

2022 වර්ෂයේ අහිමි වූ කාලය සඳහා ප්‍රතිසාධන සැලැස්ම

(Recovery Plan for Learning Loss – 2022)

(10 ශ්‍රේණියේ පළමු වාරයේ කාලවිච්ඡේද 13 ක් ද දෙවන හා තෙවන වාර වල කාලවිච්ඡේද 18 ක් ද බැගින් කාලවිච්ඡේද 49ක් සඳහා ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රියාවලිය පවත්වාගෙන යාමට මෙම සැලැස්ම සකස් කර ඇත.)

නර්තනය 10 ශ්‍රේණිය



සෞන්දර්ය අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව
ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය
මහරගම

www.nie.lk

පළමු වාරය					
නිපුණතාව	නිපුණතා මට්ටම	අත්‍යාවශ්‍ය ඉගෙනුම් ඵල	විෂය අන්තර්ගතය	ක්‍රියාකාරකම	කාලච්ඡේද
2.0 නර්තන හා සබැඳි මූලධර්ම අනුගමනය කරමින් ප්‍රායෝගික කුසලතා ප්‍රදර්ශනය කරයි.	2.3 නිවැරදි අංගභාර අනුගමනය කරමින් සාම්ප්‍රදායික නර්තන අංග ප්‍රදර්ශනය කරයි.	<ul style="list-style-type: none"> අදාළ තිත් රූපයට අනුව සිංහරාජ, සැවුලා / අනුරාග දණ්ඩ කාලය, නාවිලිංචි කාලය / මණ්ඩුක වන්නම්වල තානම් හා කච් ගායනය කරයි. නියමිත නාද මාලා අනුගමනය කරමින් ගායන ඉදිරිපත් කරයි. තානම හා කච් ගායනා කරමින් නර්තනයේ යෙදේ. කස්තිරම / ඉරට්ටිය / කලාසම , සීරුමාරුව , අඩව්ව නර්තනය කරයි. වාදනයට අනුව තානම හා කච් ගායනා කරමින් නර්තනයේ යෙදේ. 	<ul style="list-style-type: none"> 9 ශේණියේ උගත් වන්නම සම්පූර්ණ කර 10 ශේණියට අදාළ වන්නම ගයමින් නර්තනය කිරීම. <ul style="list-style-type: none"> ➤ උඩරට - සිංහරාජ , සැවුලා ➤ පහතරට - අනුරාග දණ්ඩ කාලය , නාවිලිංචි කාලය ➤ සබරගමු - මණ්ඩුක වන්නම 	2.3.1 වන්නම් නර්තනය කරමු.	2
4.0 ශ්‍රී ලාංකේය සංස්කෘතිය හා බැඳි ගායනාවල පසුබිම අධ්‍යනය කරමින් ගායන කුසලතා ප්‍රදර්ශනය කරයි.	4.2 නියමිත නාදමාලා අනුගමනය කරමින් ගායනය ඉදිරිපත් කරයි.	<ul style="list-style-type: none"> නියමිත නාද මාලාවට අනුව රබන් කච් ගායනය කරයි. නියමිත නාද මාලා අනුගමනය කරමින් වන්නම් ගායනය කරයි. බෙර වාදනයට අනුව තාල තබමින් වන්නම් කච් ගායනය කරයි ඒකීය හඬතලයක පිහිටා සාමූහිකව ගායනය කරයි. ස්වකීය හඬතලය හඳුනා ගනිමින් ගායනය කරයි. 	<ul style="list-style-type: none"> රබන් කච් , සිංහරාජ ,සැවුලා / අනුරාග දණ්ඩ කාලය , නාවිලිංචි කාලය / මණ්ඩුක වන්නම රබන් කච් <ol style="list-style-type: none"> 1.නම් උතුම් 2.අතකට ගෙන 3.ත්‍රිවිධ ඥාන විදුරු 4.රටකට මවු සමඟින් 	4.2.2 රබන් හා වන්නම් කච් ගයමින් සතුටු වෙමු.	2
1.0 පරිසර නිරීක්ෂණයෙන් ලබන අත්දැකීම්	1.2 ගැමි නැටුම් හා සබැඳි සුවිශේෂ ලක්ෂණ හඳුනා ගනිමින්	<ul style="list-style-type: none"> රබන් / වාමර නැටුමේ සුවිශේෂ ලක්ෂණ විස්තර කරයි. 	<ul style="list-style-type: none"> රබන්, වාමර කච් ගායනය උපකරණ නිවැරදිව හැසිරවීම. නර්තන නිර්මාණය 	1.2.1 රබන්/වාමර නැටුමක් නිර්මාණය කරමු.	3

DANCING - RPLL2022 - Grade-10, Department of Aesthetic Education, National Institute of Education

<p>ඇසුරු කර ගනිමින් නර්තන නිර්මාණ කරයි.</p>	<p>නර්තන නිර්මාණය කරයි.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • රඛන් / වාමර නර්තනයට උචිත වලන නිර්මාණය කරයි. • රංග උපකරණ, නිවැරදිව හසුරුවමින් නර්තන ඉදිරිපත් කරයි. • සාමූහිකත්වයෙන් යුතුව නිමාවක් සහිත රඛන්/ වාමර නර්තන අංගයක් ප්‍රදර්ශනය කරයි. • රඛන් / වාමර නර්තන නිර්මාණ පිළිබඳ විචාරාත්මක අදහස් ඉදිරිපත් කරයි. • නර්තන නිර්මාණ පිළිබඳව අන්‍යයන් දක්වන විචාරයන්ට සවන් දී ඊට ප්‍රතිචාර දක්වයි. 	<ul style="list-style-type: none"> • අවකාශ භාවිත කරමින් සාමූහිකව නර්තනයේ යෙදීම. 		
<p>2.0 නර්තන හා සබැඳි මූලධර්ම අනුගමනය කරමින් ප්‍රායෝගික කුසලතා ප්‍රදර්ශනය කරයි.</p>	<p>2.1 සාම්ප්‍රදායික නර්තනය හා සබැඳි හස්ත පාද හැසිරවීමේ විධික්‍රම අනුගමනය කරමින් මූලික සරඹ ඉදිරිපත් කරයි.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • ත්‍රිවිධ ලයට අනුව නියමිත ගොඩ සරඹ / ඉලංගම් සරඹ / දොඹින පද තාල තබමින් කියයි. • අදාළ කස්තිරම් / ඉරට්ටි තාල තබා කියයි. • අදාළ ගොඩ සරඹ / ඉලංගම් සරඹ / දොඹින පද හා කස්තිරම් / ඉරට්ටි ත්‍රිවිධ ලයට හා බෙර වාදනයට අනුව ඉදිරිපත් කරයි. • ප්‍රායෝගික ක්‍රියාකාරකම් වල ප්‍රවීණත්වය සඳහා සත්‍ය අභ්‍යාසය වැදගත් බව ප්‍රකාශ කරයි. • නිවැරදි විධික්‍රම අනුගමනය කරමින් ගොඩ සරඹ / ඉලංගම් සරඹ / දොඹින පද වලට අදාළ අදාළ කස්තිරම් 	<ul style="list-style-type: none"> • 6 සිට 9 ශේණිවල දී ඉගෙන ගන්නා ලද ගොඩ සරඹ / ඉලංගම් සරඹ / දොඹින පද හා අදාළ කස්තිරම් හා ඉරට්ටි ත්‍රිවිධ ලයට අනුව නර්තනය කරයි. • 10 , 11 , 12 ගොඩ සරඹ / ඉලංගම් සරඹ / දොඹින පද හා අදාළ කස්තිරම් / ඉරට්ටි / හමාර පද නර්තනය කරයි. • සත්‍ය අභ්‍යාසයේ වැදගත්කම ප්‍රකාශ කරයි. 	<p>2.1.1 සරඹ දක්වමින් කුසලතා ප්‍රදර්ශනය කරමු.</p>	<p>3</p>

DANCING - RPLL2022 - Grade-10, Department of Aesthetic Education, National Institute of Education

<p>3.0 සාම්ප්‍රදායික වාද්‍ය භාණ්ඩ හා විකල්ප වාද්‍ය උපකරණ හඳුනා ගනිමින් වාදන කුසලතා ප්‍රදර්ශනය කරයි.</p>	<p>3.1 නිවැරදි ශිල්පීය ක්‍රම අනුගමනය කරමින් බෙර වාදනය කරයි.</p>	<p>/ ඉරට්ටි / හමාර පද ප්‍රදර්ශනය කරයි.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 1 , 2 බෙර / දවුල් සරඹ පද තාල තබා කියයි. • නිවැරදි අක්ෂර උත්පාදනය වන ආකාරයට බෙර / දවුල් සරඹ පද මධ්‍ය ලය අනුගමනය කරමින් බෙර / දවුල් සරඹ පද වාදනය කරයි. 	<ul style="list-style-type: none"> • බෙර සරඹ දෙකක් • සුළු මැඳුම් දෙකිනට අදාළ බෙර පද • බෙර සරඹ • සුළු මැඳුම් දෙකිනට බෙර පද <ul style="list-style-type: none"> • උඩරට - 1. තකට 2. තකට කුදට • පහතරට - 1. ගුහිති 2. ගුහිති ගහිති • සබරගමු - 1.තකට 2.තකට ජිකට • උඩරට - දොං ජිංන ගත දොංන • පහතරට- ගුං දෙගත ගත්ත ගුං • සබරගමු - ජිං ජිමිත තත් තකට 	<p>3.1.1 බෙර වාදනයට දැන හුරු කර ගනිමු.</p>	<p>2</p>
<p>2.0 නර්තන හා සබැඳි මූලධර්ම අනුගමනය කරමින් ප්‍රායෝගික කුසලතා ප්‍රදර්ශනය කරයි.</p>	<p>2.2 සාම්ප්‍රදායික වලන භාවිත කරමින් අලංකාර පද නිර්මාණය කරයි.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • අලංකාර පද නර්තනය සඳහා සුදුසු වලන නිර්මාණය කරයි. • නිර්මාණය කර ගත් වලන යොදා ගනිමින් සුළු මහ දෙකිනට අලංකාර පද නිර්මාණය කරයි. 	<ul style="list-style-type: none"> • සාම්ප්‍රදායික වලන ඇසුරින් මාත්‍රා 2 + 4 දෙකිනේ තාලයට අලංකාර පද නිර්මාණය • ඒකලව හා කණ්ඩායම් වශයෙන් නර්තනය 	<p>2.1.1 අලංකාර පද ගොඩ නගමු.</p>	<p>1</p>
<p>පළමු වන වාරය කාලවිෂේද එකතුව</p>					<p>13</p>

