



അധ്യായം 15 നമ്മുടെ നാട്ടിലെ നൃത്തങ്ങൾ

നമുക്ക് നൃത്ത യാത്ര തുടങ്ങാം! നിങ്ങളുടെ ചിലങ്കകൾ ധരിച്ച് നൃത്ത ലോകത്തേക്ക് പോകാൻ തയ്യാറാകുക!

നമ്മുടെ നാടിന്റെ നൃത്തങ്ങൾ: പ്രാദേശിക താളങ്ങളും ചലനങ്ങളും പര്യവേക്ഷണം ചെയ്യുക

ഈ അധ്യായം നമ്മുടെ രാജ്യത്തെ വർണ്ണാഭവും സജീവവുമാക്കുന്ന മഹത്തായ നൃത്തരൂപങ്ങൾ കണ്ടെത്തുന്നതിനെക്കുറിച്ചാണ്.

നമ്മുടെ ചുറ്റുപാടിലുള്ള നൃത്ത രൂപങ്ങൾ നമുക്ക് സൂക്ഷ്മമായി പരിശോധിക്കാം.

ഈ പ്രവർത്തനത്തിൽ, നമ്മുടെ പ്രദേശത്തുള്ള നൃത്തങ്ങൾ നമ്മൾ കണ്ടെത്താൻ പോകുന്നു. സമ്പന്നമായ പരമ്പരാഗത ലോക നൃത്തങ്ങൾ മുതൽ പ്രാദേശിക ആഘോഷങ്ങളുടെ ഭാഗമായ ഊർജ്ജസ്വലമായ ബീറ്റുകൾ വരെയുള്ള ഈ നൃത്തങ്ങൾ നമ്മുടെ സമൂഹത്തിൽ ആഴത്തിൽ വേരൂന്നിയതാണ്.

നമ്മുടെ പ്രദേശത്തിന്റെ ചൈതന്യം പ്രകടിപ്പിക്കുന്ന നൃത്ത രൂപങ്ങൾ കണ്ടെത്താൻ തയ്യാറാകുക, താളവും സന്തോഷവും നിറഞ്ഞ ഒരു അരങ്ങേടു സൃഷ്ടിക്കുക .



0680CH15

പ്രവർത്തനം 1: പ്രാദേശിക നൃത്തങ്ങൾ പര്യവേക്ഷണം ചെയ്യുക

നിങ്ങളുടെ പ്രദേശത്തെ വിവിധ പ്രാദേശിക നൃത്തങ്ങളുടെ പേരുകൾ പട്ടികപ്പെടുത്തുക. നിങ്ങളുടെ സുഹൃത്തുക്കളുമായും മാതാപിതാക്കളുമായും അധ്യാപകരുമായും ഇത് ചർച്ച ചെയ്യുക.

ഏതെങ്കിലും പ്രാദേശിക നൃത്തം തിരഞ്ഞെടുത്ത് പ്രാദേശിക കലാകാരന്മാരെ സന്ദർശിക്കാൻ ഒരു പഠന യാത്ര നടത്തുക. അവരുടെ വീഡിയോകളും കാണാം.

സാധ്യമെങ്കിൽ, അവരുമായി ഒരു ചെറിയ വർക്ക് ഷോപ്പ് നടത്തുക, പ്രാദേശിക നൃത്തരൂപത്തിന് പിന്നിലെ ആശയങ്ങളും ഉദ്ദേശ്യങ്ങളും കണ്ടെത്തുക.

അവരുടെ ഭാവങ്ങൾ, ആംഗ്യങ്ങൾ, മനോഹരമായ ചലനങ്ങൾ എന്നിവ പഠിക്കാൻ ശ്രമിക്കുക.

ഈ രീതിയിൽ, നിങ്ങളുടെ സ്വന്തം പ്രാദേശിക നൃത്ത രൂപങ്ങളുടെ ആവേശകരമായ യാത്ര നിങ്ങൾക്ക് നടത്താൻ കഴിയും.



ഗുജറാത്തിൽ നിന്നുള്ള ഗർബ നൃത്തം



തബല



ധോൽ



ഡാൻഡിയ സ്റ്റിക്കുകൾ

നൃത്തം

പോസിറ്റീവ് എന്നർത്ഥം ഒരു കൂട്ടമായ നൃത്തത്തിന്റെ മനോഹരമായ ചുഴികൾ, മനോഹരമായ ടിസ്റ്റുകൾ, അതിമനോഹരമായ ചലനങ്ങൾ, മനോഹരമായ ചുവടുകൾ, വർണ്ണാഭമായ വസ്ത്രധാരണം, വികാരവിക്ഷേപങ്ങൾ എന്നിവ നിരീക്ഷിക്കുക.

ഉദാഹരണങ്ങൾ

ഒരു പഠനയാത്രക്കിടെ നൃത്തരൂപത്തിന്റെ നിരീക്ഷണങ്ങൾ രേഖപ്പെടുത്തുന്ന രീതി

ഗുജറാത്തിൽ നിന്നുള്ള ഗർബ നൃത്തം

A. ആമുഖം

ദുർഗാദേവിയെ ആരാധിക്കുന്ന നവരാത്രി ഉത്സവത്തിൽ ഈ നൃത്തരൂപം അവതരിപ്പിക്കുന്നു. ഈ നൃത്തം സംസ്കാരത്തിന്റെയും പാരമ്പര്യത്തിന്റെയും ആഘോഷത്തോടൊപ്പം സാമൂഹിക ഉത്സാഹത്തിന്റെയും ഐക്യത്തിന്റെയും പ്രദർശനമാണ്.

B. നൃത്തത്തിന്റെ സവിശേഷതകൾ

- ഊർജ്ജസ്വലമായ ചലനങ്ങൾ.
- താളാത്മകമായ കൈയടി.
- കേന്ദ്രീകൃത വൃത്തങ്ങളിൽ നീങ്ങുന്ന നർത്തകർ സൃഷ്ടിച്ച വൃത്താകൃതിയിലുള്ള ഘടനകൾ

C. അനുബന്ധ ഉപകരണങ്ങൾ

- പരമ്പരാഗത നാടൻ പാട്ട് .
- ധോൽ (ഡ്രം), തബല, ഡാണ്ടിയ സ്റ്റിക്കുകൾ തുടങ്ങിയ ഉപകരണങ്ങൾ.

D. വസ്ത്രോല്പാദനം

- സ്ത്രീകൾക്ക് ചാനിയ ചോളികൾ (ഗാഗ്ര).
- പുരുഷന്മാർക്കായി കെദിയു-കപ്പി (ഒരു തരം മുണ്ടും കുർത്തയും)

മറ്റ് നൃത്ത രൂപങ്ങൾ പര്യവേക്ഷണം ചെയ്യുന്നു

ഇവിടെ, നിങ്ങൾ നമ്മുടെ രാജ്യത്തെ മറ്റ് പ്രദേശങ്ങളിലെ പ്രാദേശിക നൃത്ത രൂപങ്ങൾ പര്യവേക്ഷണം ചെയ്യാൻ പോകുന്നു. ഈ നൃത്ത യാത്രയിൽ, ഒരൊറ്റ പ്രാദേശിക നൃത്തരൂപം പഠിക്കുന്നതിനുപകരം, നിങ്ങൾ മറ്റ് നൃത്ത രൂപങ്ങളെ കുറിച്ചും അറിയും

പ്രവർത്തനം 2: മറ്റ് നൃത്തരൂപങ്ങൾ പര്യവേക്ഷണം ചെയ്യുന്നു

മറ്റ് പ്രാദേശിക നൃത്തരൂപങ്ങളുടെ വീഡിയോകൾ കാണുക.

വരു... ഒരുമിച്ചിരുന്ന് മറ്റ് പ്രദേശങ്ങളിലെ നൃത്തത്തെക്കുറിച്ച് ഫലപ്രദമായ ചർച്ച നടത്തുക.

സംസ്ഥാനങ്ങൾ	ന്യൂനതരത്തിന്റെ പേര്	അനുബന്ധ ഉപകരണങ്ങൾ	വസ്ത്രാലങ്കാരം	ന്യൂനതം ചെയ്യുന്ന സന്ദർഭം
കേരളം	തിരുവാതിരകളി: സ്ത്രീകൾ അവതരിപ്പിക്കുന്നു.	ഒരു നാടോടി ഗാനത്തിനൊപ്പം കൈയടികളോടെയുള്ള മനോഹരമായ താളാത്മക നൃത്തം	പരമ്പരാഗത കേരള ആഭരണങ്ങളുടെ കൂടെ പരമ്പരാഗത വസ്ത്രമായ മുണ്ടും വേഷിയും	തിരുവാതിര, ശിവരാത്രി, ഓണം, തുടങ്ങിയ ആഘോഷങ്ങൾ മറ്റ് ചില ഉത്സവങ്ങൾ എന്നിവയോടൊപ്പം
ഒഡീഷ	സൈല: ഗോത്ര സമൂഹം അവതരിപ്പിക്കുന്നു	ധോൽ (ബാരൽ ആകൃതിയിലുള്ള ഡ്രം), നഗര (കെറ്റിൽ ഡ്രം), ഓടക്കുഴൽ	വർണ്ണാഭമായ സാരികൾ, മുണ്ടുകൾ, ഗോത്ര ആഭരണങ്ങളിലെ മുത്തുകൾ ക്ഷേപ്തകൾ, ലോഹങ്ങൾ എന്നിവ കൊണ്ടുണ്ടാക്കിയ ആഭരണങ്ങൾ	കാർഷിക സമയത്തിന്റെ തുടക്കത്തിൽ ചൈത്ര പർവ ഉത്സവത്തോടനുബന്ധിച്ച്
കശ്മീർ	റൗഫ്: സ്ത്രീകൾ ഒരു ഗൃഹപ്രായം അവതരിപ്പിക്കുന്നു	തുംബകുമാരി (ഒരു ചെറിയ കെറ്റിൽ ഡ്രം), റബാബ് (ഒരു സ്ട്രിംഗ് ഉപകരണം), ഹാർമോണിയം.	വർണ്ണാഭമായ എംബ്രോയിഡറി വസ്ത്രങ്ങൾ, ആഭരണങ്ങൾ: കമ്മലുകൾ, കഴുത്തില്ലാത്ത, വളകൾ എന്നിവയുള്ള കശ്മീരി വസ്ത്രധാരണം ഫെറാൻ (അയഞ്ഞതും നീളമുള്ളതുമായ വസ്ത്രം).	ഈദ്, ബൈശാഖി, നവ്റോസ്, അതുപോലെ വിവാഹങ്ങൾ, വിളവെടുപ്പ് ആഘോഷങ്ങൾ, മറ്റ് സാമൂഹിക ഒത്തുചേരലുകൾ എന്നിവയിലും ഇത് അവതരിപ്പിക്കുന്നു.

അതത് നൃത്തരൂപങ്ങൾ ഉപയോഗിച്ച് നമ്മുടെ രാജ്യത്തെ സംസ്ഥാനങ്ങളെ പട്ടികപ്പെടുത്തുക. ചില സംസ്ഥാനങ്ങൾ ഇവിടെ ഒരു ദൃഷ്ടാന്തമായി കാണിച്ചിരിക്കുന്നു. വിവിധ പ്രദേശങ്ങളിലെ വിവിധ നൃത്തരൂപങ്ങളുടെ വിവരങ്ങൾ നിങ്ങൾക്ക് ഒരു പട്ടിക രൂപത്തിൽ ക്രമീകരിക്കാൻ കഴിയും. അതിശയകരം! നന്നായി ചെയ്യൂ. നമ്മുടെ നൃത്ത യാത്രയുടെ അടുത്ത ഘട്ടത്തിലേക്ക് പോകാം.



പ്രാദേശിക നൃത്തരൂപങ്ങളുടെ താരതമ്യം

നിങ്ങളുടെ നൃത്ത യാത്രയിൽ, നിങ്ങൾ നിരവധി പ്രാദേശിക നൃത്ത രൂപങ്ങൾ കണ്ടിരിക്കാം. ഉയർന്ന തലത്തിലേക്ക് പോകുമ്പോൾ, നിങ്ങളുടെ പ്രദേശത്തെ പ്രാദേശിക നൃത്ത രൂപങ്ങളെ മറ്റ് പ്രദേശങ്ങളുമായി താരതമ്യം ചെയ്യുകയും വ്യത്യാസങ്ങൾ തിരിച്ചറിയുകയും ചെയ്യുക.

സംസ്ഥാനങ്ങൾ	നൃത്തത്തിന്റെ പേര്	അനുബന്ധ ഉപകരണങ്ങൾ	വസത്രാലങ്കാരം	നൃത്തം ചെയ്യുന്ന സന്ദർഭം

പ്രവർത്തനം 3: പ്രാദേശിക നൃത്തരൂപങ്ങളുടെ താരതമ്യം

നിങ്ങൾ രാജസ്ഥാനിൽ നിന്നുള്ളവരാണെന്ന് കരുതുക, പ്രാദേശിക നൃത്തരൂപം കൽബേലിയ തിരഞ്ഞെടുക്കുക. ഇപ്പോൾ, ഇത് മേഘാലയയിലെ നോക്കോം നൃത്തം എന്ന മറ്റൊരു പ്രാദേശിക നൃത്തവുമായി താരതമ്യം ചെയ്യുക **ചുവടെ കാണിച്ചിരിക്കുന്നതുപോലെ ഒരു താരതമ്യ ചാർട്ട് സൃഷ്ടിക്കുക** —

നൃത്തരൂപം	കൽബേലിയ	നോക്കോം
		
സംസ്ഥാനം	രാജസ്ഥാൻ	മേഘാലയ
വസ്ത്രാലങ്കാരം	ചെറിയ കണ്ണാടികൾ കൊണ്ട് അലങ്കരിച്ച മേൽ വസ്ത്രം (അംഗ്രാഗി), തലയിലെ തുണി (ഒദാനി), താഴത്തെ വസ്ത്ര ഭാഗങ്ങൾ (ലെഹങ്ക) എന്നിവ സ്ത്രീകൾ ധരിക്കുന്നു.	സ്ത്രീകൾ പരമ്പരാഗത വസ്ത്രങ്ങൾ ധരിക്കുമ്പോൾ പുരുഷന്മാർ പലപ്പോഴും വർണമയ വസ്ത്രങ്ങൾ അണിഞ്ഞ് വാലുകളും വെളുത്ത യാക്ക് ന്റെ രോമവും പിടിച്ച് കൊണ്ട് അവതരിപ്പിക്കുന്നു
ലക്ഷ്യം	ആചാരാനുഷ്ഠാനങ്ങളുമായി ബന്ധപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു, പലപ്പോഴും പുരാണ കഥകൾ ചിത്രീകരിക്കുന്നു. ഹോളി സമയത്ത് പ്രത്യേക നൃത്തങ്ങൾ അവതരിപ്പിക്കുന്നു.	സമൃദ്ധമായ വിളവെടുപ്പിനും ആളുകളുടെ സമൃദ്ധിക്കും വേണ്ടി ശക്തമായ ദേവിയെ പ്രീതിപ്പെടുത്തുന്നതിനായി ശരതകാലത്ത് ആഘോഷിക്കുന്നു
അഭിനേതാക്കൾ	സ്ത്രീകളുടെ നൃത്തം, പുരുഷന്മാരുടെ പാട്ട്.	
അനുബന്ധ ഉപകരണങ്ങൾ	പരമ്പരാഗത നാടൻ പാട്ട് , വൂഡ് വിൻഡ് വാദ്യോപകരണങ്ങൾ, താളവാദ്യങ്ങളായ , ഡുഷ്ഠി, ബീൻ , ഖാൻജിറ എന്നിവയുടെ അകമ്പടിയോടെ	ചെണ്ടയും ഉൾപ്പെടെയുള്ള

ന്യൂനരൂപം		
സംസ്ഥാനം		
വസ്ത്രാലങ്കാരം		
ലക്ഷ്യം		
അഭിനേതാക്കൾ		
അനുബന്ധ ഉപകരണങ്ങൾ		

© NCERT
not to be republished

പ്രവർത്തനം 4: പ്രാദേശിക നൃത്ത രൂപങ്ങളെ കുറിച്ചുള്ള പ്രോജക്റ്റ്

പ്രാദേശികനൃത്തരൂപങ്ങൾ പഠിക്കുന്നതിനായി ഒരു പഠന യാത്ര നടത്തിയ പ്രവർത്തനം 1 നിങ്ങൾ ഓർക്കുന്നുണ്ടോ? ബന്ധപ്പെട്ട ചിത്രങ്ങൾ വരച്ചു ഒട്ടിച്ചും പ്രാദേശിക നൃത്ത രൂപത്തെ കുറിച്ച് ഒരു പ്രോജക്റ്റ് തയ്യാറാക്കുക. ഒരു നാടോടി ഗാനം (നൃത്തവുമായി ബന്ധപ്പെട്ടത്) തിരഞ്ഞെടുത്ത്

അത് ഒരു കുറിപ്പ് ആയി എഴുതുക . ഒരു പ്രത്യേക നൃത്ത രൂപത്തിൽപ്പെട്ട ആഭരണങ്ങളുടെ കൈകൊണ്ട് നിർമ്മിച്ച കരകൗശല മോഡലുകൾ ഒട്ടിക്കുക. അവസാനമായി, നിങ്ങളുടെ പ്രോജക്റ്റ് എല്ലാ അധ്യാപകരുടെയും സുഹൃത്തുക്കളുടെയും മുന്നിൽ അവതരിപ്പിക്കുക.



പ്രവർത്തനം 5: പ്രശസ്ത നർത്തകരെ കുറിച്ചുള്ള കുറിപ്പുകൾ

നിങ്ങൾക്ക് ഇഷ്ടമുള്ള പ്രശസ്ത ആധുനിക ഇന്ത്യൻ നർത്തകരെക്കുറിച്ച് ഒരു ഹ്രസ്വ കുറിപ്പ് എഴുതുക. ക്രിയാത്മകമായിയിരിക്കണം . ചിത്രങ്ങൾ ഒട്ടിക്കുക. ഈ പ്രവർത്തനത്തോടൊപ്പം, പ്രശസ്ത നർത്തകരുടെ ചലനങ്ങൾ, ഭാവങ്ങൾ, ആംഗ്യങ്ങൾ എന്നിവ അനുകരിക്കാൻ ശ്രമിക്കുക.



© NCERT
not to be republished