2022 වර්ෂයේ අහිමි වූ කාලය සඳහා ප්‍රතිසාධන සැලැස්ම

(Recovery Plan for Learning Loss – 2022)

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

නර්තනය

8 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	2.2 පාද නිවැරදිව හැසිරවීම සඳහා මූලික සරඹ ඉදිරිපත් කරයි.	• පා සරඹ /මණ්ඩි පද තාල තබමින් කියයි. • විධික්‍රම අනුගමනය කරමින් පා සරඹ/මණ්ඩි පද ඉදිරිපත් කරයි • 7 - 9 තෙක් පා සරඹ/මණ්ඩි පද කණ්ඩායම් වශයෙන් ඉදිරිපත් කරයි. • නිවැරදි අංගහාර හා ඉරියව් අනුගමනය කරමින් පා සරඹ /මණ්ඩි පද ඉදිරිපත් කරයි • විලම්භ හා මධ්‍ය ලය පිළිබඳ අවබෝධයෙන් යුතුව පා සරඹ/ මණ්ඩි පද ඉදිරිපත් කරයි.	• 7 - 9 තෙක් පා සරඹ/මණ්ඩි පද අභ්‍යාස කිරීම • විලම්භ මධ්‍ය ලයට අභ්‍යාස කිරීම • නිවැරදි අංගහාර සහිතව සරඹ පද හා හමාර පද අභ්‍යාස කිරීම	2.2 නර්තනයට පාද හුරු කර ගනිමු.	3
2.0 නර්තන හා සබැඳි මූලධර්ම අනුගමනය කරමින් ප්‍රායෝගික කුසලතා ප්‍රදර්ශනය කරයි.	2.3 නර්තන හා සබැඳි විධික්‍රම අනුගමනය කරමින් සරඹ ඉදිරිපත් කරයි.	• සරඹ පද විලම්භ, මධ්‍ය ලයට තාල තබමින් කියයි. • කස්තිරම/ ඉරට්ටිය/ හමාර පදය තාල තබමින් කියයි. • විධික්‍රම අනුගමනය කරමින් නිවැරදි අංගහාර ප්‍රදර්ශනය කරයි. • විලම්භ , මධ්‍ය ලය ට අනුව සරඹ අභ්‍යාස කරයි. • බෙර වාදනයට අනුව නිවැරදි අංගහාර සහිතව සරඹ ඉදිරිපත් කරයි.	• ගොඩ සරඹ /ඉලංගම් සරඹ/ දෙඔීන පද 5 - 6 තෙක් දක්වා තාල තබා කීම. • ගොඩ සරඹ /ඉලංගම් සරඹ/ දෙඔීන පද 5 - 6 තෙක් දක්වා පද නර්තනය • බෙර වාදනයට අනුව නර්තනය • සමගුණ දෙගුණයට අනුව නිවැරදි අංගහාර සහිතව නර්තනය • කස්තිරම /ඉරට්ටිය/ හමාර පද නර්තනය	2.3 නර්තනයට හස්ත හා පාද හුරු කර ගනිමු.	4
2.0 නර්තන හා සබැඳි මූලධර්ම	2.4 සාම්ප්‍රදායික නර්තන ඇසුරෙන්	• මැදුම් තනි තිතට අලංකාර මාත්‍රා නිර්මාණය කරයි.	• මාත්‍රා 3 කාලයට අලංකාර පද නිර්මාණය	2.4 බෙර හඬ මැද්දේ නටමු පද සිත් සේ	3

අනුගමනය කරමින් ප්‍රායෝගික කුසලතා ප්‍රදර්ශනය කරයි.	අලංකාර මාත්‍රා නිර්මාණය කරයි.	• අදාළ තිතට අනුව අලංකාර මාත්‍රා ඉදිරිපත් කරයි. • නිර්මාණය කරන ලද අලංකාර මාත්‍රා විවිධ නර්තනාංග සඳහා භාවිතයට ගත හැකි බව ප්‍රකාශ කරයි. • බෙර වාදනයට අනුව සාමූහිකව අලංකාර මාත්‍රා නර්තනය කරයි.	➢ කණ්ඩායම් වශයෙන් අලංකාර පද නිර්මාණය කිරීම. ➢ අලංකාර මාත්‍රා සතතභ්‍යාසයේ යෙදීම. • බෙර වාදනයට අනුව අලංකාර පද නර්තනය • යොදාගත හැකි අවස්ථා පිළිබඳ අදහස් දැක්වීම.		
4.0 ශ්‍රී ලාංකේය සංස්කෘතිය හා සබැඳි ගායනවල පසුබිම අධ්‍යයනය කරමින් ගායනය කුසලතා ප්‍රදර්ශනය කරයි.	4.2 නියමිත තිත් රූප හා නාද මාලා අනුගමනය කරමින් ගායන ඉදිරිපත් කරයි.	• ගායන වලට අදාළ තාල රූප නම් කරයි. • නියමිත නාද මාලාවට අනුව නර්තනය කරයි. • බෙර වාදනයට අනුව තාල තබමින් ගායනය ඉදිරිපත් කරයි. • ඒකීය හඬ තලයක පිහිටා ගායනය ඉදිරිපත් කරයි. • සාමූහිකව ගායනය ඉදිරිපත් කරයි.	• සිරස පාද කවි/පතුරු කවි/සවරම් කවි ගායනය • වෛරොඩි/ඊශ්වර කුණ්ඩ තාලය/කදම්භ පක්ෂි වන්නම ගායනය ➢ නිවැරදි නාද මලාවට අනුව ගායනය ➢ කණ්ඩායම් වශයෙන් හා ඒකල ව ගායනය ➢ ඒකීය හඬ තලය හා ස්වකීය හඬ තලය හඳුනා ගෙන ගායනය කිරීම.	4.2 ජන කවි ගායනය කරමු.	1
2.0 නර්තන හා සබැඳි මූලධර්ම අනුගමනය කරමින් ප්‍රායෝගික කුසලතා ප්‍රදර්ශනය කරයි.	2.5 නිවැරදි අංගහාර අනුගමනය කරමින් සාම්ප්‍රදායික නර්තන අංග ප්‍රදර්ශනය කරයි.	• 7 ශ්‍රේණියේ ඉගෙන ගන්නා ලද වන්නම සමුපූර්ණයෙන් නර්තනය කරයි. • තුරගා වන්නම, වෛරොඩි වන්නම/හවාදි තාලය, සින්දු වන්නම, ඊශ්වර කුණ්ඩ තාලය/කුධිරදි වන්නම, කදම්භ පක්ෂි වන්නම අදාළ කස්තිරම හා සීරුමාරුව, අඩව්ව/ඉරට්ටිය/කලාසම, අඩව්ව තාල තබමින් කියයි. • වන්නමට අදාළ කස්තිරම, සීරුමාරුව/ අඩව්ව/ඉරට්ටිය/කලාසම,	• 7 ශ්‍රේණියේ උගන්වන ලද තුරගා වන්නම හවාදි තාල සින්දු වන්නම/ කුධිරදි වන්නම ගායනය කරමින් බෙර වාදනයට අනුව සම්පූර්ණයෙන් නර්තනය • වෛරොඩි වන්නම/ඊශ්වර කුණ්ඩ තාලය/කද්ම්භ පක්ෂි වන්නම ගායනා කරමින් නර්තනය • අදාළ කස්තිරම්/ඉරට්ටි/කලාසම බෙර වාදනයට අනුව නර්තනය	2.5.1 වන්නම් ගයමින් නටමු.	2

		අඩව්ව බෙර වාදනයට අනුව නර්තනය කරයි. • වන්නම බෙර වාදනයට අනුව ගායනයට අනුව නර්තනය කරයි.	• කණ්ඩායම් වශයෙන් නර්තනය		
පළමු වන වාරය කාලච්ඡේද එකතුව					13