१४ प्रकृत्या सह नृत्यम्

0337CH14

भवता कदापि प्रकृतेः नृत्यं दृष्टम्? प्रकृत्यां कीदृशानि प्रतिस्पन्दानि कदा भवन्ति? तथा च भवतः परिवेशः बहुविधैः नृत्यतत्त्वैः परिपूर्णः अस्ति। प्रकृतेः अपि स्वकीयाः विशेषाः नृत्यगतयः सन्ति।

क्रियाकलापः - १ प्रकृतिः कायसञ्चालनञ्च

स्वहस्तबाहुशरीरस्य च उपयोगं कृत्वा सहजरूपेण गतिविधिं दर्शयितुं प्रयासं करोतु यथा प्रकृत्यां सहजगतिविधिः दृश्यते। प्रकृतौ बहुविधाः वृक्षाः, पुष्पाणि च भवन्ति।

तेषां आकाराः अपि भिन्नाः सन्ति। स्वस्य परिवेशस्य अवलोकनं करोतु -

- पशवः पक्षिणः भृङ्गाः कीटाः च।
- गजः कथं गच्छति? वानरः कथं व्यवहरति?
- स्वहस्तस्य उपयोगं कृत्वा दीर्घपादसञ्चालनं कृत्वा स्वीयं शरीरं सञ्चालयित्वा तेषां

कार्याणाम् अनुकरणं करोतु। वयं स्वीये कार्ये गतिं लयं च स्थापयामः। भवान् स्वध्वनिना सङ्गीतं निर्मातुं शक्नोति।

© NCERT not to be republished

क्रियाकलापः - २ प्रकृतिः लयात्मिका गतिश्च

प्रकृतेः काचित् पक्षी, पशुः, तत्त्वं वा चिनोतु।

शरीरस्य बृहत्-लघु-अङ्गानाम् उपयोगेन गतिविधिं दर्शयतु ।

यथा - मयूरः चतुर्षु तालेषु लयबद्धरूपेण कथं नृत्यति इति दर्शयतु ।

- शिरः पुरतः,पृष्ठतः च सञ्चालयतु।
- स्वस्य हस्तद्वयं प्रसारयतु।
- पादाङ्गुलीभिः चलतु।

© NCERT not to be republished

क्रियाकलापः - ३ नृत्यप्रकृतेः कथा

अधुना सर्वे मिलित्वा मनोविनोदं कुर्मः। भवन्तः किं सज्जाः सन्ति?
प्रकृतेः स्वीयं प्रियं विषयं चिनोति।
दृष्टान्तो यथा -

- ग्रीष्मकालः, वर्षाकालः, बसन्तकालः, इत्यादः ऋतवः।
- एकः दिवसः वनात् बहिः।
- महती वृष्टिः ।

परिवर्तनशीलऋतुषु भवान् एतत् दर्शयितुं शक्नोति ।

- ग्रीष्मस्य कृते सूर्यः - वृत्तगत्या श्रान्तशरीरम्।
- शिशिरस्य कृते वायुः - स्वस्य हस्तद्वयं दक्षिणतः वामतः भ्रामयतु।
- वर्षायाः कृते मानसूनस्य कृते - बृहत् पादविन्यासेन सह वर्तनम्, भ्रमणञ्च।
- वसन्ततौं होलीक्रीडा, भवतः रुच्यानुसारम्।

नृत्यमाध्यमेन प्रकृत्याः कथाकथनम्, तदर्थं परस्परं समन्वयस्य अवगमनस्य आवश्यकता भवति।
भवान् किमपि लोकनृत्यं स्मर्तुं शक्नोति वा यत् पूर्वं कदाचित् भवता पठितं स्यात् ।
आगच्छन्तु, आरभामः ...

© NCERT not to be republished

क्रियाकलापः - ४ क्षेत्रीयेन सङ्गीतेन सह नृत्यम्

अस्माकं देशस्य विभिन्नेषु भागेषु गीयमानानि कानिचन प्रादेशिकगीतानि भवन्तः जानन्ति वा? तस्मिन् गीते मित्रैः सह नृत्यं कर्तुं शक्नोति वा ?

- तालं परिचिनोतु।
- क्षेत्रीयनृत्यस्य कृते स्वयमेव क्रमं निर्मातुं प्रयत्नं करोतु।
- एकलं, युगलं वा समूहनृत्यं प्रदर्श्यताम्।

विद्यालयसभायां एतत् नृत्यं प्रस्तोतुं भवान् किं चिन्तयति ?

तर्हि अभ्यासं कुर्मः , अभ्यासं कुर्मः , अभ्यासं च कुर्मः ।

अस्माकं देशे प्रादेशिकनृत्यानां विविधाः प्रकाराः सन्ति। वयं सर्वे अस्माकं महत्त्वपूर्णेषु उत्सवेषु वा आयोजनेषु वा एतादृशानि कानिचन नृत्यानि द्रष्टुं शक्नुमः।

उपर्युक्ताः गतिविधिः अनुभूय भवान् कथम् अनुभूतवान् ?

अध्यापकान् प्रति -
शिक्षकः पितरौ च गीतस्य विषये ज्ञापयित्वा अस्मिन् कार्ये साहाय्यं कर्तुं च शक्नुवन्ति।

अधिकाधिकानि लोकनृत्यानि समूहेषु क्रियन्ते।
प्रत्येकं लोकनृत्यस्य एकः समुचितः विषयः भवति।
संस्कारेषु, सम्मेलनेषु, उत्सवेषु च लोकनृत्यानि क्रियन्ते।
उत्सवं लोकनृत्यं च सर्वे मिलित्वा कुर्वन्ति।

© NCERT not to be republished

© NCERT not to be republished