13 میں کھیلتا اور ناچتا ہوں

ایک نئی دنیا تلاش کریں۔ یہاں آپ کو رقص میں استعمال ہونے والے قدموں اور موسیقی کے سازوں کی آوازوں پر دل چسپی سے غور کرنا ہوگا۔

رقص میں قدموں کے کئی پیٹرن ہوتے ہیں۔ رقص کی حرکت ساز کے سُر پر ٹکی ہوئی ہے۔ کیا آپ بتا سکتے ہیں کہ رقص میں آواز اور تال کے لیے کس طرح کا موسیقی کا ساز بجایا گیا تھا۔

سرگرمی 1 حرکت کے پیٹرن

کوئی حرکت پیدا کریں مثلاً تھپکی

(تالی کے ساتھ ٹیپ-ٹیپ-ٹو-ٹیپ یا ٹیپ-ٹیپ-ہیل-ہیل-ٹیپ)

- تال کے پیٹرن پر پیر کو تھپتھپائیں۔
- کسی مخصوص شکل میں حرکت کریں،

جیسے: دائرہ بنائیں۔

یہاں مختلف شکلیں ہیں، مثلاً—دائرے، چھلّے، اور لکیریں۔ کیا آپ اپنے رقص کے ساتھ شکلیں بنا سکتے ہیں؟

جب آپ پیٹرن کی شکل میں حرکت کریں تو ایک ساتھ تال کو گنیں مثلاً 1,2,3,4, 4,3,2,1 وغیرہ۔

© NCERT not to be republished

سرگرمی 2 موسیقی کے سازوسامان سے تفریح

تال کی حرکت پیدا کرنے کے لیے دستیاب ساز استعمال کرنے کی کوشش کریں۔

موسیقی کے ان سازوں کے نام لکھیں۔

آپ برتنوں سے آوازیں نکال کر بھی لطف اُٹھا سکتے ہیں۔

آپ باورچی خانے کے برتنوں کو موسیقی کے سازوں کے طور پر بھی استعمال کر سکتے ہیں۔

© NCERT not to be republished

اب اس سے زیادہ باتیں معلوم کرتے ہیں۔ آلات کے ساتھ، آپ کو دستیاب سازوسامان کی مدد کے ساتھ حرکتیں کرنی ہیں۔

مثال: سازوسامان کے طور پر ربن یا رِنگ کا ناچتے ہوئے استعمال کریں۔

رقص میں نئی حرکتوں کو تلاش کریں۔

کیا موسیقی کے سازوسامان کا استعمال کرنے میں آپ کو مزہ آیا؟

حرکات کے ساتھ موسیقی اور تال کو جوڑنے کے لیے تیار ہو جائیں۔

جی ہاں... اب ہم تین چیزیں ایک ساتھ کرنے کی کوشش کر رہے ہیں۔

© NCERT not to be republished

سرگرمی 3 موسیقی کے ساتھ حرکتیں

گروپ 1 : گیت کے لیے حرکات دکھائیں۔

گروپ 2 : کوئی گیت گائیں۔

گروپ 3 : کسی گیت پر تھاپ دیں۔

استاد کے لیے نوٹ

تین گروپ بنائیں۔

سبھی گروپوں کے درمیان مطابقت ہونی چاہیے۔

سرگرمی 4 3 تھاپوں کی تال

اس سرگرمی میں، آیئے ہم تال کو بہتر بنائیں۔

آپ 4 تھاپوں کی تال سے واقف ہیں۔ یہاں ہم 3 تھاپوں کی تال کو تلاش کرنے جا رہے ہیں۔

3 تھاپوں کے لیے ہم کریں گے:

ایک، دو، تین یا تھا کی تا یا اسٹیپ ، ٹیپ، اسٹیپ...

کیا آپ 2، 3 اور 4 تھاپوں کے مجموعے کو تلاش کرنے کے لیے تیار ہیں؟

© NCERT not to be republished

سرگرمی 5 مختلف تھاپ کے پیٹرن

طلبا کو تین گروپوں میں تقسیم کریں۔

گروپ 1 : دو تھاپوں کو گنیں گے جیسے، ایک، دو۔

گروپ 2 : تین تھاپوں کو گنیں گے جیسے، ایک، دو، تین۔

گروپ 3 : چار تھاپوں کو گنیں گے جیسے، ایک، دو، تین، چار۔

تالی بجا کر اور پیر تھپکا کر تھاپوں کو ایک ایک کر کے گنیں۔

اپنے جسم کو اس سرگرمی سے ہم آہنگ کرتے ہوئے حرکت دیں۔

کیا آپ سمجھتے ہیں کہ ایک ساتھ مشق کرنا اہم اور ضروری ہے؟

رقص کی حرکات کی مطابقت بہت زیادہ مشق چاہتی ہے، آپ چاہے دو کی شکل میں رقص کر رہے ہوں یا گروپ کی شکل میں۔

استاد کے لیے نوٹ

گروپ بنانے اور گنتی کرنے میں طلبا کی مدد کریں۔

میں نے رقص کرنے کے لیے کون سا ساز استعمال کیا؟

کیا میں اپنے دوست کے ساتھ اچھی طرح قدم سے قدم ملا سکتا ہوں؟

© NCERT not to be republished