ਰੱਖਣਾ।
- ਅਜਿਹੇ ਪਹਿਰਾਵੇ ਡਿਜ਼ਾਈਨ ਕਰਨਾ ਜੋ ਨੱਚਣ
ਲਈ ਆਰਾਮਦਾਇਕ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ (ਹੱਥ
ਅਤੇ ਲੱਤਾਂ ਚੁੱਕਣਾ, ਛਾਲ ਮਾਰਨਾ, ਉਲਟਣਾ,
ਆਦਿ)।
- ਸਟੇਜ ਤੋਂ ਦੋ ਪਾਸਿਆਂ ਰਾਹੀਂ ਦਾਖਲ ਹੋਣਾ ਅਤੇ
ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਣਾ। (ਥੀਏਟਰ ਸੈਕਸ਼ਨ ਵਿੱਚ
ਸਟੇਜ ਢਾਂਚੇ ਨੂੰ ਦੇਖੋ।)

ਵੱਖ-ਵੱਖ ਡਾਂਸ ਫਾਰਮਾਂ ਵਿੱਚ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਪ੍ਰੋਪਸ ਅਤੇ
ਸਟੇਜ ਸਜਾਵਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਉਮੀਦ ਹੈ ਕਿ ਡਾਂਸ ਦਾ ਹਰ
ਤੱਤ ਸਾਰਿਆਂ ਲਈ ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੈ।

ਹੁਣ ਤੱਕ, ਤੁਸੀਂ ਛੋਟੇ ਸਮੂਹਾਂ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕੀਤਾ ਹੈ।
ਅੱਗੇ ਵਧਦੇ ਹੋਏ, ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਸਮੂਹਕ ਸਮੂਹ ਵਜੋਂ ਕੰਮ
ਕਰੋਗੇ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਕਲਾਸ ਦੇ ਸਾਰੇ ਮੈਂਬਰ ਸ਼ਾਮਲ
ਹੋਣਗੇ। ਹੁਣ, ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਨਵੀਂ ਚੀਜ਼ ਦੀ ਪੜਚੋਲ
ਕਰਨ ਜਾ ਰਹੇ ਹੋ!

ਡਾਂਸ ਡਰਾਮਾ (ਨਾਟਿਆ)

ਅਸੀਂ ਨਾ ਸਿਰਫ 'ਡਾਂਸ' ਸ਼ਬਦ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹਾਂ ਬਲਕਿ
'ਡਰਾਮਾ' ਵੀ ਜਾਣਦੇ ਹਾਂ।

ਕੀ ਇਹ ਕੰਮ ਕਰੇਗਾ ਜੇ ਅਸੀਂ ਡਾਂਸ ਅਤੇ ਡਰਾਮਾ
ਦੋਵਾਂ ਨੂੰ ਇਕੱਠੇ ਜੋੜਦੇ ਹਾਂ?

ਡਾਂਸ ਡਰਾਮਾ ਜਾਂ ਨਾਟਿਆ ਰਚਨਾਤਮਕ ਪ੍ਰਗਟਾਵੇ
ਦਾ ਇੱਕ ਰੂਪ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਭਾਗੀਦਾਰ ਨਾਚ ਨੂੰ ਕਹਾਣੀ
ਦੱਸਣ ਜਾਂ ਕਦਮਾਂ, ਸਰੀਰ ਅਤੇ ਹਸਤਾਮੁਦਰਾਵਾਂ ਦੀ
ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਸੰਦੇਸ਼ ਦੇਣ ਦੇ ਸਾਧਨ ਵਜੋਂ ਵਰਤਦੇ ਹਨ ਜੋ
ਅਕਸਰ ਗੀਤਾਂ ਅਤੇ ਸੰਗੀਤ ਨੂੰ ਪੇਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ।



ਡਾਂਸ ਡਰਾਮਾ ਲਈ ਕਲਾਕਾਰਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਤਾਲਮੇਲ, ਪ੍ਰਗਟਾਵੇ ਅਤੇ ਸਹਿਯੋਗ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਤਾਲਮੇਲ



ਪ੍ਰਗਟਾਵੇ



ਕਲਾਕਾਰਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਸਹਿਯੋਗ



ਡਾਂਸ ਡਰਾਮਾ ਗਤੀਵਿਧੀ ਅਤੇ ਅਦਾਕਾਰੀ ਦੀ ਕਲਾ ਰਾਹੀਂ ਇੱਕ ਕਹਾਣੀ ਲਿਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਡਾਂਸ ਡਰਾਮਾ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਥੀਮਾਂ, ਸਭਿਆਚਾਰਾਂ ਜਾਂ ਇਤਿਹਾਸਕ ਘਟਨਾਵਾਂ ਤੋਂ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਕਲਾਤਮਕ ਖੋਜ ਲਈ ਇੱਕ ਅਮੀਰ ਅਤੇ ਵਿਭਿੰਨ ਪਲੇਟਫਾਰਮ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਗਤੀਵਿਧੀ ੫: ਕੁਦਰਤ ਦੀ ਕਹਾਣੀ ਨੂੰ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨਾ

ਕੁਦਰਤ ਜਾਂ ਵਾਤਾਵਰਣ, ਜਾਂ ਸੁਤੰਤਰਤਾ ਅੰਦੋਲਨ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਕਿਸੇ ਕਹਾਣੀ ਦੀ ਭਾਲ ਕਰੋ ਅਤੇ ਵਿਚਾਰ-ਵਟਾਂਦਰਾ ਕਰੋ ਜੋ ਸਮਾਜ ਨੂੰ ਨੈਤਿਕ ਮੁੱਲ ਦਿੰਦੀ ਹੈ।

ਉਦਾਹਰਨਾਂ

ਇਸ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਕਹਾਣੀਆਂ-

- ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰੋ।
- ਜਲ ਸਰੋਤਾਂ ਨੂੰ ਬਚਾਉਣਾ।
- ਮੈਬਾਈਲ ਫੋਨ ਦੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਰਤੋਂ।
- ਜੈਵਿਕ ਖੇਤੀ
- ਸਿੱਖਿਆ ਵਿੱਚ ਸਮਾਨਤਾ।

ਨੋਟ: ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਭਾਸ਼ਾ ਦੀ ਪਾਠ ਪੁਸਤਕ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਕਹਾਣੀ ਚੁਣੋ।

ਕਲਾਸ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਉਚਿਤ ਕਹਾਣੀ ਚੁਣੋ ਅਤੇ ਸਾਂਝਾ ਕਰੋ ਜਿਸਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਅਤੇ ਖੇਤਰ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਸਕ੍ਰਿਪਟ ਇੱਕ ਲਿਖਤੀ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਡਾਂਸ, ਗੀਤ, ਐਕਸ਼ਨ, ਅਤੇ ਡਾਂਸ ਡਰਾਮਾ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਾਰੀ ਜਾਂ ਪੇਸ਼ਕਾਰੀ ਲਈ ਨਿਰਦੇਸ਼ਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਨਾਟਿਆਂ ਨਾਚ ਵਿੱਚ, ਸੰਵਾਦ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਰਾਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਮੁਦਰਾਵਾਂ ਤੱਕ ਹਾਲਾਂਕਿ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਵੀ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਸੋਚੋ...

ਵਿਚਾਰ ਵਟਾਂਦਰੇ ਕਰੋ ...

ਲਿਖੋ ...

ਕਿਸੇ ਚੁਣੀ ਹੋਈ ਕਹਾਣੀ ਜਾਂ ਕਵਿਤਾ ਵਾਸਤੇ, ਇੱਕ ਸਕ੍ਰਿਪਟ ਲਿਖਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ ਅਤੇ ਇੱਕ ਨਾਟਿਆਂ ਰਚਨਾ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਨਾਲ ਵਿਚਾਰ ਸਾਂਝੇ ਕਰੋ।

ਸਕ੍ਰਿਪਟ ਲਿਖਦੇ ਸਮੇਂ, ਸੰਵਾਦਾਂ ਬਾਰੇ ਸੋਚੋ ਮੁਦਰਾਵਾਂ ਤੱਕ, ਪਾਤਰ, ਪਹਿਰਾਵੇ, ਪ੍ਰੋਪਸ ਅਤੇ ਸਟੇਜ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ।

ਇਸ ਗਤੀਵਿਧੀ ਵਿੱਚ, ਤੁਸੀਂ ਕਹਾਣੀ ਦੇ ਸਾਰੇ ਪਾਤਰਾਂ ਨੂੰ ਜੀਵਨ ਦੇ ਰਹੇ ਹੋ।

ਅਭਿਆਸ ਮੁਦਰਾਵਾਂ ਤੱਕ, ਹੱਥ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਦੀਆਂ ਹਰਕਤਾਂ ਨਾਟਿਆਂ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ।

ਤਾਲ, ਕਦਮਾਂ, ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਦੇ ਤੱਤਾਂ ਨੂੰ ਸੰਕਲਿਤ ਕਰੋ, ਮੁਦਰਾਵਾਂ ਤੱਕ, ਕਵਿਤਾ ਅਤੇ ਅਭਿਆਸ ਵਿੱਚ ਅਭਿਆਸ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਨਾਲ ਹੀ, ਡਾਂਸ ਨੂੰ ਤਾਲਬੱਧ ਪੈਟਰਨਾਂ ਨਾਲ ਪਛਾਣ ਕੇਰੇ ਜਾਂ ਕੋਲੂਕੇਟਸ (ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਕੀ ਇਹ ਹੌਲੀ ਸੀ) ਅਤੇ ਸਰਗਮ (ਅਕਸਰ ਸੰਗੀਤ ਕਲਾਸ ਵਿੱਚ ਸਿੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਜੋ ਇਸਨਾਟਿਆ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਚਿਹਰੇ ਦੇ ਭਾਵਾਂ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰੋ ਜੋ ਇਸ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਮੁੱਖ ਤੱਤ ਹੈ ਨਾਟਿਆਂ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਨਾਟਿਆਂ ਯੋਜਨਾਬੱਧ ਨਤੀਜੇ ਲਈ ਮਿਲ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਪਵੇਗਾ।



ਗਤੀਵਿਧੀ ੬: ਕੋਰੀਓਗ੍ਰਾਫੀ ਅਤੇ ਨਾਟਿਆ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ

ਇਕੱਠੇ ਆਓ ਅਤੇ ਇੱਕ ਕੋਰੀਓਗ੍ਰਾਫੀ ਕਰੋ ਨਾਟਿਆ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਟੀਮ ਵਜੋਂ ਕੰਮ ਕਰਕੇ ਸੰਵਾਦ, ਤਾਲਬੱਧ ਸੰਗੀਤ, ਡਾਂਸ ਬੀਟ ਅਤੇ ਹਰਕਤਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਕੋਰੀਓਗ੍ਰਾਫੀ ਦੇ ਇਸ ਪੜਾਅ ਵਿੱਚ, ਸਾਨੂੰ ਪ੍ਰੇਪਸ, ਪਹਿਰਾਵੇ, ਗਹਿਣਿਆਂ, ਸਟੇਜ ਸਜਾਵਟ ਆਦਿ ਨੂੰ ਵੇਖਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ।

ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਪ੍ਰੇਪਸ ਨਾਲ ਅਭਿਆਸ ਕਰੋ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਰਾਮ ਨਾਲ ਸੰਭਾਲ ਸਕੋ।

ਇਕ ਵਾਰ ਕੋਰੀਓਗ੍ਰਾਫੀ ਪੂਰੀ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਅਭਿਆਸ ਕਰਨ ਦਾ ਸਮਾਂ ਆ ਗਿਆ ਹੈ।

ਅਭਿਆਸ! ਅਭਿਆਸ! ਅਭਿਆਸ!

ਸਫਲਤਾ ਦਾ ਮੁੱਖ ਤੱਤ ਅਭਿਆਸ ਹੈ ...

ਨਾਟਿਆ ਦੇ ਅਭਿਆਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਹੁਣ ਸਟੇਜ 'ਤੇ ਰਿਹਾਸਲ ਕਰਨ ਦਾ ਸਮਾਂ ਹੈ। ਬਹੁਤ ਵਧੀਆ!

ਆਪਣੀ ਕਲਾਸ ਜਾਂ ਵੱਡੇ ਦਰਸ਼ਕਾਂ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਆਪਣੀ ਨਾਟਿਆ ਦਾ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਕਰੋ।

