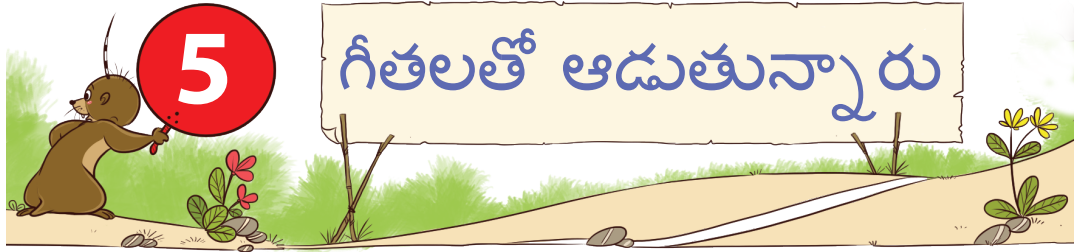




QRickit

0224CH05



## మనం చేద్దాం

- A. నిలబడి లేదా నిలువు గీతలతో ఉన్న ఆసనాల చుట్టూ వృత్తం ☐ చేయండి.
- B. నిలువు మరియు వంపుతిరిగిన రేఖలు రెండూ ఉన్న ఆసనాలను టీక్ ☒ చేయండి.
- C. వక్ర రేఖలను కలిగి ఉన్న ఆసనాలను ఇంటు ☒ కొట్టండి.
- D. నిద్ర లేదా క్షితిజ సమాంతర రేఖలను కలిగి ఉన్న ఆసనాల మీద నక్షత్రపు ☒ గుర్తును ఉంచండి
- E. ఈ ఆసనాలలో కొన్నింటిని ప్రయత్నించండి. ఆసనం చేసేటప్పుడు మీరు గమనించే గీతల గురించి చర్చించండి.

యోగా భంగిమలను అభ్యసించడంలో పిల్లలను సులభతరం చేయండి. వీపును నిటారుగా ఉంచడం, చేతులు నిటారుగా ఉంచడం, వీపును వక్రంగా ఉంచడం, చేతులు మరియు కాళ్ళను వాలుగా ఉంచడం వంటి సూచనలను ఇవ్వండి. పతంజలి యొక్క పురాతన యోగ సూత్రాలలో వివరించిన విధంగా అష్టాంగ యోగం గురించి కూడా వారికి చెప్పండి.



## సూటిగా అంటే ఏమిటి?

మీ చేతుల్లో తాడు ముక్కను పట్టుకోండి.



ఇది సూటిగా ఉందా?



ఇప్పుడు మీ చేతులను దగ్గరగా తీసుకురండి.



తాడు ఇప్పుడు నేరుగా ఉందా?



ఇది ఇప్పుడు నిలబడి/నిద్రపోతోంది/వాలుగా ఉంది.



## మనం చేద్దాం

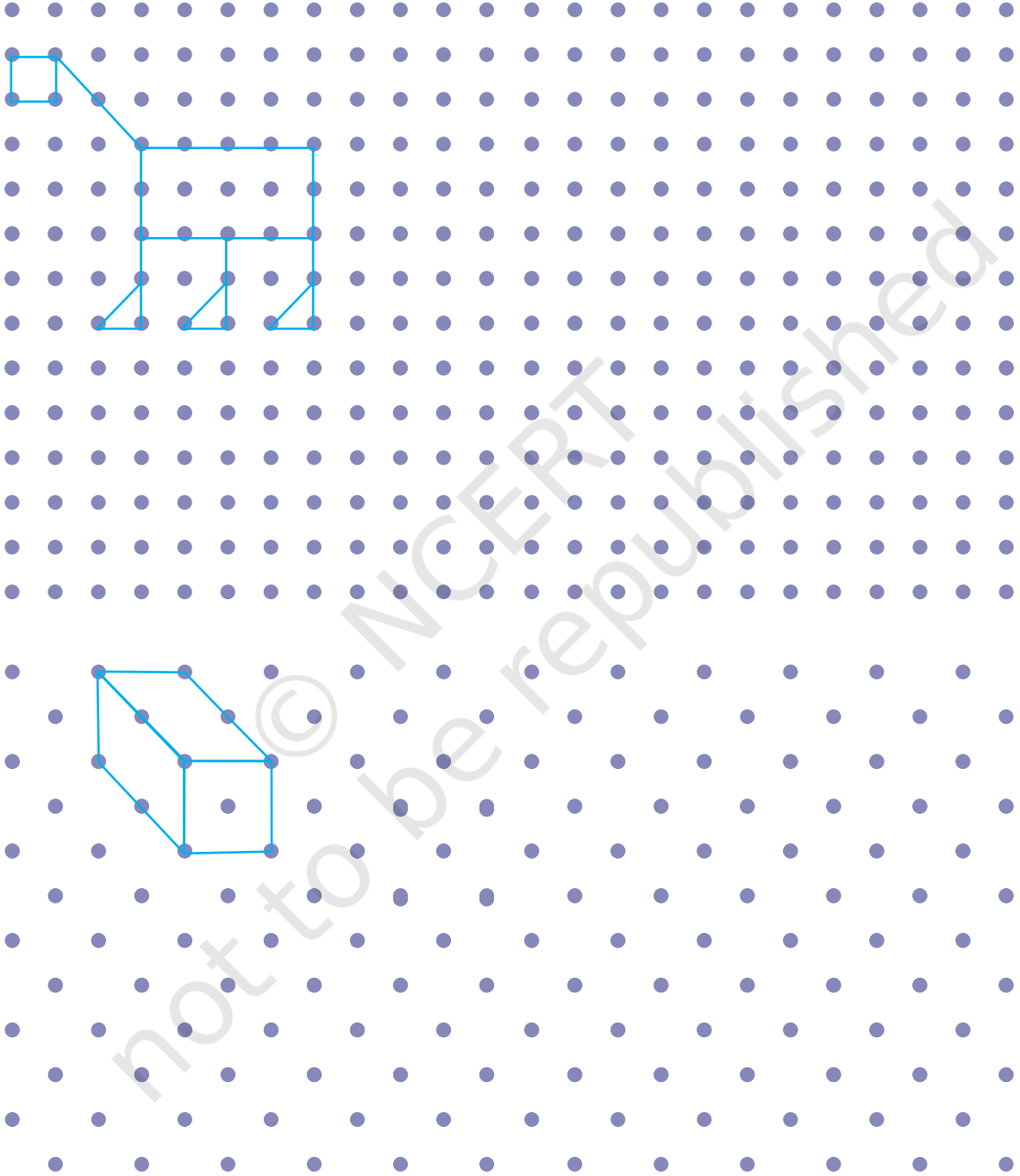
క్రింద ఇవ్వబడిన చిత్రంలో తప్పిపోయిన నిలువు, క్షితిజ సమాంతర, వాలు మరియు వక్ర రేఖలను కనుగొనండి.



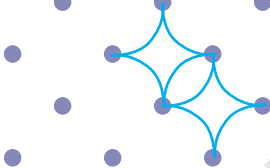
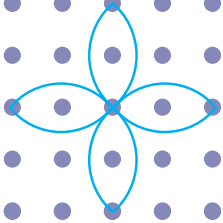


## మనం చుక్కలతో ఆడుదాం

A. సరళ రేఖలతో (నిలువు, క్షితిజ సమాంతర మరియు స్లాంటింగ్) కొత్త ఆకృతులను రూపొందించండి.



**B.** మేఘాలు, ఇంద్రధనస్సు మొదలైనవాటిని  
వక్ర రేఖల సహాయంతో విభిన్న బొమ్మలను  
గీయండి.





## మనం చేద్దాం

A. ఇచ్చిన స్థలంలో వివిధ రకాల గీతలను ఉపయోగించి మీ స్వంత చిత్రాన్ని రూపొందించండి. ఏదైనా రెండు రకాల గీతలతో డిజైన్‌ను గీయండి.

B. ఏదైనా మూడు రకాల గీతలతో డిజైన్‌ని గీయండి.



### C. అన్ని రకాల గీతలను ఉపయోగించి డిజైన్‌ను గీయండి.



### ప్రాజెక్ట్ పని

మడతతో సరదాగా

మనం ఒక కాగితాన్ని సగానికి మడిచివేస్తే, దాని మధ్యలో ఒక ముడత వస్తుంది. ఇప్పుడు మనం కాగితాన్ని మరింత మడతపెడుతూ ఉంటే మనకు అనేక ముడతలు వస్తాయి. కాగితాన్ని మడతపెట్టిన తర్వాత మనకు లభించే వివిధ రకాల గీతలను చూద్దాం. ఎరుపు రంగు క్లయేన్‌తో సరళ రేఖలను మరియు నీలి రంగు క్లయేన్‌తో వాలుగా ఉండే గీతలను కనుగొనండి.

- A. మీ స్నేహితుడితో కలిసి కాగితాన్ని మడిచి, గరిష్ట సంఖ్యలో మడతలను ఎవరు పొందారో తనిఖీ చేయండి.
- B. కాగితం మడత ద్వారా వక్ర రేఖలను చేయడానికి ప్రయత్నించండి.

మధుబని, కలంకారి, వార్డ్స్ లేదా వారికి తెలిసిన ఇతర స్థానిక కళారూపాల వంటి వివిధ కళారూపాలను చర్చించండి. వివిధ గీతలు మరియు ఆకారాలను గీసి విధానాన్ని పిల్లలతో పంచుకోవడానికి ఉపాధ్యాయులు స్థానిక చిత్రకారులను ఆహ్వానించవచ్చు.

