



पाठ १३

नृत्य द्वारा अवरोधहरु

तोड्नु

नृत्यमा, पात्रहरु कहिलेकाहीं लिंग भेदभाव देखी परे अन्य लिंगको नृत्य प्रदर्शन गर्छन् । नृत्यका धेरै परम्परागत प्रस्तुतिहरुमा पुरुषहरु प्रायः महिला पात्रको अभिनय गर्छन् ।

भक्ति आंदोलन

छैटौं वा सातौं शताब्दी तिर आरम्भ भएको भक्ति आन्दोलनले क्षेत्रीय शास्त्रीय नृत्यको विकासलाई प्रभावित गर्‍यो जसले हाम्रो वर्तमान शास्त्रीय नृत्यको जरालाई विस्तार गर्यो ।

भक्ति कालमा, नर्तकहरु मन्दिर भित्र पूजा अनुष्ठानको भाग बने । दक्षिण भारतका देवदासी र तेवादिचि र ओडिशाका महारीहरुले मन्दिरभित्र देवताको प्रत्यक्ष सेवा गरे ।

असमका सत्र र दक्षिणका भागवतारहरुमा कर्मकाण्डी नृत्यको माध्यमबाट ६४ अनुष्ठानहरु



0680CH13

प्रदर्शन गरिन्थ्यो । उत्तरका कथाकारहरुले मानिसहरुको नैतिक मूल्यहरु बढाउन भगवान शिवको स्तुति गान गरे तथा ताण्डवको अभिनय प्रस्तुत गरे ।

भक्ति आन्दोलनको अवधारणा आम मानिसका लागि बुझ्न सजिलो थियो ।



गोटिपुआ नृत्य



गोटिपुवा नृत्य सिक्दै विद्यार्थीहरु



अर्धनारीश्वर

उदाहरणहरू

गोटिपुआ नृत्य

ओडिसामा उत्पत्ति भएको गोटिपुआ नृत्यको भिडियो यूट्यूबमा हेर्नुहोस् ।

महारीहरूले यो मन्दिर भित्र भगवान जगन्नाथको स्तुति गर्दै प्रदर्शन गर्थे र गोटिपुआहरू जहाँ युवा केटाहरू जनताहरूको लागि नृत्य गर्दथे ।

यहाँ, युवा केटाहरू केटीको पोशाकमा सजिएर नृत्य प्रदर्शन गर्दथे, जसमा नृत्यको साथ जटिल कसरतको मुद्राहरूको संयोजन हुन्छ ।

अर्धनारीश्वर नृत्य

चित्रकलामा भगवान शिव र देवी पार्वतीलाई एउटै अनुहारमा नृत्य श्रृंगारका साथ देख्न सकिन्छ ।

गतिविधि १ : अब अद्वितीय लोक नृत्यहरूको भिडियोहरू हेर्नेछौं

अद्वितीय मुद्रा, हाउभाउ, हिँड्ने तरिका, पाइला, वेशभूषा र संगीतका साथ प्रदर्शन गरिएका विभिन्न लोक नृत्यका भिडियोहरू हेर्नुहोस् ।



महाराष्ट्रको लावणी नृत्य जुन मुख्य रूपमा महिलाहरू द्वारा गरिने नृत्य हो ।



पश्चिम बङ्गालकी पुरलिया छाउ मूलतः पुरुषहरूले मात्र प्रदर्शन गर्ने गर्छन् ।

कर्नाटक बाट यक्षगान



अब, तपाईं लावणी र छऊ दुवै चरणहरूको भंगिमाहरू गर्न सक्नुहुनेछ।

आधुनिक युगमा लैङ्गिक अवरोधहरूलाई हटाएर मोहिनीअट्टम् (पहिले महिलाहरूले मात्र प्रदर्शन गरिने), कथकली र यक्षगान (पहिले पुरुषहरूले मात्र

प्रदर्शन गर्ने) जस्ता नृत्यहरूमा आमूल परिवर्तन भएको छ।

यो ध्यान दिनु महत्त्वपूर्ण छ कि विभिन्न नृत्यका शैलीहरू, चालहरू र मुद्राहरूमा कट्टर लैङ्गिक धारणाहरू परिवर्तित भएका छन्। परम्परागत लैङ्गिक मान्यताहरू तोड्दै नर्तकहरूले धेरै जसो विभिन्न शैलीका तत्वहरू मिश्रण गरेर आफ्नै अद्वितीय अभिव्यक्ति सिर्जना गर्छन्।

अब, तपाईं त्यस चरणमा आउनुभएको छ जहाँ तपाईंले आफ्नो क्षेत्रमा नृत्य रूपहरूको चरणहरू सिक्रु पर्छ।

गतिविधि २ : लोक नृत्यका लागि निर्देश

आउनुहोस्, आवश्यक झुकावका साथ प्रयास गरिएका पाइलाहरूलाई जोसिलो वा कोमल चालमा अभ्यास गरौं।

लावणी र भंगडा, दुवै नृत्यहरू केटी र केटाहरू द्वारा अभ्यास गर्न सकिन्छ।

यी नृत्य शैलीहरूमा प्रयोग गरिएको हात र पाखुराको मुद्रा, हावभावहरू को अन्वेषण एवं प्रयोग गर्नुहोस्।

गतिविधि ३ : परियोजना कार्य

जोगती मंजम्म एक पथप्रदर्शक व्यक्तित्व हुन् जसले कर्नाटकमा जोगती नृत्यको विकासलाई लैंगिक पहिचानको बाधाहरू तोडेर प्रभावित गरेकी छिन्। उनको बारेमा थप पत्ता लगाउनुहोस् र उनको चित्रहरूको साथ एक परियोजना कार्य प्रस्तुत गर्नुहोस्।

परियोजनाको ढाँचा - बाल्यकालदेखि प्रेरणादायक कथा (यदि कुनै छ भने), सिक्ने अनुभवहरू, उपलब्धिहरू र संघहरू।



© NCERT
not to be republished



आयत आकार



त्रिकोणीय आकृति

नृत्य, आकृति र ताल

गणित र नृत्य एक अर्काका परिपूरक हुन् ।

हामी नृत्यको माध्यमबाट गणितीय आकारहरू प्रदर्शन गर्न सक्छौं। नृत्यमा गणितीय मुद्राहरू र अंकगणितीय लयमा चालहरू समावेश छन् । हामी नृत्यनिर्देशनमा संरचनाहरूको लागि विभिन्न गणितीय ढाँचाहरू प्रयोग गर्न सक्दछौं। लय र ताल केवल अंकीय ढाँचाहरू हुन् ।

अर्को गतिविधिमा यसको प्रयास गर्नुहोस् ।

गतिविधि ४ : नृत्य र गणितीय आकृति

एक नृत्यमा कति वटा विभिन्न गणितीय आकृतिहरू प्रदर्शन गर्न सकिन्छ ?



नर्तकहरू विभिन्न आकृतिहरू देखाउँदै

त्रिभुज, वृत्त, वर्गाकार, आयत आदि आफ्नो हात, पाखुरा र खुट्टाको प्रयोग गरेर बनाउनुहोस् ।

कक्षामा छलफल गर्नुहोस् र केही गणितीय चालहरूको अभ्यास गर्नुहोस् ।





गतिविधि ५ : लयात्मक गणित

अब, अधिल्लो गतिविधिका सबै तत्वहरू (हात, खुट्टा) मिलाउनुहोस् र तालको अर्को तत्व थप्दै विभिन्न गणितीय आकारहरू बनाउनुहोस्।

ताल, विभिन्न क्रम परिवर्तन र लयबद्ध एकाइहरूको संयोजनहरू हो।

समूहहरू बनाउनुहोस् र विभिन्न गणितीय ढाँचाहरू वा सं+रचनाहरू सिर्जना गर्न विभिन्न अंकीय लय संयोजनहरूको प्रयास गर्नुहोस्।

उदाहरणहरू

$$२ \text{ ताल} + २ \text{ ताल} = ४ \text{ ताल} \quad २ \text{ थाप} \quad ४ \text{ थाप}$$

$$२ \text{ ताल} + ३ \text{ ताल} = ५ \text{ ताल}$$

$$२ \text{ ताल} + ४ \text{ ताल} = ६ \text{ ताल}$$

$$३ \text{ ताल} + ३ \text{ ताल} = ६ \text{ ताल}$$

$$३ \text{ ताल} + ४ \text{ ताल} = ७ \text{ ताल}$$

यस्ता संचालनहरू जानुहोस् र कक्षामा छलफल गर्नुहोस्, यस्ता लय क्रमहरू उक्त कार्यसँग कसरी सम्बन्धित छन्।

