પ્રકરણ ૧૫

આપણી ભૂમિના નૃત્યો

ચાલો આપણા નૃત્યની સફર શરૂ કરીએ! તમારા ઘૂઘરા પહેરવા અને નૃત્યની દુનિયામાં ડૂબકી મારવા માટે તૈયાર થાઓ!

0680CH15

આપણા દેશના નૃત્યો: સ્થાનિક લય અને હલનચલનનું અન્વેષણ

આ પ્રકરણ આપણા દેશને રંગીન અને જીવંત બનાવતા મહાન નૃત્ય સ્વરૂપો શોધવા વિશે છે. ચાલો તમારા વાતાવરણમાં હાજર નૃત્ય સ્વરૂપો પર નજીકથી નજર કરીએ.

આ પ્રવૃત્તિમાં, તમે તમારા પ્રદેશના નૃત્યો શોધવા જઈ રહ્યા છો. સમૃદ્ધ પરંપરાગત લોક નૃત્યોથી લઈને સ્થાનિક ઉજવણીના ઉત્સાહી બીટ્સ સુધી, આ નૃત્યો આપણા સમાજમાં ઊંડે ઊંડે રોપાયેલા છે.

તમારા પ્રદેશની ભાવના દર્શાવતા નૃત્ય સ્વરૂપો શોધવા માટે તૈયાર થાઓ, અને નૃત્ય મંચને લય અને આનંદથી જીવંત બનાવો!

પ્રવૃત્તિ ૧: પ્રાદેશિક નૃત્યોની શોધ

તમારા ક્ષેત્રમાં વિવિધ પ્રાદેશિક નૃત્યોના નામની સૂચિ બનાવો. તમારા મિત્રો, માતાપિતા અને શિક્ષકો સાથે તેની ચર્ચા કરો.

કોઈપણ પ્રાદેશિક નૃત્ય પસંદ કરો અને સ્થાનિક કલાકારોની મુલાકાત લેવા માટે ક્ષેત્રની સફર કરો. તમે તેમના વીડિયો પણ જોઈ શકો છો.

જો શક્ય હોય તો, તેમની સાથે એક નાનો વર્કશોપ યોજો, અને સ્થાનિક નૃત્ય સ્વરૂપ પાછળના વિચારો અને હેતુ શોધો.

આસનો, હાવભાવ અને તેની આકર્ષક હિલચાલ શીખવાનો પ્રયાસ કરો.

આ રીતે, તમે તમારા પોતાના પ્રાદેશિક નૃત્ય સ્વરૂપોની રોમાંચક સફર કરી શકો છો.

© NCERT not to be republished

ગુજરાતનું ગરબા નૃત્ય

તબલાં

ઢોલ

દાંડિયા

સકારાત્મક ઊર્જાનું પોટલું એવા નૃત્યના ભવ્ય વમળો, સુંદર વળાંકો, ભવ્ય હલનચલન, આકર્ષક પગલાં, રંગબેરંગી પોશાકો અને નૃત્યની કેથરિટિક લાગણીઓનું અવલોકન કરો.

ઉદાહરણો

ફિલ્ડ ટ્રીપ દરમિયાન નૃત્ય સ્વરૂપના અવલોકનોને રેકોર્ડ કરવાની પદ્ધતિ.

ગુજરાતનું ગરબા નૃત્ય

અ . પરિચય

ગરબા નૃત્ય ગુજરાતનો પરંપરાગત નૃત્ય પ્રકાર છે, જે નવરાત્રી ઉત્સવ દરમિયાન પ્રદર્શન કરવામાં આવે છે. આ ઉત્સવ દરમિયાન દેવી દુર્ગાની ઉપાસના કરવામાં આવે છે. ગરબા માત્ર સાંસ્કૃતિક અને પરંપરાગત ઉજવણી જ નથી, પણ સમુદાયના એકતા અને સાથપણાનું પ્રતિક પણ છે.

બ . નૃત્યની લાક્ષણિકતાઓ

- જોરદાર અને જીવંત ગતિઓ
- લયબદ્ધ તાળીઓ પાડે છે.
- વર્તુળાકાર નૃત્ય: નૃત્યકારો એકબીજાની આજુબાજુ કેન્દ્રિત વર્તુળોમાં ગતિ કરે છે.

ક . સંગત

- પરંપરાગત લોકસંગીત .
- ઢોલ (ડ્રમ), તબલા અને દાંડિયા જેવાં સાધનો..

ડ . પહેરવેશ

- મહિલાઓ માટે ચણીયા ચોળી (ઘાઘરા) •
- પુરુષો માટે કેડીયુ-કફની (એક પ્રકારની ધોતી અને કુર્તા) . .

અન્ય નૃત્ય સ્વરૂપોની શોધ

અહીં, તમે આપણા દેશના અન્ય પ્રદેશોના સ્થાનિક નૃત્ય સ્વરૂપોની શોધ કરવા જઈ રહ્યા છો.

આ નૃત્ય યાત્રામાં, એક પણ સ્થાનિક નૃત્ય સ્વરૂપ શીખવાને બદલે, તમે અન્ય નૃત્ય સ્વરૂપોની પણ શોધ કરશો.

પ્રવૃત્તિ ૨: નૃત્યના અન્ય સ્વરૂપોની શોધ

અન્ય પ્રાદેશિક નૃત્ય સ્વરૂપોના વિડિઓઝ જુઓ.

ચાલો... સાથે બેસો અને અન્ય પ્રદેશોના નૃત્ય વિશે ફળદાયી ચર્ચા કરો.

© NCERT not to be republished

રાજ્ય	નૃત્યનું નામ	સાથો સાથ	પહેરવેશ	પ્રસંગ
કેરળ	*થિરુવાથિરા કાલિ: મહિલાઓ દ્વારા કરવામાં આવે છે.*	*લોકગીત સાથે તાળીઓ સાથે મનોહર લયબદ્ધ નૃત્ય.*	*મુંડુ અને વેથીનો સરળ કેરળ શૈલીનો પોશાક, જેમાં પરંપરાગત કેરળના આભૂષણો છે..*	*થ્રુવથિરા, શિવરાત્રી, ઓણમ અને કેટલાક અન્ય તહેવારોના પ્રસંગે.*
ઓડિશા	*વિભાગ: આદિવાસી સમાજ દ્વારા કરવામાં આવે છે.*	*ઢોલ (બેરલ આકારનું ડ્રમ), નગરા (કીટલી ડ્રમ) અને વાંસળી.*	*રંગીન સાડીઓ અને ધોતીઓ, આદિવાસી ઝવેરાતના મણકા, શંખ અને ધાતુના આભૂષણો.*	*ખેતી ઋતુની શરૂઆતમાં ચૈત્ર પર્વ પર્વ નિમિત્તે*
કાશ્મીર	*રઉફ: એક જૂથમાં મહિલાઓ દ્વારા કરવામાં આવે છે.*	*તુમ્બકનારી (એક નાનું કીટલી ડ્રમ), રબાબ (તારવાળું વાજિંત્ર) અને હાર્મોનિયમ.*	*રંગબેરંગી એમ્બ્રોઇડરીવાળા ડ્રેસ, ઝવેરાત, કાનની બુટ્ટી, નેકલેસ અને બંગડીઓ સાથે કાશ્મીરી પોશાક ફેરન (ઢીલો, લાંબો ઝભ્ભો)..*	*ઈદ, બૈસાખી અને નવરોઝ, તેમજ લગ્ન, લણણીની ઉજવણી અને અન્ય સામાજિક aકરવામાં આવે છે. .*

આપણા દેશના રાજ્યોને તેમના સંબંધિત નૃત્ય સ્વરૂપો સાથે સૂચિબદ્ધ કરો. કેટલાક રાજ્યોને અહીં ઉદાહરણ તરીકે દર્શાવવામાં આવ્યા છે.

તમે વિવિધ પ્રદેશોના વિવિધ નૃત્ય સ્વરૂપોની માહિતીને કોષ્ટક સ્વરૂપમાં ગોઠવી શકો છો. અદ્‌ભુત! શાબ્બાશ. ચાલો આપણી નૃત્ય યાત્રાના આગલા સ્તર પર જઈએ.

© NCERT not to be republished

પ્રાદેશિક નૃત્યના સ્વરૂપોની તુલના

તમારી નૃત્ય યાત્રામાં, તમે ઘણા સ્થાનિક નૃત્ય સ્વરૂપો જોયા હશે. ઉચ્ચ સ્તર પર જઈને, તમારા પ્રદેશના સ્થાનિક નૃત્ય સ્વરૂપોને અન્ય પ્રદેશો સાથે સરખાવો અને તેનો વિરોધાભાસ કરો.

રાજ્યો	નૃત્યનું નામ	સંગત	પહેરવેશ	નૃત્યનો પ્રસંગ

© NCERT
not to be republished

પ્રવૃત્તિ ૩: પ્રાદેશિક નૃત્યના સ્વરૂપોની તુલના

ધારો કે તમે રાજસ્થાનના છો અને સ્થાનિક કાલ્બેલિયા નૃત્ય સ્વરૂપ પસંદ કરો. હવે, આની તુલના મેઘાલયના નોંગક્રેમ નૃત્ય નામના અન્ય એક સ્થાનિક નૃત્ય સાથે કરો.

નીચે જણાવ્યા પ્રમાણે તુલનાત્મક આલેખ બનાવો -

નૃત્ય ફોર્મ	કાલ્બેલિયા	નોન્ગક્રેમ
રાજ્ય	રાજસ્થાન	મેઘાલય
પહેરવેશ	*મહિલાઓ શરીરના ઉપરના ભાગનું કાપડ (અંગરખી), માથાનું કપડું (ઓઢણી) અને શરીરના નીચલા ભાગો (લહેંગા) પહેરે છે, જે નાના અરીસાઓથી ભરતકામ કરે છે..*	સ્ત્રીઓ પરંપરાગત પોશાક પહેરે છે જ્યારે પુરુષો ઘણીવાર તલવારો અને સફેદ યાક વાળ વ્હિસ્ક પકડીને વાઇબ્રેન્ટ રંગોથી શણગારે છે.
હેતુ	*ધાર્મિક વિધિઓ સાથે સંકળાયેલી, ઘણીવાર પૌરાણિક કથાઓનું નિરૂપણ કરે છે. હોળી દરમિયાન ખાસ નૃત્યો કરવામાં આવે છે.*	લોકોની પુષ્કળ લણણી અને સમૃદ્ધિ માટે શક્તિશાળી દેવીને ખુશ કરવા માટે પાનખર દરમિયાન ઉજવવામાં આવે છે.
રજૂઆત કરનારાઓ	*સ્ત્રીઓ દ્વારા નૃત્ય અને પુરુષો દ્વારા ગીત.*	સ્ત્રી અને પુરુષ બંને.
સંગત	*પરંપરાગત લોકસંગીત અને વૂડવિન્ડ વાજિંત્રો પુંગી, પર્ક્યુશન ઇન્સ્ટ્રુમેન્ટ ડુફ્લી અને ખાનજીરા સાથે.*	ડ્રમ અને વિન્ડ ઇન્સ્ટ્રુમેન્ટ ટેંગમુરી સહિતના પરંપરાગત સંગીત સાથે. .

© NCERT not to be republished

નૃત્ય ફોર્મ		
રાજ્ય		
પહેરવેશ		
હેતુ		
રજૂઆત કરનારાઓ		
સંગત		

© NCERT not to be republished

પ્રવૃત્તિ ૪: પ્રાદેશિક નૃત્ય સ્વરૂપ પર યોજના

શું તમને પ્રવૃત્તિ 1 યાદ છે, જ્યાં સ્થાનિક નૃત્ય સ્વરૂપોનો અભ્યાસ કરવા માટે ફિલ્ડ ટ્રીપ કરવામાં આવી હતી?

સંબંધિત ચિત્રો દોરીને અથવા પેસ્ટ કરીને સ્થાનિક નૃત્ય ફોર્મ પર યોજના તૈયાર કરો. કોઈ લોકગીત (નૃત્યને લગતું) પસંદ કરો અને તેની નોંધ બનાવો. કોઈ વિશિષ્ટ નૃત્ય સ્વરૂપના ઝવેરાતના હાથથી બનાવેલા હસ્તકલાના મોડેલોને પેસ્ટ કરો.

છેલ્લે, તમારા યોજના ને બધા શિક્ષકો અને મિત્રોની સામે પ્રસ્તુત કરો.

પ્રવૃત્તિ ૫ઃ જાણીતા નર્તકો પરની નોંધ

તમારી પસંદગીના પ્રખ્યાત આધુનિક ભારતીય નર્તકો પર એક સંક્ષિપ્ત નોંધ લખો. રચનાત્મક રીતે લખો અને ચિત્રો ચોંટાડો. આ પ્રવૃત્તિની સાથે, પ્રખ્યાત નૃત્યાંગનાની ચાલ, મુદ્રાઓ અને હાવભાવનું અનુકરણ કરવાનો પ્રયાસ કરો.

© NCERT not to be republished