अध्याय 19

अपना एवं दूसरों का नृत्य

0538CH19

गतिविधि 19.1 मेरा क्षेत्रीय नृत्य

क्या आप अपने क्षेत्र की किसी नृत्य शैली का अभ्यास करते हैं? क्या आपने कभी नर्तक-नर्तकियों को आपका क्षेत्रीय नृत्य करते हुए देखा है? अब आप किसी क्षेत्रीय नृत्य कलाकार से मिलिए और उनसे उस नृत्य को सीखिए।

शिक्षक-संकेत— किसी क्षेत्रीय नृत्य कलाकार या समूह से मिलने जाने का प्रबंध कीजिए।

उनके नृत्य की विशेषताओं की सूची बनाइए।

- नृत्य का नाम ____________________
- प्रस्तुति के समय कौन-सी वेशभूषा धारण की जाती है? ____________________
- क्या आपने किसी नृत्य-सामग्री का उपयोग किया? ____________________
- यह नृत्य किस अवसर पर किया जाता है? ____________________
- नृत्य में उपयोग किए गए वाद्ययंत्रों की सूची बनाइए। ____________________

© NCERT not to be republished

गतिविधि 19.2 मेरे पड़ोसी क्षेत्रों के नृत्य

अपने शिक्षक और सहपाठियों के साथ आस-पास के क्षेत्रीय लोक नृत्यों पर चर्चा कीजिए और उनकी सूची बनाइए। विचार कीजिए कि आप कौन-सा नृत्य सीखना चाहते हैं।

किसी कार्यशाला में भाग लेकर या किसी कलाकार से अपने पड़ोसी क्षेत्र की नृत्य शैली सीखें।

अपने क्षेत्रीय लोक नृत्य और पड़ोसी क्षेत्रीय लोक नृत्य की तुलना कीजिए और उसे तालिका में भरिए।

	मेरा क्षेत्रीय लोक नृत्य	पड़ोसी क्षेत्रीय लोक नृत्य
1. नाम		
2. वेशभूषा		
3. मुख्य वाद्ययंत्र		
4. नृत्य सामग्री		

CERT
© be republished

Part-4 Chapter 19_Hindi.indd 167 28-Nov-25 10:35:44 AM

गतिविधि 19.3 अंतिम प्रस्तुति

अपने क्षेत्रीय नृत्य या पड़ोसी क्षेत्रों के नृत्यों को विद्यालय में प्रस्तुत कीजिए।

Part-4 Chapter 19_Hindi.indd 168 28-Nov-25 10:35:47 AM

आकलन

अध्याय 19 — अपना एवं दूसरों का नृत्य				
पाठ्यचर्या लक्ष्य	दक्षताएँ	अधिगम प्रतिफल	शिक्षक	स्वयं
CG-3	C-3.1	अपने क्षेत्रीय नृत्य को सीखने में रुचि दिखाते हैं।		
CG-3	C-3.2	नृत्य प्रस्तुत करने के लिए सम्मिलित प्रयास करते हैं।		
CG-4	C-4.2	पड़ोसी क्षेत्रों के नृत्यों के संबंध में सक्रिय रूप से चर्चा करते हैं और उन्हें सीखते हैं।		

शिक्षक-अवलोकन ____________________

____

____

अन्य टिप्पणियाँ ____________________

____

____

© NCERT not to be republished

Part-4 Chapter 19_Hindi.indd 169 28-Nov-25 10:35:48 AM

योगात्मक आकलन

नृत्य	व्यक्तिगत	सामूहिक – 4 या 5 समूहों में विभाजित
	1. हाथ, पैर और नेत्रों के साथ गति दर्शाता है।	प्रत्येक समूह को भारत की एक नृत्य शैली की कुछ पंक्तियाँ प्रदर्शित करनी होंगी।
	2. स्वयं के अनुभव के आधार पर या हस्त-मुद्राओं से प्रकृति के संबंध में चयन की भावना प्रदर्शित करता है।	प्रत्येक समूह एक भाव का चयन करेगा तथा उस भाव से जुड़ी भावना को हाव-भाव और हस्त-मुद्राओं का उपयोग करते हुए एक वाक्य में दर्शाएगा।

© NCERT not to be republished