

14 இயற்கையோடு நடனம்

இயற்கையின் நடனத்தை எப்போதாவது பார்த்திருக்கிறீர்களா? இயற்கையில் என்ன வகையான இயக்கங்கள் உள்ளன? அவை எப்போது நிகழ்கின்றன? ஆம்! உங்கள் சுற்றுப்புறம் பல வகையான நடனக் கூறுகளால் நிரம்பியுள்ளது. இயற்கை அதன் சொந்த சிறப்பு நடன இயக்கங்களையும் கொண்டுள்ளது.



0337CH14

செயல்பாடு 1

இயற்கை மற்றும் உடல் இயக்கங்கள்

உங்கள் கைகள், தோள் மற்றும் உடலைப் பயன்படுத்தி, இயற்கையில் நீங்கள் பார்க்கும் மென்மையான இயக்கத்தைப் போலவே, மென்மையான மற்றும் அலை பாயும் வழிகளில் காட்ட முயற்சிக்கவும்.

இயற்கையில் ஏராளமான மரங்கள் மற்றும் பூக்கள் உள்ளன. அவைகளுக்கு வெவ்வேறு வடிவங்கள் உண்டு! உங்கள் சுற்றுப்புறத்தைக் கூர்ந்து கவனியுங்கள்—

- விலங்குகள், பறவைகள், பட்டாம்பூச்சிகள் மற்றும் பூச்சிகள்.
- யானை எப்படி நடக்கிறது, குரங்கு எப்படி நடந்து கொள்கிறது?
- உங்கள் முழு கைகளையும் பயன்படுத்தி, நீண்ட அடிகளை எடுத்து, உங்கள் உடலை நகர்த்தி, அவைகளின் செயல்களை நகலெடுக்க முயற்சிக்கவும்.

நம் செயல்களுக்கு நடன அசைவுகள் மற்றும் தாளத்தை உருவாக்குவோம். உங்கள் குரல் மூலம் இசையை உருவாக்கலாம்.

செயல்பாடு 2

இயற்கை மற்றும் தாள இயக்கங்கள்

இயற்கையிலிருந்து ஏதேனும் பறவை, விலங்கு அல்லது ஒரு பொருளை தேர்ந்தெடுக்கவும்.

உடலின் பெரிய மற்றும் சிறிய பாகங்களைப் பயன்படுத்தி அசைவுகளைக் காட்டுங்கள்.

எடுத்துக்காட்டாக, ஒரு மயில் எப்படி 4 துடிப்புகளில் தாளமாக நடனமாடுகிறது என்பதைக் காட்டுக:

- உங்கள் தலையை முன்னும் பின்னும் அசைக்கவும்.
- உங்கள் இரு கைகளையும் விரித்து.
- உங்கள் கால்விரல்களில் நடக்கவும்..



செயல்பாடு 3

இயற்கை நடனத்தின் கதை

இப்போது அனைவரும் ஒன்றாக வேடிக்கை பார்க்க வேண்டிய நேரம் வந்துவிட்டது.

நீங்கள் தயாரா?

இயற்கையிலிருந்து உங்களுக்குப் பிடித்த ஒன்றைத் தேர்வு செய்க உதாரணமாக

- கோடை காலம், மழை காலம், குளிர்காலம், வசந்த காலம் போன்ற பருவங்கள்.
- காட்டில் ஒரு நாள்.
- கனமழை.
- பருவ காலங்கள் மாற்றத்தை நீங்கள் காட்டலாம், :
- கோடை காலத்திற்கு - சூரியன்.ஒரு சோர்வான உடல் வட்டப் பாதையில் இயங்குதல்
- குளிர்காலத்திற்கு காற்று— உங்கள் கைகளை முன்னும் பின்னும் அசைத்தல் .
- மழை மற்றும் புயல் மழை— பெரிய அடிகள் எடுத்து வைத்தல் திருப்பங்கள் மற்றும் சுழல்களைக் காட்டுதல்.
- வசந்த காலத்தில் ஹோலி விளையாடுவதை உங்கள் விருப்பப்படி காட்டலாம்



நடனம் மூலம் இயற்கையின் கதையைச் சொல்லுங்கள். மீண்டும், இதற்கு ஒருவருக்கொருவர் நிறைய ஒருங்கிணைப்பு மற்றும் புரிதல் தேவை. நீங்கள் முன்பு கற்றுக்கொண்ட நாட்டுப்புற நடனம் ஏதேனும் நினைவிருக்கிறதா?

ஆரம்பிக்கலாம்...

செயல்பாடு 4

ஒரு பிராந்திய பாடலுக்கு நடனம்

நம் நாட்டின் பல்வேறு பகுதிகளில் பாடப்பட்ட பிராந்திய பாடல்கள் ஏதேனும் உங்களுக்குத் தெரியுமா? அந்த பாடலுக்கு உங்கள் நண்பர்களுடன் நடனமாட முடியுமா?

- தாளத்தைக் கண்டறியவும்.
- குறிப்பிட்ட பிராந்திய நடனத்திற்கான உங்கள் தாளத்தை உருவாக்க முயற்சிக்கவும்.
- தனியே, இருவர் அல்லது குழு நடன நிகழ்ச்சிகளை ஒன்றாக இணைக்கவும்.

பள்ளியின் கூட்டு வழிபாட்டில் இந்த நடனம் ஆடுவது எப்படி?

பின்னர் **மீண்டும் மீண்டும் பயிற்சி** செய்வோம்.

நம் நாட்டில் பல்வேறு வகையான பிராந்திய நடனங்கள் உள்ளன. இந்த நடனங்களில் சிலவற்றை நாம் அனைவரும் நமது முக்கியமான திருவிழாக்கள் அல்லது நிகழ்வுகளில் பார்க்கலாம்.

மேலே உள்ள செயல்பாடுகளை செயல்படுத்திய பிறகு நீங்கள் எப்படி உணர்ந்தீர்கள்?



ஆசிரியரின் குறிப்பு

ஆசிரியர் அல்லது பெற்றோர் பாடலைப் பரிந்துரைக்கலாம் மற்றும் இந்தச் செயலில் உதவலாம்.

பெரும்பாலான நாட்டுப்புற நடனங்கள் ஒரு குழுவில் நிகழ்த்தப்படுகின்றன. ஒவ்வொரு நாட்டுப்புற நடனத்திற்கும் சரியான மையப்பொருள் உள்ளது. சடங்குகள், ஒன்றுகூடல், கொண்டாட்டங்கள் போன்றவற்றின் போது நாட்டுப்புற நடனங்கள் நிகழ்த்தப்படுகின்றன. நாட்டுப்புற நடனங்களை அனைவரும் சேர்ந்து நிகழ்த்துகின்றனர்

