कक्षा-10

नूपुर

(नृत्य)

भाग-II

INDIAN ARMY

Arms you FOR LIFE AND CAREER AS AN OFFICER
Visit us at www.joinindianarmy.nic.in
or call us (011) 26173215, 26175473, 26172861

Ser NO	Course	Vacancies Per Course	Age	Qualification	Appln to be received by	Training Academy	Duration of Training
1.	NDA	300	16½ - 19 Yrs	10+2 for Army 10+2 (PCM) for AF, Navy	10 Nov & 10 Apr (by UPSC)	NDA Pune	3 Yrs + 1 yr at IMA
2.	10+2 (TES) Tech Entry Scheme	85	16½ - 19½ Yrs	10+2 (PCM) (aggregate 70% and above)	30 Jun & 31 Oct	IMA Dehradun	5 Yrs
3.	IMA(DE)	250	19 - 24 Yrs	Graduation	May & Oct (by UPSC)	IMA Dehradun	1½ Yrs
4.	SSC (NT) (Men)	175	19 - 25 Yrs	Graduation	May & Oct (by UPSC)	OTA Chennai	49 Weeks
5.	SSC (NT) (Women) (including Non- tech Specialists and JAG entry)	As notified	19 - 25 Yrs for Graduates 21-27 Yrs for Post Graduate/ Specialists/ JAG	Graduation/ Post Graduation /Degree with Diploma/ BA LLB	Feb/Mar & Jul/ Aug (by UPSC)	OTA Chennai	49 Weeks
6.	NCC (SPL) (Men)	50	19 - 25 Yrs	Graduate 50% marks & NCC 'C' Certificate (min B Grade)	Oct/ Nov & Apr/ May	OTA Chennai	49 Weeks
	NCC (SPL) (Women)	As notified					
7.	JAG (Men)	As notified	21 - 27 Yrs	Graduate with LLB/ LLM with 55% marks	Apr / May	OTA Chennai	49 Weeks
8.	UES	60	19-25 Yrs (FY)18-24 Yrs (PFY)	BE/B Tech	31 Jul	IMA Dehradun	One Year
9.	TGC (Engineers)	As notified	20-27 Yrs	BE/ B Tech	Apr/ May & Oct/ Nov	IMA Dehradun	One Year
10.	TGC (AEC)	As notified	23-27 Yrs	MA/ M Sc. in 1st or 2nd Div	Apr/ May & Oct/ Nov	IMA Dehradun	One Year
11.	SSC (T) (Men)	50	20-27 Yrs	Engg Degree	Apr/ May & Oct/ Nov	OTA Chennai	49 Weeks
12.	SSC (T) (Women)	As notified	20-27 Yrs	Engg Degree	Feb/ Mar & Jul/ Aug	OTA Chennai	49 Weeks

प्राक्कथन

शिक्षा विभाग, बिहार सरकार के निर्णयानुसार अप्रैल 2013 से राज्य के कक्षा IX एवं X हेतु ऐच्छिक विषयों का पाठ्यक्रम लागू किया गया है। इस संदर्भ में एस०सी०ई०आर०टी०, बिहार पटना द्वारा विकसित प्रस्तुत पुस्तक निगम द्वारा आवरण चित्रण कर मुद्रित की जा रही है।

बिहार राज्य में विद्यालयीय शिक्षा के गुणवत्तापूर्ण शिक्षा के लिए माननीय मुख्यमंत्री, बिहार, श्री जीतन राम मांझी, शिक्षामंत्री, श्री वृशिण पटेल एवं शिक्षा विभाग के प्रधान सचिव श्री आर०के० महाजन के मार्गदर्शन के प्रति हम हृदय से कृतज्ञ हैं।

एस०सी०ई०आर०टी०, बिहार, पटना के निदेशक के भी हम आभारी हैं, जिन्होंने अपना सहयोग प्रदान किया।

बिहार राज्य पाठ्य-पुस्तक प्रकाशन निगम छात्रों, अभिभावकों, शिक्षकों, शिक्षाविदों की टिप्पणियों एवं सुझावों का सदैव स्वागत करेगा, जिससे बिहार राज्य को देश के शिक्षा जगत में उच्चतम स्थान दिलाने में हमारा प्रयास सहायक सिद्ध हो सके।

दिलीप कुमार, आई०टी०एस०
प्रबंध निदेशक
बिहार राज्य पाठ्य-पुस्तक प्रकाशन निगम लि०

निदेशक (माध्यमिक शिक्षा), शिक्षा विभाग, बिहार सरकार द्वारा स्वीकृत।

राज्य शिक्षा शोध एवं प्रशिक्षण परिषद्, बिहार, पटना के सौजन्य से सम्पूर्ण बिहार राज्य के निमित्त।

© बिहार स्टेट टेक्स्टबुक पब्लिशिंग कॉरपोरेशन लिमिटेड, पटना।

प्रथम संस्करण : 2014

मूल्य : ₹ 23.00

बिहार स्टेट टेक्स्टबुक पब्लिशिंग कॉरपोरेशन लिमिटेड, पाठ्य-पुस्तक भवन, बुद्ध मार्ग, पटना-800 001 द्वारा प्रकाशित तथा हेबा प्रिंटिंग वर्क्स, करमली चौक, पटना-8 द्वारा 5,000 प्रतियाँ मुद्रित।

नुपूर

भाग–II

कक्षा 10 के लिए ऐच्छिक नृत्य की पाठ्यपुस्तक

(राज्य शिक्षा शोध एवं प्रशिक्षण परिषद्, बिहार द्वारा विकसित)
बिहार स्टेट टेक्स्टबुक पब्लिशिंग कॉरपोरेशन लिमिटेड, पटना

दिशा बोध

- **श्री अमरजीत सिन्हा**, प्रधान सचिव, शिक्षा विभाग, बिहार सरकार, पटना।
- **श्री राहुल सिंह**, राज्य परियोजना निदेशक, बिहार माध्यमिक शिक्षा परिषद्, पटना।
- **श्री हसन वारिस**, निदेशक, राज्य शिक्षा शोध एवं प्रशिक्षण परिषद् बिहार, पटना।
- **डॉ. सैयद अब्दुल मुईन**, विभागाध्यक्ष, राज्य शिक्षा शोध एवं प्रशिक्षण परिषद् बिहार, पटना।
- **डॉ. ज्ञानदेव मणि त्रिपाठी**, प्राचार्य, मैत्रेय कॉलेज ऑफ एजुकेशन एण्ड मैनेजमेंट, हाजीपुर ।

समन्वयक :

- **डॉ. रीता राय**, व्याख्याता, राज्य शिक्षा शोध एवं प्रशिक्षण परिषद् बिहार, पटना।

लेखक समूह :

- **डॉ. अर्चना चौधरी**, उच्च विद्यालय, अमरपुरा, नौबतपुर, पटना।
- **सुश्री लीना मिश्रा**, राजकीय उर्दू मध्य विद्यालय, खानमिर्जा, महेन्द्रु, पटना।

समीक्षक :

- **श्रीमती नीलम चौधरी** (कथक नृत्यांगना)
- **श्री भगवान बेहेरा** (ओडिसी विभाग), भारतीय नृत्य कला मन्दिर ,पटना।

•

आमुख

ऐच्छिक विषय की इस पुस्तक के विकास क्रम में इस बात पर ध्यान दिया गया है कि बच्चों के स्कूली जीवन के अनुभवों के साथ नृत्य को जोड़ते हुए बच्चों की आंतरिक वृत्तियों को विकसित एवं अभिव्यक्त करने का अवसर प्रदान किया जाए। यह ज्ञानियों को ज्ञान प्रदान करती है, साधारण जनों को उपदेश देती है और अल्पज्ञों का मनोरंजन करती है।

प्रत्येक बच्चा अपने जीवन के रंगमंच का कुशल कलाकार होता है। जन्म से लेकर मृत्यु तक हरेक पल वह नाचता ही तो रहता है। मनुष्य के जीवन की छत्रछाया में पलने वाली नृत्यकला मनुष्य जाति को हर प्रकार की शिक्षा देती है–धार्मिक शिक्षा, सांस्कृतिक शिक्षा, नैतिक शिक्षा एवं सामाजिक शिक्षा। वैदिक काल से नृत्यकला आध्यात्मिक उन्नति के साथ मनोरंजन का साधन भी रही है जो भावनाएँ गायन और वादन द्वारा प्रस्तुत नहीं की जा सकतीं वे सब नृत्य के द्वारा पेश की जा सकती हैं।

दशम् वर्ग के बच्चों के मस्तिष्क का इतना विकास तो हो ही जाता है कि वह भारत के विभिन्न प्रांतों में प्रचलित नृत्य, शास्त्रीय और लोक नृत्य की पहलुओं को समझने के प्रयास में सक्षम बन सके। बच्चों को यह समझाने का प्रयास किया गया है कि शास्त्रीय नृत्य नियमों पर आधारित होता है। नृत्य के द्वारा मनोरंजन तो होता ही है, शरीर की शक्ति भी बढ़ती है। भारत में उत्सव, त्योहारों पर नृत्य के द्वारा उल्लास पूर्ण वातावरण बन जाता है। पशु-पक्षी भी अपने आनंद की भावना को प्रकट करने के लिए नृत्य करते देखे जा सकते हैं। जैसे–मोर, कबूतर इत्यादि। इस पुस्तक में भारतीय शास्त्रीय नृत्य का प्रकार, ताल परिचय एवं नृत्य में योगदान करने वाले महान हस्तियों की जीवनी को बड़े ही सटीक ढंग से प्रस्तुत किया गया है।

इस पुस्तक का विकास निर्णयानुसार को अत्यलप तथा शीघ्रता में किया गया है। संभव है कहीं-कहीं कुछ त्रुटियाँ रह गयी हों, जिन्हें विद्वतजनों के सुझाव से अगले संस्करण में सुधारने का प्रयास किया जायेगा।

हम विशेष रूप से विभागाध्यक्ष, अध्यापक शिक्षा विभाग एवं संकाय सदस्य, राज्य शिक्षा शोध एवं प्रशिक्षण परिषद्, पुस्तक के विकास में शामिल विद्वत्जनों के प्रति आभार व्यक्त करते हैं जिनके मार्गदर्शन में इस महती कार्य को सफलता पूर्वक सम्पन्न कराया गया। हम उन कर्मचारियों को धन्यवाद देते हैं जिनकी एकनिष्ठ सक्रियता ने कार्य को सुगम बना दिया।

हसन वारिस
निदेशक
राज्य शिक्षा शोध एवं प्रशिक्षण परिषद, बिहार
पटना-800 006

वर्ग दशम् (Dance)

प्रकरण	उप प्रकरण	संसाधन	क्रियाशीलन
परिचय	1. भारतीय नृत्य कला का इतिहास	विभिन्न शास्त्रीय नृत्य की वेश-भूषा एवं रूप सज्जा का ज्ञान	नृत्य के पद संचालन एवं भाव, परिधान के अनुसार परिचय समझाना।
परिभाषा	2. कथक-लय,लय के प्रकार, परण, मात्रा, आवर्तन मुद्रा, हस्तक, तांडव, लास्य भरतनाट्यम-अल्लारिपु, यतिस्वरम्, मुद्रा, मुद्रा के प्रकार, ध्वनि, कंपन। मणिपुरी-हस्तक, बोलगीत, नाट्य अभिनय, मुद्रा, मुद्रा का प्रकार। ओडिसी-ताल-त्रिपट, खेमटा, भाव, अभिनय, मुद्रा, मुद्रा के प्रकार।		हाथ से ताली-खाली देकर लय को समझाना। नृत्य कर के सभी शब्दों का वर्णन करना ।
	3. तीनताल, झपताल, एकताल का पूर्ण परिचय।		मात्रा विभाग के साथ ठाह, दून, चौगुन में अभ्यास कराना
	4. बिहार के लोक नृत्यों का वर्णन।	जट-जटिन, झूमर, झिझिया एवं झेमटा।	विभिन्न लोकनृत्यों के पद संचालन के अनुरूप नृत्य सीखना।
	5. पाश्चात्य नृत्य शैलियों का अध्ययन।		
	6. नगमा और तबला/पखावज के संगत के साथ नृत्य प्रस्तुत करने की क्षमता।		संगत के वाद्ययंत्रों के साथ अभ्यास करना।

(विद्यार्थी समूह, शास्त्रीय नृत्य शैलियों में से किसी एक नृत्य की शिक्षाग्रहण कर सकते हैं)