චලනය/කාර්යය

විවිධ ගතිකයන්: වෙන්වී යාම

කණ්ඩායමක් ලෙස චලනය වෙමින් සිටින අතරතුර, කණ්ඩායමෙන් වෙන්වගොස්, කණ්ඩායමේ චලන ගතිකතාවයට වඩා වෙනස් ගතිකතාවයකින් යුතුව, තනිව චලනය වීමට සහභාගී වන්නා දිරිගැන්වීම.

චලනය/කාර්යය
විවිධ ගතිකයන්: ප්‍රතිවිරෝධය

මෙම ක්‍රියාකාරකමේදී එකිනෙකට වෙනස් වූ චාලක ගුණයන්ගෙන් යුතු චලන දෙකක් හෝ ඊට වැඩි ගණනක් උත්තේජකයක් ලෙස යොදාගනිමින් චලන නිෂ්පාදනය කිරීම මගින් ප්‍රතිවිරෝධතාවයන් ගවේෂණය කළ හැක.

චලනය/කාර්යය

ආත්ම ප්‍රකාශණය: ස්වයං චරිතාපදානය

සහභාගී වන්නන් හට චලන නිපදවීම සඳහා තමාගේ අත්දැකීම් භාවිත කළ හැක.

මෙහිදී ඔවුන්ගේ කතාව චලන මාධ්‍යක් ඔස්සේ ගෙනහැර දැක්වියහැකි ආකාර ගණනාවක් ඇත.

චලනය/කාර්යය

ආත්ම ප්‍රකාශණය: හැඟීම්

විශේෂිත හැඟීම්වලට ශාරීරිකව ප්‍රතිචාර දක්වන ලෙස සහභාගී වන්නන් ගෙන් ඇසිය හැක.

නම්කරන ලද හැඟීම සම්පත්දායකයා විසින් සැපයියහැකි හෝ සහභාගීවන්නන් විසින්ම සංවර්ධණය කරගත හැක.

චලනය/කාර්යය

රඟ දැක්වීම

ශාරීරික හැකියාවන්,
අන්තර් පුද්ගල සම්බන්ධතා
සහ මානව හිමිකම් පිළිබඳව
ප්‍රකාශ කිරීම සඳහා මහජන
ඉදිරිපත් කිරීම් බලගතු
මෙවලමක් විය හැක.

චලනය/කාර්යය

සංයුතිය : චුම්බක

සහභාගී වන්නන් යුගල වශයෙන් ක්‍රියාත්මක විය යුතු ක්‍රියාකාරකමක් මෙන්ම ඒකාබද්ධව තීරණ ගැනීමට දිරිමත් කරන්නකි. මෙහිදී එකිනෙකාට සමීපව ස්ථානගත වීමට අවශ්‍ය නැත. උදාහරණයක් ලෙස, එකිනෙකාට ආකර්ෂණය වන හෝ එකිනෙකාගෙන් විකර්ෂණය වන චුම්බක යුගලයක් වැනි අදහසකින් යුක්තව චලනය විය හැක.

චලනය/කාර්යය

සංයුතිය: චිත්‍රාකාර දර්ශන

සහභාගීවන්නන් එක් වරකදී එක් අයෙක් බැගින් අවකාශය වෙතට ඇතුලු වී අන් අයට සාපේක්ෂව සුදුසු පරිදි ස්ථානගත වීම මගින් නිශ්චල දර්ශණ හෝ චිත්‍රාකාර දර්ශන නිර්මාණය කළ හැකිය.

චලනය/කාර්යය

වස්තූන් සමග ක්‍රියා කිරීම: බාධක මාලාව

වස්තූන් මගින් ශාරීරික සහ සමාජමය බාධක පිළිබිඹු කළ හැක. චලන ක්‍රියාකාරකම් භාවිතා කරමින් අවකාශයේ ඇති වස්තූන් සමග සංවාදාත්මක ගනුදෙනුවක් සිදු කිරීමට උත්සාහ කරන්න.

චලනය/කාර්යය

වස්තූන් සමග ක්‍රියා කිරීම: කතන්දර කීම

රඟදැක්වීමකදී යොදාගන්නා භාණ්ඩ කතන්දර කීමට ඉවහල් විය හැක. එදිනෙදා ජීවිතයේදී තමාට මුහුණ දීමට සිදුවන බාධක නියෝජනය වන ආකාරයේ වස්තූන් සොයා ගන්නා ලෙස සහභාගී වන්නගෙන් ඇසිය හැක. එම වස්තූන් චලන නිර්මාණය කිරීම උදෙසා භාවිතා කළ හැක.

චලනය/කාර්යය

සංස්පර්ශය:බරවීම/නැමීම

සහභාගිවන්නන් විවිධ ආකාර වලින් එකිනෙකා මතට බරවිය හැකිය. එකිනෙකා මතට බරවෙමින් සිටින අතර හැකි තරම් දුරට ගමන් කිරීමට උත්සහ කරන්න.

චලනය/කාර්යය

බැලීම සහා අනුකරණය කිරීම: ප්‍රතිබිම්භකරණය

සහභාගී වන්නන් හට කැඩපතක් දෙස බලා සිටින ආකාරයට අනෙක් සාමාජිකයෙකුගේ චලන තම ශරීරයෙන් පිළිබිඹු කළ හැක. මෙම ක්‍රියාකාරකම මගින් සහභාගී වන්නන් තමාගේ සහ අනෙකාගේ ශරීරයට වැඩි අවධානයක් දැක්වීමට මෙහෙයවයි. එමගින් සහභාගී වන්නන් හට එකිනෙකාගේ ශරීර තුළ පවතින විවිධත්වයන් පිළිබඳව අත්දැකීමක් ලබා දේ.

චලනය/කාර්යය

බැලීම සහා අනුකරණය කිරීම:
නායකයා අනුගමනය කිරීම

කැඩපත් ක්‍රියාකාරකමෙහිදී මෙන්, මෙම ක්‍රියාකාරකමෙහිදී ද සමීප අවධානයක් සඳහා දිරිමත් කිරීමක් සිදු කරයි. මෙහිදී සහභාගීවන්නන් නායකත්වය දරන්නෙකුගේ පිටුපස සිට ඔහුගේ චලන ඒ ආකාරයෙන්ම අනුගමනය කරයි (කැඩපතකින් පෙනෙන ප්‍රතිවිරුද්ධ පිළිබිඹුවක් ලෙස නොව).

චලනය/කාර්යය

බැලීම සහා අනුකරණය කිරීම:
චලන ඛණ්ඩ ඉගෙනීම

සම්පත් දායකයා විසින් උගන්වනු ලබන චලනයක් හෝ වැඩමුළු සාමාජිකයන් විසින් ගොඩනගන තමාට ආවේනික වූ චලන කොටසක් සංවර්ධණය කරන්න. ඉන්පසු එකී චලන කොටස වෙනත් සහභාගී වන්නෙකුට හෝ කුඩා කණ්ඩායමකට උගන්වන්න.