

KLASSIK RAQSINING IJRO ETISH AMALIYOTI



- ❖ O'zDismi huzuridagi Tarmoq markazi
- ❖ "Xoreografiya (turlari bo'yicha)"
- ❖ Professor Sagatov Q.S.

**Modulning o‘quv-uslubiy majmuasi Oliy ta’lim, fan va innovatsiyalar
vazirligining 2023 yil 25 avgustdagi 391-sonli buyrug‘i bilan tasdiqlangan
o‘quv dasturi va o‘quv rejasiga muvofiq ishlab chiqilgan.**

Tuzuvchi: Sultangirova I.R. –O‘DXA “Xoreografiya” kafedrası
o‘qituvchisi

Taqrizchilar: Sagatov.K.S. – O‘DXA “Xoreografiya” kafedrası
dotsenti Qoraqalpog‘iston xalq artist

Iskandarova R.R.- O‘DXA “Xoreografiya” kafedrası
professori

MUNDARIJA

I. ISHCHI	
DASTUR.....	4
II. MODULNI O‘QITISHDA FOYDALANILGAN INTERFAOL TA’LIM	
METODLARI.....	15
III. NAZARIY MATERIALLAR.....	20
IV. AMALIY MASHG‘ULOT MATERIALLARI.....	40
V. KEYSLAR BANKI.....	52
VI. GLOSSARIY.....	53
VII. ADABIYOTLAR RO‘YXATI.....	
.....	58

І. ИШЧИ ДАСТУР

I. ISHCHI DASTUR

Kirish

Dastur O‘zbekiston Respublikasining 2020 yil 23 sentabrda tasdiqlangan “Ta’lim to‘g‘risida”gi Qonuni, O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2017 yil 7 fevraldagi “O‘zbekiston Respublikasini yanada rivojlantirish bo‘yicha Harakatlar strategiyasi to‘g‘risida”gi PF-4947-son, 2019 yil 27 avgustdagi “Oliy ta’lim muassasalari rahbar va pedagog kadrlarining uzluksiz malakasini oshirish tizimini joriy etish to‘g‘risida”gi PF-5789-son, 2019 yil 8 oktabrdagi “O‘zbekiston Respublikasi oliy ta’lim tizimini 2030 yilgacha rivojlantirish konsepsiyasini tasdiqlash to‘g‘risida”gi PF-5847-sonli Farmonlari hamda O‘zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 2019 yil 23 sentabrdagi “Oliy ta’lim muassasalari rahbar va pedagog kadrlarining malakasini oshirish tizimini yanada takomillashtirish bo‘yicha qo‘shimcha chora-tadbirlar to‘g‘risida”gi 797-sonli Qarorlarida belgilangan ustuvor vazifalar mazmunidan kelib chiqqan holda tuzilgan bo‘lib, u oliy ta’lim muassasalari pedagog kadrlarining kasb mahorati hamda innovatsion kompetentligini rivojlantirish, sohaga oid ilg‘or xorijiy tajribalar, yangi bilim va malakalarni o‘zlashtirish, shuningdek amaliyotga joriy etish ko‘nikmalarini takomillashtirishni maqsad qiladi.

Qayta tayyorlash va malaka oshirish yo‘nalishining o‘ziga xos xususiyatlari hamda dolzarb masalalaridan kelib chiqqan holda dasturda tinglovchilarning mutaxassislik fanlar doirasidagi bilim, ko‘nikma, malaka hamda kompetensiyalariga qo‘yiladigan talablar takomillashtirilishi mumkin.

Modulning maqsadi va vazifalari

“KLASSIK RAQSINING IJRO ETISH AMALIYOTI” modulning maqsadi: pedagog kadrlarni qayta tayyorlash va malaka oshirish kursi tinglovchilariga raqs kompozitsiyasi va zamonaviy plastika masalalari bo‘yicha ilgari surilgan ilmiy-amaliy konsepsiyalar to‘g‘risida qiyosiy, tahliliy ma’lumotlar berish, zamonaviy pedtexnologiyalardan foydalanib tinglovchilarni malakasini oshirishga ko‘maklashish;

- Xoreografiya san’atining rivojlanish an’analari yangicha nazariy konsepsiyalarining mazmun-mohiyatini yoritish, xoreografiya san’atini ta’lim-tarbiya jarayonida qo‘llashning afzalliklari, zamonaviy mavzular kashf etish uchun zarur bo‘ladigan tayanch bilimlarni beradi .

“KLASSIK RAQSINING IJRO ETISH AMALIYOTI” modulning vazifalari:

Xoreografiya san'atining rivojlanish bosqichlari, uning asosiy yo'nalishlari hamda san'at va madaniyat sohasini modernizatsiyalash bilan bog'liq o'zgarishlar va yangilanishlarni ilmiy nazariy tahlil etish, o'ziga xos xususiyatlari, maqsad-vazifalarini tinglovchilarga yetkazish;

Xoreografiya san'ati va uning ta'lim-tarbiya bilan bog'liq bo'lgan nazariy masalalarni, bu jarayonda ta'lim-tarbiya rolining oshib borishi, yuksak malakali mutaxassis kadrlar tayyorlash borasidagi islohotlar, erishilgan yutuqlarni oliy ta'lim tizimi bilan bog'liq holda tahlil etish, ta'lim-tarbiyaning uzluksizligini ta'minlashning shart-sharoiti va omillarini "Ta'lim to'g'risida"gi Qonun va "Kadrlar tayyorlash milliy dasturi"ga tayangan holda o'rganishdan iborat.

Modul bo'yicha tinglovchilarning bilimi, ko'nikmasi, malakasi va kompetensiyalariga qo'yiladigan talablar:

"KLASSIK RAQSINING IJRO ETISH AMALIYOTI" kursini o'zlashtirish jarayonida amalga oshiriladigan masalalar doirasida:

Tinglovchi:

Oliy ta'lim o'qituvchilari malakasini oshirishga qo'yiladigan davlat talablari va tayyorgarlik yo'nalishlari bo'yicha namunaviy dasturlar asos qilib olingan.

- ✓ tinglovchi xoreografiya san'atining rivojlanish an'analari metodlari haqida tasavvurga ega bo'lishi kerak;
- ✓ xoreografiya san'atining rivojlanish bosqichlari haqida tassavurga ega bulish kerak ;
- ✓ xalq sahna va o'zbek raqsini nazariyasi va uslubini bilish kerak;
- ✓ bilimlarni amaliy o'zlashtira olishi kerak.
- ✓ maxsus fanlar bo'yicha tinglovchilar quyidagi yangi bilim, ko'nikma, malaka hamda kompetensiyalarga ega bo'lishlari talab etiladi:

Tinglovchi:

- ✓ xoreografni tarbiyalashda mavjud zamonaviy o'quv vositalari va shakllarini;
- ✓ zamonaviy o'quv-amaliy mashg'ulot turlari.
- ✓ xoreografiya san'atining rivojlanish an'analari maqsad va vazifalarini
- ✓ zamonaviy pedtexnologiya uslublarini;
- ✓ xalq-sahna va o'zbek raqsini o'qitish nazariyasi va metodikasi;
- ✓ zamonaviy talabdagi mashg'ulotlarni yaratish va amaliy olib borish;
- ✓ etyudlarni sahnalashtirishni;
- ✓ musiqali ta'lim asoslari;
- ✓ xoreografiya san'atining rivojlanish an'analari fanlarni o'qitishdagi innovatsiyalarni;
- ✓ xoreografiya san'atining rivojlanish an'analari fanlarni o'qitish metodikasi, zamonaviy uslub va vositalarini;

- ✓ xoreografiya san'ati va madaniyat sohasidagi dolzarb masalalarni **bilishi** kerak.

Tinglovchi:

- ✓ xoreografiya jamoalarida ijodiy jarayonni tashkil etish va boshqarish;
- ✓ xoreografik jamoalarda (o'zbek, xalq raqslari) olib boriladigan ishlarini o'ziga xosligi;
- ✓ xoreografiya asarlaridagi dramaturgiyaning asosiy qonuniyatlari ;
- ✓ xoreografik meros namunalari: o'zbek, xalq-sahna va mumtoz raqslari;
- ✓ "xalq sahna va o'zbek raqsini nazariyasi va uslubi" fanlarda ro'y berayotgan innovatsiyalarni amaliyotga tadbiiq etish **ko'nikmalariga** ega bo'lishi lozim.

Tinglovchi:

- ✓ raqs kompozitsiyasi va zamonaviy plastika fani mashg'ulotlarida innovatsiyalardan foydalanish;
- ✓ ommaviy-tomosha tadbirlarini, festivallarni, tanlovlar va ko'rik hamda seminarlarni tashkil etish
- ✓ **malakalariga** ega bo'lishi zarur.

Tinglovchi:

- ✓ xoreografiya san'atining rivojlanish an'analari fanlarni o'kitish;
- ✓ xoreografiya san'atining rivojlanish an'analari fanlar bo'yicha ilmiy tadqiqot bilan shug'ullanish **kompetensiyalariga** ega bo'lishi lozim.

Modulni tashkil etish va o'tkazish bo'yicha tavsiyalar

"Xoreografiya" kurslarida o'tiladigan mashg'ulotlar ma'ruza va amaliy mashg'ulotlar shaklida olib boriladi.

Kursni o'qitish jarayonida ta'limning zamonaviy metodlari, axborot-kommunikatsiya texnologiyalari qo'llanilishi nazarda tutilgan:

1. Ma'ruza darslarida zamonaviy kompyuter texnologiyalari yordamida prezentatsion va elektron-didaktik texnologiyalardan;

2. O'tkaziladigan amaliy mashg'ulotlarda texnik vositalardan, test so'rovlari, aqliy hujum, guruhli fikrlash, kichik guruhlar bilan ishlash, mashqlarni bajarishda malakalarini shakllantirish va boshqa interaktiv ta'lim usullarini qo'llash nazarda tutiladi.

Modulning o'quv rejadagi boshqa modullar bilan bog'liqligi va uzviyligi

"KLASSIK RAQSINING IJRO ETISH AMALIYOTI" moduli mazmuni o'quv rejadagi mutaxassislik o'quv modullari bilan uzviy bog'langan holda pedagoglarning kasbiy tayyorgarlik darajasini orttirishga xizmat qiladi.

Modulning oliy ta'limdagi o'rni

Xoreografiya san'atining rivojlanish bosqichlari, uning asosiy yo'nalishlari hamda san'at va madaniyat sohasini modernizatsiyalash bilan bog'liq o'zgarishlar va yangilanishlari ilmiy nazariy tahlil etilgan.

Bu san'at turining jamiyat rivojidagi o'rni va ta'lim-tarbiya masalalari bo'yicha muhim yangi nazariy konseptual g'oyalari ilgari surilgan.

“KLASSIK RAQSINING IJRO ETISH AMALIYOTI” moduli Xoreografiya fanlari bo'yicha dars beruvchi professor - o'qituvchilarining malakasini oshirishiga qaratilgan.

Modul bo'yicha soatlar taqsimoti

№	Modul mavzulari	Tinglovchining o'quv yuklamasi, soat					
		Hammasi	Auditoriya o'quv yuklamasi		Qo'chma mashg'ulot	Mustaqil ta'lim	
			Jami	jumladan			
				Nazariy			Amaliy mashg'ulot

1.	Klassik raqs san'atining tarixiy kelib chikish asoslari. Fransiya va Italiya klassik raqs maktablarini usullari asosida rus raqs maktabining rivojlanishi. (2 soat)	2	2	2			
2.	A.Vaganova va uning "Klassik raqs asoslari" o'quv qo'llanmasi. Klassik raqs tizimining shakllanishi. Nazariy va amaliy yondoshuv. Klassik raqs harakatlari terminologiyasi. Raqsning chiroyli usuli va tana ko'rinishini to'g'rilovchi harakatlarni o'rganish uslubi. (2 soat)	2	2	2			
3.	1-amaliy mashg'ulot: Gavda, bosh, qo'l, oyoq xolatlari.. Qo'l pozitsiyalari (2 soat)	2	2		2		
4.	2-amaliy mashg'ulot: Demi-plyes I,II,V va IV pozitsiyalarda. Grand-plyes I,II,V,IV pozitsiyadan. Battements tendus; a) I va V pozitsiyada; b) Demi-plies bilan I va V pozitsiyada; v) pur le pied bilan II pozitsiyada; g) Demi-plies degage bilan II pozitsiyada; d) passé par terre.	2	4		4		
5.	3-amaliy mashg'ulot; Battements tendus; a) I va V pozitsiyada; b) Demi-plies bilan I va V pozitsiyada; v) pur le pied bilan II pozitsiyada; g) Demi-plies degage bilan II pozitsiyada; d) passé par terre. Preparation rond de jambe par terre en dehors et en dedans.	2	2		2		
6.	4-amaliy mashg'ulot: Battements frappes Battements fondus. Bog'lovchi va yordamchi xarakatlar. Klassik raqsdagi pozalar. Port de bras.(4 soat)	4	4		4		
Jami 20 soat		16	16	4	12		

NAZARIY MASHG'ULOTLAR MAZMUNI

**1-mavzu. Klassik raqs san'atining tarixiy kelib chiqish asoslari.
Fransiya va Italiya klassik raqs maktablarini usullari asosida rus raqs
maktabining rivojlanishi. (2 soat)**

Klassik xoreografiya san'ati nisbatan yosh mehribon va tarix faqat to'rt yuz yil bor. Klassik xoreografiya barcha bosqichi raqs asosidir, u kishining eng turli fikr va his-tuyg'ularingizni ifoda qodir, uning dunyo bilan bir shaxsning munosabatlar murakkabligi uzatish imkoniyatiga ega.

Klassik raqs kasb ishini harakatchan, juda qiyin. shuningdek ajralmas xoreograf urinish mehnat bilan bog'liq, deb darslari, ijro etuvchi asbob elementlarini ko'p qaytarishlar bilan to'ldirilgan.

xoreografiya musiqiy va badiiy harakatlar paydo xoreografik tasvir yaratilgan qaysi yordamida, bilan, maxsus vositalar va texnik, bir butun tizimini shakllantirish qilingan.

**2-mavzu. A.Vaganova va uning "Klassik raqs asoslari" o'quv
qo'llanmasi. Klassik raqs tizimining shakllanishi. Nazariy va amaliy
yondoshuv. Klassik raqs harakatlari terminologiyasi. Raqsning chiroyli
usuli va tana ko'rinishini to'g'rilovchi harakatlarni o'rganish uslubi. (2 soat)**

Vaganova va talabani kavanozni yuvish uchun yo'lingiz edi. Ular har bir harakatlarning kombinatsiyasining takroriy namoyishi va o'qituvchini kuzatib borishgan. Vaganova yangi usulni topdi. U har bir kombinatsiyani ikki marta ko'rsatdi: birdan boshqa oyoqlarga. Agar ular katta muammoga duch kelishni istamasalar, darhol yodlash kerak edi. Bir marta, butun hamma narsa "Yunayted" harakatlari ketma-ketligini unutkanligi uchun zaldan chiqdi.

Vabsizov sabr-toqatni, sabr-toqatni qadrlab, engib o'tishni va aksincha, zaiflikning namoyon bo'lishini yoqtirmasdi. Vaganova qat'iy intizomni talab qildi, irodasi, xotirjamlikni rivojlantirmoqda. Oyoqlar kasal bo'lsa ham, talabalar barcha mashqlarni bajarishdi. Ularga erichisis tomonidan davolanmoqda, faqat buzilgan joy og'riqli bo'lgan: oqilona qurilgan exersis faqat yaxshi edi. Maktab Vaganova harakat qonunlarini, itoatkorlikni boshqarish, ittifoqdosh qilib tayinlash qobiliyatini tushunishni o'rgatadi. Vaganova usuli korpusning va orqa tomonini to'g'ri joylashtirishni talab qiladi. To'g'ri sozlash mutlaq harakatlarning erkinligini beradi. Hatto juda yaxshi o'qitilgan oyoqlari ham Vaganova maktabiga topshiriladigan ushbu funksiyalarni orqa tomondan almashtira olmaydi. Fransuz, hatto italiyalik maktablarda ham bunday ma'noga ega emas edi. Frantsuz maktabining qonun chiqaruvchilaridan biri Ramo, raqqoslar uchun yaxshi qo'llar rasm uchun yaxshi ramka sifatida zarur deb hisoblashadi. Vaganovaga bu bayonotga o'xshab ko'rinardi! Vaganovani qidirish umuman qo'llarning umumiy rolini uslubiy rivojlanishiga olib keldi, ba'zi bir klassik raqs. U bilan klassik raqsning jonli

amaliyotida Raqsdagi vazifasi xilma-xil bo'lsa, butunlay yangi qo'llar mavjud. Ushbu qo'llarning o'ziga xos xususiyati birinchi navbatda ularning eksklyary. Ular parvozlarda oson. Ular sayohatlarda baquvvatdirlar, ular harakatlarning tezkorligi va qattiqligini yo'naltiradi:

AMALIY MASHG'ULOTLAR MAZMUNI

Buxoro raqs maktabida ijro etiladigan raqs xarakatlarni o'qitish uslubi, aylanishlar, gavda egilishlari, muqom xarakatlar. Uyg'unlashgan xarakatlarni ijro etish uslubi. Buxoro raqs maktabiga xos (qizlar va yigitlar) etyudi saxnalashtirish. Asosiy qo'l va oyoq xarakatlarini nazariyasi va uslubi. Amaliy mashg'ulotlarda tinglovchilar o'quv modullari doirasidagi ijodiy topshiriqlar bilan bog'liq asosida amaliy ishlarni bajaradilar.

1-amaliy mashg'ulot: Gavda, bosh, qo'l, oyoq xolatlari.. Qo'l pozitsiyalari (2 soat)

Klassik raqs xoreografiya barcha bosqichi raqslari asosidir. Klassik raqs, jismoniy ma'lumotlarni ishlab chiqadi, zarur texnik ko'nikmalarni hosil qiladi.

Klassik raqs o'rgatish doimiy o'qitish va ilg'or ta'lim talab soha hisoblanadi. Klassik raqs gavda, bosh holatlari larini qanday tutishni o'rgatadi. Oyoq pozitsiyalarini qanday ishlatishni o'rgatadi. Klassik raqs xamma raqs san'atining asosi hisoblanadi.

2-amaliy mashg'ulot: Klassik raqsning asosiy kombinatsiyalari. Demi-plyes I,II,V va IV pozitsiyalarda. Grand-plyes I,II,V,IV pozitsiyadan. Battements tendus; a) I va V pozitsiyada; b) Demi-plies bilan I va V pozitsiyada; v) pur le pied bilan II pozitsiyada; g) Demi-plies degage bilan II pozitsiyada; d) passé par terre.
(4 soat)

Mashqlarda, oyoq mushaklari bir ko'p tomonlama, ularning jismoniy xolatni, qadamni rivojlantirish va oyoqni o'yinga, korpus, qo'llarini va boshini, harakatlarni muvofiqlashtiradi.

Demi-plyes I,II,V va IV pozitsiyalarda bu bu xarakat paylarni, tizza va boldir suyagi bilan tovon suyagini biriktiruvchi bo'g'inlarni, oyoqlarning egiluvchanligi va vivorotnostligini ya'ni oyoqning ochilishini rivojlantiradi.

3-amaliy mashg'ulot: Battements tendus; a) I va V pozitsiyada; b) Demi-plies bilan I va V pozitsiyada; v) pur le pied bilan II pozitsiyada; g) Demi-plies degage bilan II pozitsiyada; d) passé par terre. (2 soat)

Battements tendus; a) I va V pozitsiyada; b) Demi-plies bilan I va V pozitsiyada; v) pur le pied bilan II pozitsiyada; g) Demi-plies degage bilan II pozitsiyada; d) passé par terre. Preparation rond de jambe par terre en dehors et en dedans. Bu xarakatlar talabalarni mashqlarni bajarishida juda katta rol o'ynaydi. Klassik raqs o'qituvchisi ishida, darsning to'g'ri qurilish (rejalashtirish) katta ahamiyatga ega.

4-amaliy mashg'ulot: Battements frappes Battements fondus. Bog'lovchi va yordamchi xarakatlar. Klassik raqsdagi pozalar. Port de bras.(4 soat)

Klassik raqs holatiga ko'ra, bir oyog'ini muvozanat holatda ham bo'lgan paytida harakatda to'xtatish, tushunish. Bu vaqtda, boshqa oyoq (ish) chetga yoki orqaga, oldinga himoyalangan bo'ladi. Jumping klassik raqs eng qiyin qismi hisoblanadi.

Musiqqa bezak, bu yerda muhim rol o'ynaydi.



- ikki oyoqni kerib ikki oyoq sakrab-sakrab;
- bir oyog'ini uchun ikki oyoq otlar;
- bir oyog'ini sakrash;
- boshqa oyog'iga bir oyog'ini dan • Jumping

Shu oyog'iga biri bilan • Jumping.

Dastlabki qisqa o'tirib turish bilan oyoqlari bilan amalga oshiriladi tekshiriladi sakrash balandligi. Jumping ketma-ket bir necha marta amalga oshiriladi.

Jumping pozlar tuzilganda yuqoriga sakrash va tejash elastik mahorat yuqori va - sakrash uchun, sifatli xoreografiya yilda muddatli Ballon (silindrli) ko'rsatilgan.

Sakrash balandligi xususan, tananing barcha qismlari ishida mushaklar, mustahkamlik kuchiga bog‘liq, va, bo‘g‘imlarning flexors va ekstansörlerine: kestirib, tizza, bilagi, oyoqlari va barmoqlari, ularning harakatchanlik.

Ikki deganda harakatdagi oyoq orqadan sur le coup-de-piedga egiladi.

I deganda oyoq yonga yoziladi. Ikki deganda holat saqlanadi. Yonlama battement frappédan so‘ng harakat oldinga va orqaga o‘rganiladi.

O‘QITISH SHAKLLARI

Mazkur modul bo‘yicha quyidagi o‘qitish shakllaridan foydalaniladi:

- ma‘ruzalar, amaliy mashg‘ulotlar (ma‘lumotlar va texnologiyalarni anglab olish, aqliy qiziqishni rivojlantirish, nazariy bilimlarni mustahkamlash);
- davra suhbatlari (ko‘rilayotgan loyiha yechimlari bo‘yicha taklif berish qobiliyatini oshirish, eshitish, idrok qilish va mantiqiy xulosalar chiqarish);
- bahs va munozaralar (loyihalar yechimi bo‘yicha dalillar va asosli argumentlarni taqdim qilish, eshitish va muammolar yechimini topish qobiliyatini rivojlantirish)

II. MODULNI O‘QITISHDA FOYDALANILADIGAN INTERFAOL TA’LIM METODLARI.

“SWOT-tahlil” metodi.

Metodning maqsadi: mavjud nazariy bilimlar va amaliy tajribalarni tahlil qilish, taqqoslash orqali muammoni hal etish yo‘llarni topishga, bilimlarni mustahkamlash, takrorlash, baholashga, mustaqil, tanqidiy fikrlashni, nostandart tafakkurni shakllantirishga xizmat qiladi.

S – (strength)	• кучли томонлари
W – (weakness)	• заиф, кучсиз томонлари
O – (opportunity)	• имкониятлари
T – (threat)	• тўсиқлар

Namuna: “Mahsus” fanlarida zamonaviy axborot texnologiyalari”ni o‘qitishda Sibelius dasturining SWOT tahlilini ushbu jadvalga tushiring

S	Fanni o‘qitishda Sibelius dasturidan foydalanishning kuchli tomonlari	Tinglovchilar sonining chegaralanganligi, dars jarayoni tashkil etish uchun ko‘p imkoniyat beradi
W	Fanni o‘qitishda Sibelius dasturidan foydalanishning kuchsiz tomonlari	Baletmeysterlik san’ati faniga doir o‘quv adabiyotlarni yaratish uchun qo‘shimcha dasturlar o‘rnatish talab etilmoqda
O	Fanni o‘qitishda Sibelius dasturidan foydalanishning imkoniyatlari (ichki)	Oddiy interfeys, Microsoft Office paketi barcha dasturlari bilan bog‘lanish imkonini beradi
T	To‘siqlar (tashqi)	Microsoft Office paketi litsenziyaga ega (qimmat narxi)

“TUSHUNCHALAR TAHLILI” METODI

Metodning maqsadi: mazkur metod tinglovchilarni mavzu buyicha tayanch tushunchalarni o‘zlashtirish darajasini aniqlash, o‘z bilimlarini mustaqil ravishda tekshirish, baholash, shuningdek, yangi mavzu buyicha dastlabki bilimlar darajasini tashhis qilish maqsadida qo‘llaniladi.

Metodni amalga oshirish tartibi:

- ishtirokchilar mashg‘ulot qoidalari bilan tanishtiriladi;
- tinglovchilarga mavzuga yoki bobga tegishli bo‘lgan so‘zlar, tushunchalar nomi tushirilgan tarqatmalar beriladi (individual yoki guruhli tartibda);
- tinglovchilar mazkur tushunchalar qanday ma‘no anglatishi, qachon, qanday holatlarda qo‘llanilishi haqida yozma ma‘lumot beradilar;
- belgilangan vaqt yakuniga yetgach o‘qituvchi berilgan tushunchalarning tugri va tuliq izohini uqib eshittiradi yoki slayd orqali namoyish etadi;
- har bir ishtirokchi berilgan tugri javoblar bilan uzining shaxsiy munosabatini taqqoslaydi, farqlarini aniqlaydi va o‘z bilim darajasini tekshirib, baholaydi.

Namuna: “Moduldagi tayanch tushunchalar tahlili”

Tushunchalar	Sizningcha bu tushuncha qanday ma‘noni anglatadi?	Qo‘shimcha ma‘lumot
Slayd	bu taqdimotning bir varog‘i bo‘lib, o‘zida matnlarni, rasmlarni, audio va video ma‘lumotlarni joylashtirish imkoniyatiga ega.	
Interfaol taqdimot	iyerarxik tamoyillar bo‘yicha to‘zilmaga keltirilgan va maxsus foydalanuvchi interfeysi orqali boshqariladigan multimediali komponentlar to‘plami.	

Izoh: Ikkinchi ustunchaga qatnashchilar tomonidan fikr bildiriladi. Mazkur tushunchalar haqida qo‘shimcha ma‘lumot glossariyda keltirilgan.

“Brifing” metodi.

“Brifing”- (ing. briefing-qisqa) biror-bir masala yoki savolning muhokamasiga bag‘ishlangan qisqa press-konferensiya.

O‘tkazish bosqichlari:

1. Taqdimot qismi.
2. Muhokama jarayoni (savol-javoblar asosida).

Brifinglardan trening yakunlarini tahlil qilishda foydalanish mumkin. Shuningdek, amaliy o‘yinlarning bir shakli sifatida qatnashchilar bilan birga dolzarb mavzu yoki muammo muhokamasiga bag‘ishlangan brifinglar tashkil etish mumkin bo‘ladi. Tinglovchilar tomonidan tanlangan mavzu bo‘yicha yaratilgan taqdimotini o‘tkazishda ham foydalanish mumkin

“Xulosalash” (Rezyume, Veyer) metodi.

Metodning maqsadi: Bu metod murakkab, ko‘ptarmoqli, mumkin qadar, muammoli xarakteridagi mavzularni o‘rganishga qaratilgan. Metodning mohiyati shundan iboratki, bunda mavzuning turli tarmoqlari bo‘yicha bir xil axborot beriladi va ayni paytda, ularning har biri alohida aspektlarda muhokama etiladi. Masalan, muammo ijobiy va salbiy tomonlari, afzallik, fazilat va kamchiliklari, foyda va zararlari bo‘yicha o‘rganiladi. Bu interfaol metod tanqidiy, tahliliy, aniq mantiqiy fikrlashni muvaffaqiyatli rivojlantirishga hamda o‘quvchilarning mustaqil g‘oyalari, fikrlarini yozma va og‘zaki shaklda tizimli bayon etish, himoya qilishga imkoniyat yaratadi. “Xulosalash” metodidan ma’ruza mashg‘ulotlarida individual va juftliklardagi ish shaklida, amaliy va seminar mashg‘ulotlarida kichik guruhlardagi ish shaklida mavzu yuzasidan bilimlarni mustahkamlash, tahlili qilish va taqqoslash maqsadida foydalanish mumkin.

Методни амалга ошириш тартиби:



тренер-ўқитувчи иштирокчиларни 5-6 кишидан иборат кичик гуруҳларга ажратади;



тренинг мақсади, шартлари ва тартиби билан иштирокчиларни таништиргач, ҳар бир гуруҳга умумий муаммони таҳлил қилиниши зарур бўлган қисмлари туширилган тарқатма материалларни



ҳар бир гуруҳ ўзига берилган муаммони атрофлича таҳлил қилиб, ўз мулоҳазаларини тавсия этилаётган схема бўйича тарқатмага ёзма баён қилади;



навбатдаги босқичда барча гуруҳлар ўз тақдимотларини ўтказадилар. Шундан сўнг, тренер томонидан таҳлиллар умумлаштирилади, зарурий ахборотлар билан тўлдирилади ва мавзу

«FSMU» metodi.

Texnologiyaning maqsadi: Mazkur texnologiya ishtirokchilardagi umumiy fikrlardan xususiy xulosalar chiqarish, taqqoslash, qiyoslash orqali axborotni o‘zlashtirish, xulosalash, shuningdek, mustaqil ijodiy fikrlash ko‘nikmalarini shakllantirishga xizmat qiladi. Mazkur texnologiyadan ma’ruza mashg‘ulotlarida, mustahkamlashda, o‘tilgan mavzuni so‘rashda, uyga vazifa berishda hamda amaliy mashg‘ulot natijalarini tahlil etishda foydalanish tavsiya etiladi.

Texnologiyani amalga oshirish tartibi:

- qatnashchilarga mavzuga oid bo'lgan yakuniy xulosa yoki g'oya taklif etiladi;
- har bir ishtirokchiga FSMU texnologiyasining bosqichlari yozilgan qog'ozlarni tarqatiladi:



- ishtirokchilarning munosabatlari individual yoki guruhiiy tartibda taqdimot qilinadi.

FSMU tahlili qatnashchilarda kasbiy-nazariy bilimlarni amaliy mashqlar va mavjud tajribalar asosida tezroq va muvaffaqiyatli o'zlashtirilishiga asos bo'ladi.

Namuna:

Savol	Nima uchun Sibelius dasturini bilishimiz kerak?
F – fikringizni bayon eting;	
S – fikringiz bayoniga sabab ko'rsating;	
M – ko'rsatgan sababingizni isbotlovchi dalil keltiring;	
U – fikringizni umumlashtiring	

Topshiriq: Mazkur savolga nisbatan munosabatingizni FSMU orqali tahlil qiling.

III. NAZARIY MATERIALLAR

1-mavzu. Klassik raqs san'atining tarixiy kelib chikish asoslari. Fransiya va Italiya klassik raqs maktablarini usullari asosida rus raqs maktabining rivojlanishi. (2 soat)

Reja

- 1.1. Mumtoz raqs tarixi
- 1.2. Fransiyada birinchi raqs akademiyasini yaratish
- 1.3. Rossiyada raqs madaniyatini shakllantirish

Kalit so'zlar: *Klassik raqs, xoreografiya, balet, san'at, raqqosa, tarixi.*

1.1. Mumtoz raqs tarixi

Klassik xoreografiya san'ati nisbatan yosh mehribon va tarix faqat to'rt yuz yil bor. Klassik xoreografiya barcha bosqichi raqs asosidir, u kishining turli fikr va his-tuyg'ularingizni ifoda etishga qodir, uning dunyo bilan bir shaxsning munosabatlar murakkabligi uzatish imkoniyatiga ega.

Klassik raqs kasb ishini harakatchan, juda qiyin. shuningdek ajralmas xoreograf urinish mehnat bilan bog'liq, deb darslari, ijro etuvchi asbob elementlarini ko'p qaytarishlar bilan to'ldirilgan. Xoreografiya musiqiy va badiiy harakatlar paydo xoreografik tasvir yaratilgan qaysi yordamida, bilan, maxsus vositalar va texnik, bir butun tizimini shakllantirish qilingan.

Mumtoz raqs tarixdan ma'lum marosim vazifasini amalda xoreografiya san'ati kelib chiqqan. birinchi sertifikatlar, chuqur retsept uchun bizga murojaat qiling. Dastlab, raqs qo'l va oyoqlar bilan tabassumlar, imo-ishoralar, harakatlardan iborat murakkab edi. qadimiy asrda, Mimica – insoniyat birinchi til - ajralmas raqs san'ati bilan bog'liq edi. Bundan tashqari, antik barcha harakatlar raqs kabi turli xil emas edi!

Bu tendensiya qadimgi Misr va Yunoniston madaniyati uning davomi va rivojlantirish edi. Yunonlar faqat badiiy harakatlari va chiroyli pozlar uchun bir

bahona sifatida raqs tanimadi - aksincha, ular biror narsa tomoshabin bilan suhbatlashdi, har bir raqs harakati ba'zi fikr, harakat, bir amal ifoda ishonch hosil qilish uchun harakat qildi. Xudolar o'z qo'llari

va oyoqlari bog'langan arqon uchun odamlarni kiritilgan, chunki qadimda odamlar raqs deb hisoblaydi. Aslida, raqs tufayli, muloqot har qanday hayotiy ma'lumot o'tkazish bilan ibtidoiy odamlar uchun zaruriyat yuzaga keldi. hayvonlar harakatidan nusxa ko'chirish, ibtidoiy odamlar ancha ov paytida ibtidoiy odamlar yordam, va shuning uchun omon qolish uchun bir ehtiyoj edi, uning "mohiyatini", tushunish uchun, bu hayvon ma'naviy davlat kirib urindi. Ibtidoiy raqs, albatta, his-tuyg'ular kelib va bevosita o'tkir tajribalar bilan bog'liq edi. Raqs, shubhasiz, inson ma'naviy rivojlanishi bir mulohaza bor edi. Bu, ayniqsa, yorqin qadimda ifodalanadi. marosim raqslari bilan ibtidoiy jamiyat ishtirokida o'z-o'zidan universal bo'lgan bo'lsa, keyin qadimiy dunyoda ishtirokchilar bo'linadi va tomoshabinlar o'z istagi bilan ozod - tomosha qilish uchun raqs yoki yo'q raqs, soatini yoki yo'q. Bu butun keyingi raqs rivojlantirish uchun muhim narsa.

Yunonistonda, har bir raqsga: qishloq Sokrat uchun. Raqs faqat o'quv fanlarini soni kiritilgan, lekin kattalar o'rgangan bo'lishi davom emas. Antik barcha raqs mamnuniyat va o'z o'yin-kulgi uchun tomoshabinlar uchun amalga, va emas edi. Bu qadimiy yunon raqslar umumiy soni ikki yuzdan ortiq ekanligi taxmin etiladi. Shartli, ular besh guruhga tasniflangan.

Ijodkorligining asosiy vazifasi insonning rassomini tarbiyalashdir.

Bu vazifa raqs kollektivi ishtirokchilariga ham, shuningdek, o'qimishli bo'lgan tomoshabinga ham tarqatiladi. Raqslar - nafaqat badiiy, balki ijtimoiy va ijtimoiy hodisa.

Sahnada namoyish etilgan raqs tomoshabinning estetik tatlariga, uning chiroyli tushunchalariga, g'oyalarini tushunishga va tomoshabinlarda folklor raqslari san'at asarlari bilan badiiy muloqotga ehtiyoj borligiga ta'sir qiladi. Tomoshabin raqsni hayajonli ish deb biladi va uni zamonaviy zamondoshlarning

his-tuyg'ulariga muvofiq bo'lsa, go'zallikning zamonaviy g'oyasini qo'llab-quvvatlasa, ta'sir qiladi.

Raqs folklor san'ati san'at asari sifatida tomoshabinning faol ijodiy faolligini uyg'otishi mumkin va bu ruhiy kuchlarni ishga solishni, g'oyalarni diqqat bilan anglashni, ijodkor odamning shakllanishiga olib keladigan raqsning badiiy tasviri tushunchasini tushunishni talab qiladi. Ushbu san'atning rivojlanishi tomoshabinning xoreografiya sohasida qanday o'qimishli bo'lishiga bog'liq.

Havaskorlik ijodkorligi 1920-1930 yillardagi yangi tarixiy sharoitlarda keng ko'lamli taraqqiyot va ommaviy faoliyat olib bordi. U erda ko'plab tanlovlar, tanlovlar, xalq ijodiyoti festivallari turli havaskor va professional raqs guruhlarini tashkil etishga olib keldi.

Eng qiziqarlisi, turli respublikalarning xalq raqslari, jumladan, O'zbekiston (Tamaraxonim tomonidan taqdim etilgan). Ularga milliy buyumlarning musiqiy asari, folklor original folklorlari ijro etgan raqs so'zlashuvining o'ziga xos xususiyati bilan ajralib turdi. Milliy raqs, musiqa, kostyum va oddiy sahna dizayni bu birligi, munosib muvaffaqiyatga erishishning sabablaridan biri bo'lgan teatr mini-spektakllarini yaratdi.

Festivallar natijasida, so'nggi paytlarda kamdan-kam uchraydigan folklor guruhlari har bir klubda majburiy holga aylandi. Olimpiada, konsert yoki shou bo'lmasa, o'nlab raqqoslar yoki folklor ansambllari ishtirokisiz, havaskorlik san'ati bilan o'sdi.

Bu folk raqsining misli ko'rilmagan yuksalishi va gullash davri edi. Tomoshabinlar raqsga tushgan odamlarning hayotini tasdiqlaydigan qiyofasini esladilar. Badiiy hodisa bo'lib, folklor san'ati siyosiy hodisa bo'ldi.

Ikki kuchli oqim - milliy san'atga qiziqish, ayniqsa, folklor raqslari va havaskorlik san'atining jadal rivojlanishi folklor raqslarining amerika ansambllarining yangi shaklini tug'dirdi. Biroq, bu erda hamma narsa xavfsiz emas edi. Raqs guruhlarining rahbarlarini professional tayyorgarlik darajasi juda past edi. Ma'lumotlarning etishmasligi, ta'lim berish usullarining boshlang'ich poydevori ta'lim berish va tayyorgarlik ishlarida tizimning etishmasligiga, repertuarni cheklashga olib keldi.

Xalq raqslari ijodining natijalarini yaxshilash uchun xoreograflarning professional raqs ansambliga faol yordami, chuqur o'rganish, xalq xoreografiyasining o'ziga xos namunalari boyligini to'plash, tizimlashtirish, saqlab qolish va ommalashtirishga alohida e'tibor qaratildi. Ilmiy ekspeditsiyalarni amalga oshirish, kinolarda folklor raqslarini tuzish, o'quv filmlari va o'quv qo'llanmalari, raqs musiqiy to'plamlarini yaratish kerak edi. Davra etakchilarining ixtisoslashtirilgan o'qitish vazifasi qo'yildi. Ularning milliy, milliy xoreografik repertuariga yo'nalishi eng ishonchli tuyulgan edi. Yaxshilangan uslubiy ko'rsatma talab qilinib, maxsus rejalar va dasturlarga ehtiyoj bor edi, ular kontingentning xususiyatlarini hisobga olib, shuningdek xoreografiyani o'zlashtirish uchun asos sifatida klassik mashqlarni majburiy o'rganishni talab qildi.

1.2. Fransiyada birinchi raqs akademiyasini yaratish

Fransiyada Royal Dance akademiyasi tashkil etish bilan xoreografiyada rivojlanish boshlanadi.



Ular, shuningdek, Fransiya janubidagi Xudoning tanasi (katoliklarning katta yillik bayram) Rene, Provans shohi bayrami arafasida, 1462 yilda, majoziy parda va qo'lbola urushlar bilan ajoyib tantanali balet marosimi o'tkazishdi. Yunon afsonalarida tez-tez "Balet" qahramonlar, odatda, kichik "chiqish"dan iborat. "Katta balet"da bunday "chiqish"dan keyin bir oddiy raqs boshlanadi. birinchi balet Baltazarini Di Beljoyozo tomonidan Fransiyada 1581 yilda maromiga yetkazib ijro etilgan edi. Bu balet Fransiyada yanada rivojlangan bo'ldi. Dastlab, bu balet nurli va raqs epizodlar vokal ariyalari va she'rlar qiroati bilan almashtirildi keyin oliyjanob va fantastik uchastkalari, dabdabali melodramatik Balet edi. Lui XIV hukmronligi davrida balet chiqishlari go'zallikka erishgan. Lui balet juda sevgan beletda ishtirok etish uning jonu dili edi va uning mashhur laqabi "Qirol Sun" edi. 1661 yilda u 13 etakchi danc men o'z ichiga oladigan Royal Academy, yaratgan.

Fransiyada 15-asrning oxiridan, milliy raqs filiali xam yaratildi. Shunday qilib, san'at xoreografiya real tong Raqs Royal Academy Fransiyada tashkil etilgan. U mumtoz xoreografiya tizimini ishlab, va (Frans va Lot dan. Dance) balet poydevorini qo'ydi.

1.3. Rossiyada raqs madaniyatini shakllantirish

Dmitriy Samozvil tomonidan Moskvaga "raqs" tushunchasi kirib keldi. Umuman olganda, raqsga munosabat ehtiyotkor edi. Shu paytgacha ruslar raqsga shaytonning o'yini siqatida qarashgan. Shunday qilib birinchi Rossiya raqs maktabi ochilishiga ruxsat berildi Bu maktabning aoshisi A.Y. Vaganova edi. Ushbu balet maktabi 1738 yilda tashkil etilgan. Maktab juda tezlik bilan o'zini tiklab oldi. Ketrin II davrida Mazurka Rossiyada paydo bo'ladi, ammo keyin u deyarli muvaffaqiyatga erishmadi. Faqat XIX asr boshlarida ushbu raqs Rossiya shaharlarida katta ahamiyatga ega bo'la boshladi. Shunday qilib, dramatik balet janrlari paydo bo'ldi Rossiyada balet ko'p yillarda ahamiyatini yo'qotmadi. Birinchi jahon urushi va Sovet Ittifoqida, hatto siyosiy va iqtisodiy vaziyat katta va kichik teatrlarining mavjudligiga xavf tug'dirganda ham.

So'nggi yillarda chiqarilgan raqs to'plamlari ko'pincha "qattiq" manzilni ko'rsatmoqda. Masalan, "Bolalar raqsi" to'plami ("Sovet Rossiya" nashriyoti), Rossiyaning xalqlar raqslari ("Art" nashriyoti) kabi bir qator to'plamlari qiziq.

Xonani tayyorlashda men ushbu xalqlarning raqs , folklor va sahna asarlari, shuningdek, har bir respublikaning turli hududlari raqslari haqida batafsil ma'lumot beraman.

So'nggi yillarda, tufayli xalq ishlab chiqarish uchun onlayn materiallar foydalanish imkoniyati uchun - boshidan, hisob so'rovlar ichiga havaskor guruhlar turli xil olinishi mumkin bo'lgan sahna raqsi, siz, katta majmuini topishingiz mumkin - muhim ta'lim va turli ijrochiligi tarkibini va hajmini ega bo'lishi. bir mahorat-bosh baletmeyster, uning professional mahorat va madaniyat badiiy guruhlar (ayniqsa bolalar) muvaffaqiyati uchun asosiy shart-sharoitlar orasida shunday O'sha paytda, materiallar bir davlat, har doim sifatini kafolat bermaydi.

Raqs videolaridan foydalanish. Raqsni olingan barcha materiallar odatda solishtiriladi, tahlil qilinadi. Biz bu ishni izlanish xususiyatiga ega deb aytishimiz mumkin. Keling, fiksing masalasi haqida bir oz ko'proq ma'lumotga egamiz, chunki detallarning xavfsizligi va bunga bog'liqdir. Avvalo, yana bir bor "xoreografik matn" konsepsiyasiga qo'shilamiz. Bugungi kunda baletologiyada eng murakkab va tortishuvlarga sabab bo'lgan masalalardan biri bu ularning aniq ta'rifini olmadi.

Har qanday matn kabi, xoreografik raqs ham zudlik bilan ifoda qilish vositalarini, yani raqs iboralari, jumlar va davrlarni yaratadigan harakatlarni o'z ichiga oladi. Biroq, adabiy matn kabi, bu asosiy ifoda vositalaridan tashqari so'zlar, ularning talaffuzida ega, jumlaning tuzilishi, belgilar:undov yoki savol, vergul va m., p., raqs matn ham ularga raqs mazmunini oshkor muayyan semantik ma'no bermoq imkonini beradi harakatlarning ishlash xususiyatlarini o'z ichiga oladi. Shuning uchun, ba'zi harakatga lozim nafaqat, ularning kombinatsiyalarni, bu belgilari so'z joylashuvi, yani, raqs qo'lga kiritdi, shuningdek belgi, bir butun bor edi, ular tartibda amalga oshirilishi kerak bo'lgan usul - raqs. Biz amalga oshiradi va qanday bajarish uchun, deb bajaradi kim, deb aytish mumkin, bu savollarga har bir aralash nusxa hisoblanadi.

Kim bajaradi. Bu savolga raqsning bevosita ijrochilari haqida ma'lumotni yozishni, o'quvchilarga ko'rsatadigan ma'lumotlarni, shuningdek, folklor tashuvchilari haqidagi ma'lumotga ko'ra, bu raqsni an'anaga ko'ra ijro etganlar kiradi. Va bu erda bir-biriga mos kelmasligi mumkin, chunki bu raqs bir vaqtlar faqat qizlarning mulkiga aylangan bo'lishi mumkin va bugungi kunda ularning tashuvchilari keksa ayollardir.

Nima qiladi? Bu eng muhim qismi. Qaysi bir kishi tomonidan alohida qo'llaniladi. Yozuvning maqsadi uni yozganlarga dekodlashni talab qilsa, natijasi, salohiyati muhimdir. Agar ro'yxatga olishning maqsadi boshqalarni o'qish kerakligini hisobga oladigan bo'lsa, unda o'quvchilarning ehtimoli va tayyorgarligini ko'rish kerak. Misol uchun, Vengriyadagi davlat raqs ansamblida an'anaviy tarzda raqsga tushishdan oldin, rassomlar mintaqaning raqslarini yozadigan matnlar bilan tanishishadi (R.Laban tizimidagi rekord). Bu xoreografik

yozuvni bilishni anglatadi. Buni maktabda o'rgating, shuning uchun dekodlash bilan bog'liq muammo yo'q. Muayyan ro'yxatga olish tizimi bilan tanish bo'lgan odamlar bo'lmasa, imzo yozuvi mantiqiy emas. Shu bois, ushbu bosqichda ko'pgina mutaxassislar oxirgi paytlarda moddiy taqdimotning bir muncha muntazam ravishda adabiy shaklini qo'llaydilar, bu grafik chizmalar yoki fotosuratlar bilan belgilanadi. Har qanday saqlanadigan folklor materiallari tahlil qilinishi mumkin, yani turli manbalardan olingan ma'lumotlarni solishtirish, eng xarakterli elementlarni ajratish va h .k. Shubhasiz, bu filmning fotosurati, ikonaviy yoki adabiy bo'lsin, bu savolga asosan javob beradi va bu masala bo'yicha bizning diqqatimiz biroz o'zboshimchalik. Lekin, har doim ham ishlash bilan bir tanish bo'lmasa, rangi ahamiyatini inobatga olsak, biz folklorni o'rnatishda harakatning muayyan elementlarini qanday bajarish kerakligiga alohida e'tibor qaratishimiz kerak, deb hisoblaymiz. ularning talaffuzi, u o'zini namoyon qiladi.

Bundan tashqari, bu hikoyani yozadigan so'z va intonatsiya tili ham uning bilimiga ega bo'lganligi sababli, raqs haqida ijrochilarning hikoyalarini yozish qiziqarli.

V.I. Ural tanlangan rus xalq raqslari to'plamiga kirish uchun. Ustinovning so'zlariga ko'ra, "biron bir raqsni sahnada ko'rmagan bo'lsangiz ham, uni yozib olish mumkin. Ko'plab rahbarlar-xoreograflar raqslarni yozib olishni yaxshi bilishadi va ularni guruhlarga muvaffaqiyatli qo'yishadi.

Rejissor bu harakatlarni raqqoslarning tayyorligiga qarab biroz o'zgartirishi mumkin; Rejissyorning tasavvurida mahorat va ijod bilan boyitilgan, raqsni yozish materiallari ko'pincha uni yanada qiziqarli qiladi. Raqsni tanlash boshni jo'rligida juda yaxshi biladi. Birinchidan, raqsning qisqacha mazmunini bir necha marta o'qib chiqishingiz kerak. Bu raqs belgilarining xususiyatlarini tushunishga yordam beradi, bu asosiy fikrni, bu raqsning xarakterini aniq tushunishga imkon beradi.

Keyin musiqa bilan tanishishimiz kerak. Biror akkordeonchi yoki pianistning yaxshi ishlashi bilan ketma-ket bir necha marta tinglash yaxshidir. Shundan so'ng siz raqs guruhini to'play olasiz, kelajakda ijrochilarni raqsning mazmunini o'qib chiqing, uning xususiyatlari, kompozitsiyalari haqida gapirib, musiqiy qo'shiq

aytishingiz, ijrochilarning liboslari va dizaynlarini muhokama qilishingiz mumkin.

"

Kitobda taklif qilingan kabi raqsni har doim ham qilish mumkin emas, shuning uchun san'atkorning kelajakda ishlab chiqarishini muhokama qilishni taklif qilish yoki ishtirokchilar orasidan san'atkor tomonidan yaratilgan dizaynni taklif qilish mantiqiydir. Barcha ishtirokchilar bir film yoki o'yin, hikoya va tasvirlarni tomosha qilish imkoniga ega bo'ldi, agar Xo'sh, mavzu tanlab raqs yaqin. Shundan so'ng siz ijrochilarni rejalashtirishingiz va shaxsiy raqs harakatlarini o'rganishga kirishingiz mumkin. Raqsning elementlarini o'rganish ishi, albatta, musiqa bilan birga bo'lishi kerak.

Biroq, professional ansambllardan olingan har qanday ishdan uzoq, amatör san'atkorlarning kuchi ostida bo'lishi mumkin. Rassomlarning muayyan tarkibi uchun muallif tomonidan hisoblangan raqs, ularning texnik professional qobiliyatlari, shuning uchun to'plangan va ijro etilgan raqs ajralmas badiiy ish bo'lib, har qanday o'zgarish bu san'at asarining yo'qolishi bilan tahdid soladi.

Amalda biz ko'pincha taniqli raqsga aylanadigan o'zgarishlarga duch kelamiz. Shunday qilib, ko'plab ijrochilar uchun mo'ljallangan raqs havaskor jamoada kichikroq miqdorda o'zgaradi, bu esa kompozitsiyani chizishni o'zgartiradi. Ba'zan erkaklar partiyalari ayollarga aylanadi yoki ayollar tomonidan bajariladi, murakkab texnik elementlar o'rnini soddalashtiradilar. Natijada shunga o'xshash o'zgarishlar va o'zgarishlarga ega bo'lgan raqs faqat asl manbaga o'xshashdir.

Biroq, mana shu manbaga murojaat qilgan lider, professional sahna san'ati va uning muallifi oldida mas'uliyat darajasini tushunish kerak. Faqatgina ularning imkoniyatlarini to'g'ri baholashda kollektivlar ijodiy o'sishni, estetik va professional-xoreografik ta'limni ta'minlashga imkon beradigan repertuarni tanlashi mumkin, bu san'at bilan muloqot qilishdan haqiqiy qoniqish hosil qiladi.

Folklor guruhlari repertuarining shakllanishining yana bir manbai folklor, folklor ijodkorligi.

Har qanday ixchamgina yashovchi etnik guruh hududida deyarli raqs ansambli yoki milliy raqs madaniyatining an'analarini saqlab qolgan va rivojlantirib, xalq manbalariga g'amxo'rlik bilan ehtiyotkorlik va hurmat bilan qaraydigan, zamonaviy tendensiyalar va ta'sirlardan himoya qiluvchi etnografik yoki folklor rejasining qo'shiq va raqs jamoati mavjud.

Shu bilan birga, folklor raqsining boyligi hamisha havaskor jamoalar tomonidan muvaffaqiyatli va samarali foydalanilmaydi. Ma'lum bo'lishicha, xoreograflar folklor namunalariga emas, balki sahnada raqsga tushishadi.

Ko'pincha jamoalar rahbarlari to'la haqiqiy xalq san'ati o'rganilmagan. Yangilar jumladan ko'p direktorlari, xalq og'zaki ijodi asosida o'z original spektakllarini yaratish darhol boshlash, uning tarixi va bugungi tasavvur yomon. Bu milliy namunadagi bir o'rganish bilan boshlanishi, jarayon ssenizatsii xalq raqs buziladi. folklor haqida rejissyorlar e'tibor va faqat tashqi sizning xonada raqs oyatlarini yuborish, lekin umumiy kishilik xususiyatlari xos, ichki emas. Ba'zan mahalliy materiallar jiddiy o'rganish, turli harakatlar, texnik va har doim va xalqlar raqslari fokuslar bir o'zboshimchalik bilan aralashmasi bilan o'zgartiriladi. Har bir lider folklor raqsini sahnalashtirishga ijodiy yondoshishning nazariy bilimlari va amaliy ko'nikmalariga ega bo'lishi kerak.

Mahalliy xoreografik materiallarni o'zlashtirish butun jamoa uchun ajoyib ish bo'lib qolishi kerak. O'zining xalqi madaniyati va tarixi bilan tanishish, uning erini yoshlar uchun qiziqish faqat qiziqarli faoliyat emas, balki ta'limiy hamdir. Bu vatanparvarlik tuyg'ularini tug'diradi, ufqni kengaytiradi. Bu badiiy qadriyatlarni idrok etish va yaratish qobiliyatini shakllantiruvchi, paydo bo'layotgan shaxslarning ijodiy xarakteriga ta'sir qiluvchi faol va sherik yaratuvchi faol jarayondir.

Nazorat savollari:

1. Rossiya raqs maktabi qanday vujudga kelgan?
2. Havaskor va professional tayyorgarlik o'rtasidagi farq nima?

Asosiy adabiyotlar

1. Gusev G.P. Metodika prepodavaniya narodnogo tansa. M., 2003, 2004.
2. Zatssepina K. i dr. Narodno-ssenicheskiy tanets. M., 1976.
3. Tkachenko
- T. Narodniye tansi. M., 1975.
4. Tkachenko
- T. Narodniy tanets. M., 1971.

Internet- saytlari

1. www.garmonia.fili.narod.ru
2. www.plie.ru
3. www.Ledyah.Org.ru
4. www.dancerussia.ru
5. www.knowledge.allbest.ru
6. www.Studfiles.ru

2-mavzu. A.Vaganova va uning “Klassik raqs asoslari” o‘quv qo‘llanmasi. Klassik raqs tizimining shakllanishi. Nazariy va amaliy yondoshuv. Klassik raqs harakatlari terminologiyasi. Raqsning chiroyli usuli va tana ko‘rinishini to‘g‘rilovchi harakatlarni o‘rganish uslubi. (2 soat)

Reja:

2.1. Vaganova va uning klassik qo‘llanmasi

2.2. Klassik raqs

Tayanch so‘zlar : raqs, kompozitsiya, plastika, usul, doyra,katta uyin, lazgi.

2.1. Vaganova va uning klassik qo‘llanmasi

Vaganova va talabani kavanozni yuvish uchun yo‘lingiz edi. Ular har bir harakatlarning kombinatsiyasining takroriy namoyishi va o‘qituvchini kuzatib borishgan. Vaganova yangi usulni topdi. U har bir kombinatsiyani ikki marta ko‘rsatdi: birdan boshqa oyoqlarga. Agar ular katta muammoga duch kelishni istamasalar, darhol yodlash kerak edi. Bir marta, butun hamma narsa "Yunayted" harakatlari ketma-ketligini unutmaganligi uchun zaldan chiqdi.

Vabsizov sabr-toqatni, sabr-toqatni qadrlab, engib o‘tishni va aksincha, zaiflikning namoyon bo‘lishini yoqtirmasdi. Vaganova qat’iy intizomni talab qildi, irodasi, xotirjamlikni rivojlantirmoqda. Oyoqlar kasal bo‘lsa ham, talabalar barcha mashqlarni bajarishdi. Ularga erichisis tomonidan davolanmoqda, faqat buzilgan joy og‘riqli bo‘lgan: oqilona qurilgan exersis faqat yaxshi edi. Maktab Vaganova harakat qonunlarini, itoatkorlikni boshqarish, ittifoqdosh qilib tayinlash qobiliyatini tushunishni o‘rgatadi.

Vaganova usuli korpusning va orqa tomonini to‘g‘ri joylashtirishni talab qiladi. To‘g‘ri sozlash mutlaq harakatlarning erkinligini beradi. Hatto juda yaxshi o‘qitilgan oyoqlari ham Vaganova maktabiga topshiriladigan ushbu

funksiyalarni orqa tomondan almashtira olmaydi. Fransuz, hatto italiyalik maktablarda ham bunday ma'noga ega emas edi. Frantsuz maktabining qonun chiqaruvchilaridan biri Ramo, raqqoslar uchun yaxshi qo'llar rasm uchun yaxshi ramka sifatida zarur deb hisoblashadi. Vaganovaga bu bayonotga o'xshab ko'rinardi! Vaganovani qidirish umuman qo'llarning umumiy rolini uslubiy rivojlanishiga olib keldi, ba'zi bir klassik raqs. U bilan klassik raqsning jonli amaliyotida raqsdagi vazifasi xilma-xil bo'lsa, butunlay yangi qo'llar mavjud. Ushbu qo'llarning o'ziga xos xususiyati birinchi navbatda ularning eksklyary. Ular parvozlarda oson. Ular sayohatlarda baquvvatdirlar, ular harakatlarning tezkorligi va qattiqligini yo'naltiradi:

Har bir xalqning raqs an'analari, ijro uslubi, plastik tasviriy vositalari bo'lib, ular tarixiy, ijtimoiy va geografik sharoitlar ta'sirida tarkib topib rivojlangan. Raqs xalq marosimlari, bayramlarining tarkibiy qismidir. Ular bilan bog'liq holda xorovod va marosim o'yinlari paydo bo'lgan. Xorovodlar asta-sekin marosim o'yinlaridan xalos bo'lib, xalq turmushining ayrim tomonlarini aks ettira boshlagan. Xalq raqsida ovchilik, chorvachilik, dehqonchilik va hunarmandlik bilan boglik mavzular, shuningdek, xalqning bosqinchilarga qarshi kurashi va lirik kayfiyati o'z aksini topgan.

Raqs musiqa bilan uzviy bog'liq, musiqa mazmunini obrazlar vositasida ochib beradi. Xalq raqsalarida ritm muhim bo'lib, u musiqada o'z ifodasini topadi, oyoq, ko'l, bosh va tana harakatlari umumiy ritmgaga bo'ysunadi, bir-biri bilan boglanadi. O'zbek raqsarlari mazmunini ifodalashda ijrochilar tepki, qarsak, zangdan ham foydalanadi. Ayrim raqsarlar ro'mol, piyola, qadah kabi buyum bilan ijro etiladi, ba'zan ijrochi xalq cholg'u asboblari (qayroq, doira, nog'ora va h.k.) da o'ziga o'zi jo'r bo'ladi. G'arbiy Yevropa xalqlari raqsida, asosan oyoq harakatlari muhim bo'lib, qo'l va tana harakatlari unga jo'r bo'ladi. Sharqda esa qo'l va tana harakatlari plastik ifodaviylikning asosiy vositalaridir. Sahnaviy raqs xalq ijodiga tayanadi, uning merosi va o'ziga xos fazilatlarini saqlaydi va rivojlantiradi. U dastlab

Yunoniston, Hindiston va boshqa mamlakatlarda paydo bo'lgan. Xalq raqslari asosida tarkib topgan professional raqslar yuksak darajada rivojlanib, turli raqs tizimlari (xususan, Yevropa va sharq mumtoz raqslari) qaror topgan.

Yevropa professional raqs san'atining rivojlanishiga Yunoniston va Rim raqs san'ati salmoqli hissa qo'shdi. O'rta asrlarda Yevropada jonglyor, shpilman va skomoroxlar ijodidagina professional raqsning ilk ko'rinishlari namoyon bo'ldi. 15—16-asrlarda moreski, ballafigurato nomli syujetli raqslar rasm bo'lib, raqs haqida risola va darsliklar yaratildi. 17—18-asrda balet raqs spektakllari yuzaga keldi va raqs san'ati yangi texnika bilan boyidi. 20-asr boshida esa "modern" (ritmoplastik) raqsi paydo bo'ldi. 40—60-yillarda Yevropa va AQSH da konsert ijrochiligiga mo'ljallangan kichik xoreografik asarlar, estrada raqs rivoj topdi.

2.2. Klassik raqs

Klassik raks egzersisi elementlari asosida vujudga kelgan. Ammo xalksaxna radsining aynan folklor uzaklariga borib takalishi, xalk-saxna egzersisida asl xalk rakslari texnikasini uzlashtirish majbur kiladi. Xalk-saxna egzersisini ukitish klassik rake egzersisini kabidir. Birok xalk raksining plastik jarayon muxitining uziga xosligini unutmaslik muximdir. Xalk-saxna egzersisini tarkib (topshirishda) etishda shunday ish tutish kerakki, unda rake jarayonini urganib borishda asta sekin saxnaviy vazifalarga buysundirilsin. Xalk-saxna raksi elementlarini ijro etish rakkosaviylik yunalishini rivojlantirishnig davomi ekanligini tushunmoq muxim. Texnikaviy va hissiy-qiyofaviyligi bilan to'liq bulganligi tufayli ular plastik va raqqosaviy xarakatlar yaratishdagi bir bosqichdir. Bundan tashqari uncha katta bo'lmagan o'lchamda (razmer) ammo harakteri va temporitmi jihatidan xalq raqslari o'quvchilarda harakat xilma-xilligini tanlab olish imkoni beradi. Bu mashqlar ijrochining plastikasini rivojlantirish uchun muxim bo'lgan, yana ham yuqori koordinatsiya va tezkorlik reaksiyasini mustahkamlaydi. Xalq-sahna egzersisi elementlarini o'rganishga ketadigan vash klassik elementlarni o'rganishga ketadigan vaqtdan ancha kam. Jarayonning kechishi (texnologiya) ruhiy-jismoniy tabiatiga ko'ra bu elementlar nisbatan tabiiy va ijrochining klassik raqsda

shakllangan plasti apparatiga tayanadi. Egzersis xoreografik tarbiyaning asosiy vazifasiga buysundirilgan bo'lib, u musiqiy talni yaratish zamirida, rake plastikasi orqali musiqiy 10 asarning mohiyatini ochib berish qobiliyatini shakllantiradi. Musiqa va harakatning o'yg'unlashuvi bo'lajak raqsning o'zagini tashkil etgan badiiy asosni vujudga keltiradi. Egzersis elementlari rade leksikasining alifbosini tashkil etadi. Egzersis mashqlarining to'g'ri bajarilishi asosiy shart hisoblanadi. Raqqos organizmi doimiy faoliyat takroriy mashqlar davomidagina komillik darajasiga yetishi mumkin. Faqatgina to'g'ri, uslubiy, savodli va texnikasi kuchli ijrogina raddosaviylik va texnik mahorat egasi bo'lishga olib keladi. Doimiy takroriy mashqlar va aqliy faoliyat sharoitidagina o'quvchilar malakali mahoratni egallay oladilar. Shunday qilib, egzersis bilan shug'ullanish ijrochiga zarur bo'lgan ruhiy jismoniy sifatlarning rivojlanishi va takomillashuviga olib keladi. O'quv jarayonida, egzersisining xalq-raqslariga asoslangan elementlarini o'zlashtirish muhim bo'limdir. Xalq-sahna egzersisi klassik egzersisi mashqlarida yetarli rivojlanmagan mushaklar, bug'imlar, paylarni rivojlantiradi, mustaxkamlaydi. Bu tizza bug'im, tovon bug'im va mushaklarga tegishli bulib ularni harakatga keltiradi. Xalq-sahna egzersisida keskinlik tamoyili amal qiladi, ya'ni turli og'irliklardagi mashq va elementlarning almashinuv ketma-ketligi raqqosaviylikni oshiradi, xalq raqslarida jilva va uslubni yorqin ifodalash imkonini beradi. Uzluksiz ketma-ketlik hamda savodli bajariladigan elementlar va mashqlar muayyan raqqoslik mahoratini shakllantiradi, tayanch harakat mushaklarinig o'yg'unligini shakllantiradi koordinatsiyani takomillashtiradi. Egzersis jismoniy o'yg'unlikni o'stirishda asosiy mashq kompleksi bo'lib hisoblanadi, shuningdek jismoniy kamchiliklarni bartaraf etishda ijobiy ta'sirga ega bo'lib mushaklar rivojlanishini kerakli tomonga yunaltiradi. Jismoniy imkoniyatlar va yosh xususiyatlarini inobatga olgan holda raqs egzersisi elementlarini mukammaligiga malakali xoreografiya uslubga tayangan holda erishiladi. Raqs egzersisi ijrochiga mahorat va malakaning xususiyatlarini o'ziga xosligi sifati va shaklini tarkib topishiga imkon beradi, musiqiy xoreografiya vositasi orqali harakatlar mukamalligining mahorati va bilimini oshiradi. Dastlabki o'quv yili davomida xalq-sahna raqsining eng oddiy tarkibiy qismlari (element) va

oddiy hatti-harakatlarni o'rganiladi, uskuna yonida va zal o'rtasida: o'rganilayotgan harakatlarning xususiyati (harakat)lari, manera va uslublarning boshlang'ich tushunchalari o'zlashtiriladi; murakkab bo'lmagan raqs etyudlari o'rgatiladi; ular avval o'rganilgan 16-32 taktdagi harakatlarning 2-3-tasidan tuzilgan bo'ladi. Raqs harakatlarini o'rganish: polyakcha (xalq va akademik) raqslari; vengercha, italian, ispancha (akademik) raqslaridan iborat.

II. AMALIY MASHG'ULOT UCHUN MATERIALLAR

1-amaliy mashg'ulot. Gavda, bosh, qo'l, oyoq xolatlari.

Gavda, bosh holatlari.

Qomatni rostlash musiqiy o'lcham 4/4. To'g'ri rostlangan qad qomat bardoshlik (aplomb) garovidir. Qomat tik turgan holatda, uskunaga qarab rostlanadi. Uskunaga qarab turamiz, qo'llar yelka kengligida, bilak va tirsaklar tushurilgan. Oyoq kafti erkin holatda, polga tekis tegib turadi, tizzalar tortilgan, chov rostlangan, dumba mushaklari taranglashgan, tos suyagi bilan son suyagini tutashtiradigan bo'g'in yuqoriga tortilgan, kuraklar pastga egilgan. Bosh to'g'ri tutiladi, nigoh oldinga qaratilgan. Tananing kvadratini saqlash muhim- yelka va sonlar holati tekis. Holat musiqiy fraza oxirigachon saqlanadi. Ijro ko'nikmalari egallanishi bilan gavdani tutish mahorati ham shakllanadi. Bunday tartib turish holati klassik raqsining barcha xarakatlari uchun muhim.

Gavda, bosh holatlari.

Qo'llar klassik raqsda ifodali vosita sanaladi. Shu sababli xam klassik raqsda qo'llarni tuta bilish muxim rol o'ynaydi. Dastlabki saboqlardan boshlab tayyorgarlik holati va qo'llarning uch asosiy pozitsiyasini o'rganish boshlanadi.

Qo'llarning tayyorgarlik xolatini zal o'rtasida o'rganishdan boshlaymiz. Qo'llar tana uzunasiga tushurilgan, qo'l barmoqlari tana oldida cho'ziqsimon birlashadi, tirsaklar yonga yo'naltiritgan, qo'l panjalari aylanasimon, kaftlar yuqolriga qaragan.

I-pozitsiya. Qo'llar doirani saqlagan xolda diafragma qarshi ko'tariladi, tirsak va barmoqlar bir xil darajada joylashadi. Yelkalar tushirilgan. Panjalar orasidagi

masofa ikki barmoqqa teng. Qo‘llar I-pozitsiyada sakrashlar uchun “ ko‘makchi” xisoblanadi.

3-pozitsiya. Qo‘llar I-pozitsiyadan bosh ustiga yuqoriga ko‘tariladi, kaftlar pastga qayrilgan. Holatning to‘g‘riligini tekshirish mumkin, boshni ko‘tarmasdan ko‘zlar bilan ko‘l jimjilog‘ini ko‘rish kerak. Qo‘llarni boshlar orqasiga olib bormaslik kerak, tananing profil (yon tomon) holatida yuzni tirsaklar bilan yashirish mumkin emas.

2-pozitsiya. (III-pozitsiyadan keyin o‘rganiladi) Qo‘llar tayyorgarlik holatidan I-pozitsiyaga ko‘tariladi va yelka balandligida yonga yoziladi. Shunga etibor berish zarurki, qo‘llar orqaga ketmasligi, yelkalarining oldida bo‘lishi, tirsaklar tushirilmasligi zarur.

Oyoq pozitsiyalari.

Musiqiy o‘lchovi 4/4. Klassik raqsda V pozitsiya mavjud.

I-pozitsiya. Ikkala oyoq kafti tovon bilan tutashib, oyoq uchi tashqariga yoyilib to‘g‘ri chiziq xosil qiladi. Bunda oyoqlarning katta barmoqlarini “ bosib qolish” holatiga yo‘l qo‘ymaslik muxum.

II-pozitsiya. Oyoq kaftlari bitta chiziqda joylashadi, tovonlar orasida bir oyoq kaftining masofasi, og‘irlik markazi oyoqlar orasida o‘tadi.

III-pozitsiya. oyoq kaftlari bir birini yashirib, bir biriga tegib turadi.

V-pozitsiya. Oyoq kaftlari bir-biriga zich tegib turadi. Bir oyoqning kafti boshqasi bilan tutashadi.

IV-pozitsiya. V-pozitsiyadan keyin o‘rganiladi, bir oyoq boshqasi oldida joylashadi, bunda bir oyoq kafti boshqa oyoqqa qarama-qarshi joylashadi; oyoq kaftlari orasidagi masofa oyoq kaftlarining uzunligi teng. Bu holda og‘irlik markazi oyoqlar orasida joylashadi.

Mavzuni mustaxkamlash uchun savollar:

1. Aplomb-so‘zining manosi?
2. Nechta qo‘l pozitsiyasi mavjud?
3. Nechta oyoq pozitsiyasi mavjud?

Qo‘l, oyoq xolatlari.

Oyoqlar holati

Musiqiy o'lcham 4/4. Klassik raqsdan V pozitsiya mavjud.

I pozitsiya – ikkala oyoq kafti tovon bilan tutashib, oyoq uchi tashqariga yoyilib to'g'ri chiziq hosil qiladi. Bunda oyoqlarning katta barmoqlarini "bosib qolish" holatiga yo'l qo'ymaslik muhim. I pozitsiyadan keyin II pozitsiyani o'rganishga o'tamiz.

II pozitsiya – oyoq kaftlari bitta chiziqda joylashadi, tovonlar orasida bir oyoq kaftining masofasi, og'irlik markazi oyoqlar orasidan o'tadi.

III pozitsiya – II pozitsiyadan keyin III pozitsiya ijro etiladi. Oyoq kaftlari bir-birini yashirib, bir-biriga tegib turadi.

V pozitsiya - oyoq kaftlari bir-biriga zich tegib turadi. Bir oyoqning kafti boshqasi bilan tutashadi.

IV pozitsiya - V pozitsiyadan keyin o'rganiladi, bir oyoq boshqasi oldida joylashadi, bunda bir oyoq kafti boshqa oyoqqa qarama-qarshi joylashadi; oyoq kaftlari orasidagi masofa oyoq kaftlarining uzunligiga teng. Bu holda og'irlik markazi oyoqlar orasida joylashadi.

Qo'llar holati

Qo'llar – klassik raqsdan ifodali vosita sanaladi. Shu sababli ham klassik raqsdan qo'llarni tuta bilish muhim rol o'ynaydi. Chunki qo'llar nafaqat raqs xarakteri va holatlarning tugallanishini ko'rsatadi, balki poldagi, havodagi va sakrashlardagi aylanma harakatlarni o'rganishda ko'makchi vazifasini bajaradi.

Dastlabki saboqlardan boshlab tayyorgarlik holati va qo'llarning uch asosiy pozitsiyasini o'rganish boshlanadi. Eng avvalo, qo'l barmoqlarining holati o'rganiladi: barmoqlar guruhlanadi, bosh barmoqning uchi o'rta barmoq suyaklariga borib tutashadi. Barmoqlar orasidan havo o'tadi. Qo'llarning tayyorgarlik holatini zal o'rtasida o'rganishdan boshlaymiz. Qo'llar tana uzunasiga tushirilgan, qo'l barmoqlari tana oldida cho'ziqsimon birlashadi, tirsaklar yonga yo'naltirilgan, qo'l panjalari aylanasimon, kaftlar yuqoriga qaragan. Qo'l jimjilog'i bilan aylana tugallanadi.

I pozitsiya. Qo'llar doirani saqlagan holda diafragma qarshi ko'tariladi, tirsak va barmoqlar bir xil darajada joylashadi. Yelkalar tushirilgan. Panjalar orasidagi masofa ikki barmoqqa teng. Qo'llar I pozitsiyada sakrashlar uchun "ko'makchi" hisoblanadi.

III pozitsiya. Qo'llar I pozitsiyadan bosh ustida yuqoriga ko'tariladi, kaftlar pastga qayrilgan. Holatning to'g'riligini tekshirish mumkin, boshni ko'tarmasdan ko'zlar bilan qo'z jimjilog'ini ko'rish kerak. Qo'llarni boshning orqasiga olib bormaslik kerak, tananing profil (yon tomon) holatida yuzni tirsaklar bilan yashirish mumkin emas.

II pozitsiya. (III pozitsiyadan keyin o'rganiladi) Qo'llar tayyorgarlik holatidan I pozitsiyaga ko'tariladi va yelka balandligida yonga yoziladi. Shunga e'tibor berish zarurki, qo'llar orqaga ketmasligi, yelkalarining oldida bo'lishi, tirsaklar tushirilmasligi zarur.

Mavzuni mustaxkamlash uchun savollar:

1. Klassik raqsida nechta qo'l xolatlari bor?
2. Klassik raqsida nechta oyoq xolatlari bor?

Qo'l pozitsiyalari

Qo'llar uchun mashq

Musiqiy o'lcham 4 taktli 4/4, zal o'rtasida ijro etiladi.

Birinchi mashq.

Dastlabki holat – oyoqlarning erkin I pozitsiyasi

1-takt 4/4. Qo'llar tayyorgarlik I pozitsiyaga ko'tariladi.

2-takt 4/4. Qo'llar III pozitsiyaga ko'tariladi.

3-takt. Qo'llar I pozitsiyaga tushiriladi.

4-takt . Dastlabki holatga tushiriladi.

Ikkinchi mashq.

Musiqiy o'lcham 4 taktli 4/4.

1-takt. Qo'llar I pozitsiyaga ko'tariladi.

2-takt. II pozitsiyaga yoziladi.

3-takt. I pozitsiyaga qaytiladi.

4-takt. Dastlabki holatga tushiriladi.

Qo'l harakatlarini mashq qilganda gavda rostlangan, tirsaklar tirsak bo'g'inining doirasini saqlaydi, panjalar yig'ilgan, bo'yin qisilmagan, iyak tushirilmagan. Qo'llarning III pozitsiyasi o'zlashtirilgach, uskuna oldidagi mashq paytidagi qo'llar holati bir qo'l bilan uskunani ushlagan holda o'rganiladi.

Uskunaga chap biqin bilan turamiz, tana va uskuna orasidagi masofa qo'lning II pozitsiyasidagi kabi: tirsak tushirilgan, panja uskunani ushlagan holda erkin holatda. O'ng qo'l tayyorgarlik holatidan I pozitsiyaga ko'tariladi, bosh sekin chapga qiyshaytiriladi, o'ng qo'l panjalari orasidan qarash, I pozitsiyadan qo'llar III pozitsiyaga ko'tariladi. Bosh sekin ko'tariladi, ko'tarilgan qo'ldan tirsakka

qarash, III pozitsiyadan qo‘l II pozitsiyaga tushiriladi, bosh o‘ngga qayriladi, bo‘yin erkin holatda, qo‘l panjalari kafti bilan pastga qayiramiz (allongé-allonje holati) va tirsakda aylana shaklni saqlagan holda dastlabki holatga tushiramiz.

Préparation - tayyorgarlik.

Musiqiy o‘lcham: 4/4.

Préparation – harakatga tayyorlanish.

Dastlabki holat (d.h.) V pozitsiya, chap qo‘l uskunada, o‘ng oyoq olddinda.

Bir taktda 4/4.

Bir deganda o‘ng qo‘l I pozitsiyaga ko‘tariladi, bosh sekin o‘ng yelkaga egiladi, ko‘z qo‘l panjalariga qaratiladi.

Ikki deganda holat saqlanadi.

Uch deganda qo‘l II pozitsiyaga yoziladi, bosh ochiq qo‘l tomonga qayriladi.

To‘rt deganda holat saqlanadi.

1-semestrning 2-yarmidan préparation bir taktda 2/4 da ijro etiladi.

Takt davomida qo‘l “nafas olish”ni bajaradi, ya’ni qayta yoziladi.

Bir deganda qo‘l I pozitsiyaga ko‘tariladi, bosh chap yelkaga egiladi, qo‘l panjalariga qarash qilinadi, ikki deganda II pozitsiyaga olib boriladi. Mashq oxirida qo‘l dastlabki holatga yig‘iladi.

Mavzuni mustaxkamlash uchun savollar:

1. Qo‘l pozitsiyalarini o‘rganish?
2. Préparation ga tayyorgarlik ?
3. Shu xarakatlarning musiqiy o‘lchovi?

2-Amaliy mashg‘ulot: Demi-plyes I,II,V va IV pozitsiyalarda. Grand-plyes I,II,V,IV pozitsiyadan.

Demi-plyes I,II,V va IV pozitsiyalarda.

Demi-plyes-yarim “ o‘tirish”. Mus.o‘lchov 4/4,sekin, mayin. Bu xarakat paylarni, tizza va boldir suyagi bilan tovon suyagini biriktiruvchi bo‘g‘inlarni, oyoqlarning egiluvchanligi va vivorotnostligini rivojlantiradi. Demi-plyes xam uskunaga qarab o‘rganiladi, qo‘llar holati ham xuddi qadni roslash kabi. Bir qo‘lda plyesni bajarishda tayanch qo‘l uskunada erkin turadi, bo‘sh qo‘l II pozitsiya tomon

yoziyadi, bosh o'nga yo'nalgan. Dastlabki holat uskunaga qaragan holda , oyoqlar deyarli vivorotniye, yelka va sonlar tortilgan, oyoq tovonlar polga yopishgan, tizzalar yonga yoyilgan. Birinchi taktida o'tiramiz, ikkinchi taktida turamiz, ikkala holatda xam tovonlarni bosamiz. Demi-plies I,II,V pozitsiyalarda , keyinroq 4 pozitsiyada o'rganiladi. Boshida Demi-plies 4 martadan, so'ngra 2 martadan bajariladi.

Grand-plies I,II,V, IV pozitsiyadan.

Grand-plies-To'liq " o'tirish". Mus.o'lchov 4/4,sekin, mayin.Bu harakat xam xuddi Demi-plies harakati bilan bir xilda ijro etiladi, faqat " o'tirish" jarayoni to'liq, joylashib bajariladi.

Mavzuni mustaxkamlash uchun savollar:

1. Demi-plies -so'zining manosi?
2. Grand-plies-so'zining manosi?
3. Shu xarakatlarning musiqiy o'lchovi?

Battements tendus; a) I va V pozitsiyada; b) Demi-plies bilan I va V pozitsiyada; v) pur le pied bilan II pozitsiyada; g) Demi-plies degage bilan II pozitsiyada; d) passé par terre.

I-pozitsiyadan vatterment tendu

Battement tendu – siqiq harakat. Bu mashq juda muhim, chunki u butun oyoqning tizzada, ko'tarilishda va barmoqlardagi cho'ziluvchanligini ta'minlaydi, oyoqlarning kuchini oshiradi. Avval uskunaga qarab, yonga qarab o'rganiladi, ushbu yo'nalishdagi vivorotnostlikni to'g'ri tarbiyalaydi.

Battement tendu yonga

Musiqiy o'lcham 4/4.D.h. I-pozitsiyada uskunaga qarab turamiz. Qad rostlangan, tizzalar tizzalar imkon qadar vityanuti. Qo'llar uskunada erkin turadi, tirsaklar tushirilgan.Battement tenduni yonga bajarishda avval tovonning barcha qismi pol bo'ylab sirpanadi, keyin barmoqlar tortiladi va ko'tariladi.Birinchi takt.Bir va ikki deganda harakatdagi oyoq to'liq oyoq kafti bilan pol bo'ylab II pozitsiyaga qadar sirpanadi, tovonlar poldan ajraladi va ko'tarilish va barmoqlarda cho'ziladi, to'liq cho'ziqlikka erishiladi. Uch va to'rt deganda holat saqlanadi.Ikkinchi takt.Bir va

ikki deganda harakatdagi oyoq uchida bor tovonda sirpanib, I pozitsiyaga yig'iladi. Uch va to'rt deganda holat saqlanadi. Ushbu mashqni bajarishda harakatdagi oyoq tovonni tayanch oyoq tovonni qarshisida joylashishi kerak.

Battement tendu oldinga

I pozitsiya, uskunaga qarab turiladi. Birinchi takt. Bir va ikki deganda harakatdagi oyoq tovonni bilan oldinga, oyoq kafti bilan polda sirpanib oldinga, tovon uzilib ko'tarilish va barmoqlarda cho'ziladi, oyoq uzatilgan, oyoq uchi polda, tovon shipga tomon yo'nalgan. Uch va to'rt deganda holat saqlanadi.

Ikkinchi takt. Bir va ikki deganda oyoqni sirpanuvchan harakat bilan I pozitsiyaga yig'amiz, uch va to'rt deganda holat saqlanadi.

Battement tendu orqaga

D.h. I pozitsiya, uskunaga qarab turiladi. Birinchi takt. Bir va ikki deganda harakatdagi oyoq uchida orqaga yo'naladi, tovon bilan polda sirpanadi, tovon yerdan uzilib, orqaga uzatiladi. Oyoq qattiq siqilgan, bosh barmoqqa yo'nalgan, tovon tayanch oyoq tovoniga qarshi joylashib, polga yo'nalgan.

Ikkinchi takt.

Bir va ikki deganda oyoq tovonlardagi vivorotnostni kuchaytirib, oyoq uchidan tovoniga o'tib, sirpanuvchan harakat bilan I pozitsiyaga yig'iladi. Mashq davomida tayanch oyoq cho'zilgan (siqilgan) va vivorotna. Qomat rostlangan. Uskunaga qarab battement tenduni o'zlashtirib, mashq bir qo'lda ushlab o'rganiladi.

V pozitsiyadan battement tendu

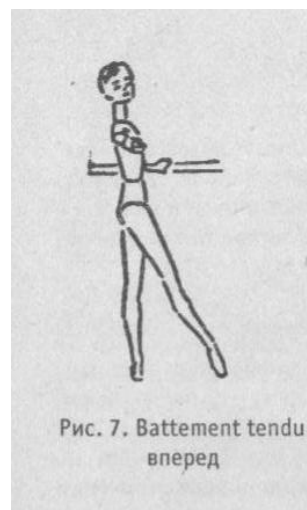
Musiqiy o'lcham 4/4, 2/4.2 taktda 4/4da o'rganiladi, bir taktda 4/4, keyinroq 1 taktda 2/4 – «taktdan so'ng» boshlanadi. Shuningdek, V pozitsiyadan battement tendu uskunaga qarab turgan holda, keyin bir qo'lda ushlab o'rganiladi.

V pozitsiyadan vattement tendu yonga

D.h. V pozitsiya. Chap qo'l uskunada, o'ng qo'l tayyorgarlik holatida, o'ng oyoq oldinda, bosh chapga qayrilgan. Réparation taktidan so'ng 2\4da, qo'llar II pozitsiyada.

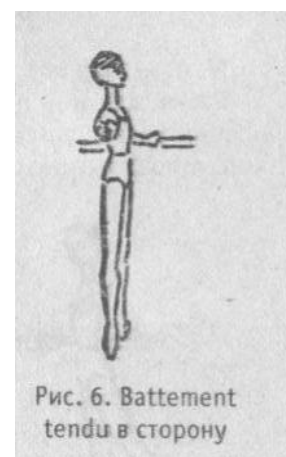
Bir deganda harakatdagi oyoq to'g'ri chiziq bo'ylab II pozitsiya tomon olib boriladi, bosh enfaceda qayriladi.

Ikki deganda holat saqlanadi. Uch deganda oyoq V pozitsiyaga qaytadi. To'rt deganda holat saqlanadi. Harakatdagi oyoq to'voni yonga chiqayotganda chiziq bo'ylab aniq joylashishi va tayanch oyoq to'voni qarshisida bo'lishiga e'tibor berish lozim. Har ikkala oyoq cho'zilgan (siqilgan) va vivorotna.



V pozitsiyadan vattement tendu oldinga

Bir taktda 2\4. D.h. V pozitsiya. Chap qo'l uskunada, o'ng qo'l tayyorgarlik holatida, o'ng oyoq oldinda, bosh o'ngga qayrilgan. Bir deganda harakatdagi oyoq to'vonda oldinga yoziladi, cho'zilgan oyoq kafti bosh barmoqqa yo'nalgan. Ikki deganda harakatdagi oyoq sirpanuvchan harakat bilan orqaga qaytadi, oyoq uchidan oyoq kaftiga olinadi. Vattement tendu oldinga va orqaga harakatlari bosh yon tomonga qayriladi.



V pozitsiyadan vattement tendu orqaga

D.h. V pozitsiya. O'ng oyoq orqadan, chap qo'l uskunada turadi. Bir deganda harakatdagi oyoq pol bo'ylab sirpanib, oyoq uchida orqaga olinadi, to'von polga qayrilgan, oyoq uchi bosh barmoqqa cho'zilgan. Ikki deganda harakatdagi oyoq to'vonda pol bo'ylab sirpanib V pozitsiyaga qaytadi. Vattement tendu orqaga harakatini bajarishda V pozitsiyaga yig'ilganda harakatdagi oyoq bosh barmog'i uyilib qolmasligi kerak.

I va V pozitsiyalardan demi-plié bilan vattement tendu

Musiqiy o'lcham 4\4, 2\4. Harakatdagi oyoq xohlagan yo'nalishda yoziladi va I-V pozitsiyalarga qaytiladi, so'ngra har ikki oyoqda demi-plié qilinadi.

Battement tendu pour le pied (Battement tendu double).

Musiqiy o'lcham 4\4. Bu harakat oyoq kaftining ko'tarilishini, barmoqlarning cho'ziluvchanligini va paylarning kuchi, elastikligini kuchaytiradi. Ikki taktda o'rganiladi, bir taktda o'zlashtirgach, to'vonni II pozitsiyaga bir marta tushirish bilan, keyin ikki marta o'rganiladi. D.h. V pozitsiya, chap qo'l uskunada, o'ng oyoq

oldinda. Réparation taktidan so‘ng qo‘l tayyorgarlik holatidan II pozitsiyaga yoziladi. Bir deganda harakatdagi oyoq battement tendu II pozitsiyaga yoziladi. Ikki deganda harakatdagi oyoq polga tushiriladi, har ikki oyoq yoyilgan, vivorotni. Og‘irlik markazi tayanch oyoqda. Uch deganda harakatdagi oyoq ko‘tarilishi cho‘ziladi, oyoq uchi bilan polga tegadi. To‘rt deganda oyoq V pozitsiyaga qaytadi.

Mavzuni mustaxkamlash uchun savollar:

1. Battements tendus so‘zining manosi?
2. Battements tendus nechinchi pozitsiyalarda ijro etiladi?
3. Shu xarakatlarning musiqiy o‘lchovi?

En dehors va en dedans.

En dehors (an deor) – o‘z atrofida aylana harakat, tos suyagi bilan son suyagini tutashtiruvchi bo‘g‘inda yoki tizza bo‘g‘inlarida aylana harakat, shuningdek. qayrilishlar.

En dedans (an dedan) – o‘ziga qarata yoki ichkariga aylana harakat.

en dehors

Musiqiy o‘lcham 4/4.

2 taktda o‘rganiladi, 4/4, bir takt 4/4.

D.h. I pozitsiya, chap qo‘l uskunada, o‘ng qo‘l tayyorgarlik holatida.

Birinchi takt:

Bir deganda I pozitsiyada demi-plié, o‘ng qo‘l tayyorgarlik holatida, bosh II pozitsiya tomon qayrilgan.

Ikki deganda harakatdagi oyoq I pozitsiyadan sirpanuvchan harakat bilan oldinga tashlanadi, tayanch oyoq demi-pliéda, o‘ng qo‘l I pozitsiyaga ko‘tariladi, bosh chap yelkaga qiyshayadi, o‘ng qo‘l panjasiga nigoh qaratiladi.

Uch va to‘rt deganda o‘ng oyoq vivorotno, mayin va sekin tarzda II pozitsiya tomon doirasimon sirpanadi. Qo‘l ayni paytda II pozitsiya tomon yoyilgan.

Ikkinchi takt.

Bir va ikki deganda harakatdagi oyoq II pozitsiyadan orqaga doira hosil qiladi, tayanch oyoq tovonni qarshisida tovon bilan to‘xtalinadi.

Uch deganda tayanch oyoq tizzasi uzaytiriladi.

To'rt deganda harakatdagi oyoq I pozitsiyaga yig'iladi. Qo'l II pozitsiyadan tayyorgarlik holatiga tushiriladi. Bosh o'ngga qayrilgan.

En dedans

Musiqiy o'lcham 4/4. Sekin va mayin ohangda.

D.h. I pozitsiya.

Bir deganda harakatdagi oyoq orqaga battement tendu qoidalari bo'yicha yoyiladi.

Ikki va uch deganda oyoq kafti cho'zilgan harakatdagi oyoq orqaga yarim doira hosil qiladi, bunda oyoqning vivorotnostligi kuchaytiriladi, yelka va sonlar teng bo'ladi.

To'rt deganda oyoq ushlab turilmasdan sirpanuvchan harakat bilan «passé»ning I pozitsiyasiga olib boriladi va keyingi taktga bir deganda oldinga uzaytiriladi. Ushbu harakat lozim bo'lgan darajada qaytariladi va I pozitsiyada tugallanadi.

Mavzuni mustaxkamlash uchun savollar:

1. en dehors so'zining ma'nosi?
2. en dedans so'zining ma'no

Demi rond de jambe par terre en dehors va en dedans. Rond de jambe par terre en dehors va en dedans.

\Demi rond de jambe par terre (to'liq bo'lmagan aylanish, oyoq uchida pol bo'ylab yarim aylanish)

Demi rond de jambe par terre en dehors – Mus.o'lchov 4/4.Sekin, mayiye ijro etiladi. 1-pozitsiya, uskunaga qarab turiladi. Bir ga xarakatdagi oyoq Battements tendus orqali oldinga ochiladi. Ikkiga ishlayotgan oyoq kaftining uchi pol bo'ylab sirpanib 2-pozitsiyaga qadar yarim doira hosil qiladi, xarakatdagi oyoq kafti tayanch oyoq kafti qarshisiga turadi. Uchda ishlovchi oyoq Battements tendus orqali 1-pozitsiyaga yig'iladi .To'rt ga xolat saqlanadi.

Demi rond de jambe par terre en dedans

Musiqiy o'lcham 4/4, sekin, mayin ijro etiladi.D.h. I pozitsiya, uskunaga qarab turiladi.1 takt 4/4.Bir deganda harakatdagi oyoq battement tendu orqali orqaga yoziladi.Ikki deganda harakatdagi oyoq uchi pol bo'ylab sirpanib, II pozitsiyaga qadar yarim doira hosil qiladi, harakatdagi oyoq kafti tayanch oyoq kafti qarshisida bo'ladi. Uch deganda harakatdagi oyoq I pozitsiyaga yig'iladi. To'rt deganda holat saqlanadi. To'rtinchi taktga bir deganda harakatdagi oyoq battement tendu orqali II pozitsiyaga yoziladi. Ikki deganda harakatdagi oyoq oldinga olinadi, harakatdagi tovon tayanch oyoq tovon qarshisida turadi. Uch deganda harakatdagi oyoq I pozitsiyaga yig'iladi.To'rt deganda holat saqlanadi.

Rond de jambe par terre en dehors (pol bo‘ylab oyoqlarning doiraviy aylanishi, polda oyoq uchida aylanish) Mus.o‘lchov 4/4, sekin va mayin oxangda. 1-pozitsiyada bir ga xarakatdagi oyoq oldinga Battements tendus orqali ochiladi. Ikki va uch ga oyoq kafti cho‘zilgan xarakatdagi oyoq orqaga yarim doira xosil qiladi. To‘rt ga oyoq ushlab turilmasdan sirpanuvchi xarakat bilan passé ning 1-pozitsiyasiga olib boriladi va keyingi taktga bir ga oldinga ochiladi. Ushbu xarakat lozim bo‘lgan darajada qaytiriladi va 1-pozitsiyada tugallanadi.

Rond de jambe par terre en dedans

Musiqiy o‘lcham 4/4, sekin, mayin ijro etiladi.D.h. I pozitsiya, uskunaga qarab turiladi.1 takt 4/4.Bir deganda harakatdagi oyoq battement tendu orqali orqaga yoziladi.Ikki deganda harakatdagi oyoq uchi pol bo‘ylab sirpanib, II pozitsiyaga qadar yarim doira hosil qiladi, harakatdagi oyoq kafti tayanch oyoq kafti qarshisida bo‘ladi. Uch deganda harakatdagi oyoq I pozitsiyaga yig‘iladi.To‘rt deganda holat saqlanadi. To‘rtinchi taktga bir deganda harakatdagi oyoq battement tendu orqali II pozitsiyaga yoziladi. Ikki deganda harakatdagi oyoq oldinga olinadi, harakatdagi tovon tayanch oyoq tovonni qarshisida turadi. Uch deganda harakatdagi oyoq I pozitsiyaga yig‘iladi.To‘rt deganda holat saqlanadi.

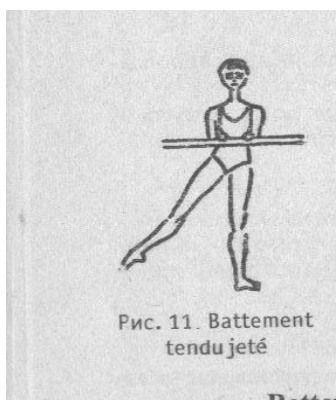
Mavzuni mustaxkamlash uchun savollar:

1. Demi rond de jambe par terre tarjimasini qanday ?
2. Rond de jambe par terre nechinchil pozitsiyalarda ijro etiladi?
3. Shu xarakatlarning musiqiy o‘lchovi?

3-amaliy mashg‘ulot: Battements tendus plié soutenu I va V pozitsiyada.

I va V pozitsiyalardan demi-plié bilan battement tendu

Musiqiy o‘lcham 4/4, 2/4.Harakatdagi oyoq xohlagan yo‘nalishda yoziladi va I-V pozitsiyalarga qaytiladi, so‘ngra har ikki oyoqda demi-plié qilinadi.



I va V pozitsiyalardan battement tendu jeté

Musiqiy o'lcham $2/4$. 2 taktda o'rganiladi $2/4$, keyin bir takt $2/4$. Battement tendu jeté – qadam tashlash bilan qilinadigan sun'iy harakatlar. Ular tos suyagi bilan son suyagini tutashtiradigan bo'g'inlar va boldir suyagi bilan tovon suyagini biriktiruvchi bo'g'inlar harakatchanligini rivojlantiradi, oyoq harakatining kuchi va yengilligini ta'minlaydi. Boshida battement tendu jeté uskunaga qarab, keyinroq bir qo'l bilan I, V pozitsiyalardan o'rganiladi. D.h. V pozitsiya, chap qo'l uskunada, o'ng qo'l tayyorgarlik holatida, o'ng oyoq oldinda. Taktdan so'ng $2/4$ préparation - qo'llar tayyorgarlik holatidan I pozitsiya orqali II pozitsiyaga yoziladi.

Battement tendu jeté yonga

D. h. V pozitsiya. Bir deganda harakatdagi oyoq sirpanuvchan harakat bilan 30° ga yonga keskin tashlanadi, bosh to'g'riga qaragan, tovon, harakatdagi oyoq uchi tayanch oyoq tovoniga qarshi joylashadi. Ikki deganda oyoq V pozitsiyaga yig'iladi, oldinga yoki orqaga.

Battement tendu jeté oldinga

D. h. V pozitsiya. Bir deganda harakatdagi oyoq sirpanuvchan harakat bilan 25° balandlikda oldinga keskin tashlanadi, bosh II pozitsiyaga yozilgan qo'lga qayrilgan, harakatdagi oyoq uchi tayanch oyoq tovonni qarshisida. Ikki deganda oyoq V pozitsiyaga yig'iladi.

Battement tendu jeté orqaga

D. h. V pozitsiya. Chap qo'l uskunada, o'ng oyoq orqadan. Bir deganda harakatdagi oyoq sirpanuvchan harakat bilan 30° balandlikka aniq tashlanadi, oyoq oxirigacha

tortilgan, tovon pastga qaragan. Bosh II pozitsiyaga yozilgan qo'lga qayrilgan, harakatdagi oyoq tayanch oyoq tovonni qarshisida. Ikki deganda oyoq V pozitsiyaga yig'iladi. Tovuon vivorotnaY. Avval harakatni sekin tempda, har bir yo'nalishni alohida o'rganamiz. Keyin oldinga, yonga, orqaga va yonga.

Mavzuni mustaxkamlash uchun savollar:

1. Battements tendus plié soutenu so'zining ma'nosi?

2. Battement tendu jeté musiqiy o'lchovi?

Preparation rond de jambe par terre en dehors et en dedans.

Preparation(mashqlar boshlanish oldidan bajariladigan tayyorgarlik xolati) rond de jambe par terre en dehors va en dedans. Mus.o'lchov 4/4. 1-pozitsiyada chap qo'l uchkunada, o'ng qo'l tayyorgarlik xolatida. Bir ga 1-pozitsiyaga Demi plie, qo'l tayyorgarlik xolatida, bosh o'nga qaratilgan. Ikki ga ishchi oyoq Battements tendus orqali oldinga ochiladi. Shu paytda qo'l tayyorgarlik xolatidan 1-pozitsiyaga ko'tariladi, bosh chap yelkaga egiladi, nigoh o'ng qo'l panjasida, qad rostlangan. Uch ga ishchi oyoq 2-pozitsiya tomon ochiladi, tayanch oyoq cho'ziladi, qo'l 1- pozitsiyadan 2-pozitsiyaga yoziladi. Og'irlik markazi tayanch oyoqda. Bosh o'ng qo'lga qaratilgan. To'rt ga xolat saqlanadi.

Sur le cou de pied. Oyoqning to'piqdagi holati, bukilgan oyoq uchining oldinga va orqaga holati. Musiqiy o'lcham 4/4. Sur le coup-de-pied – tayanch oyoq to'pig'ida oldindan va orqadan harakatdagi oyoq holati. Shartli sur le coup-de-piedda harakatdagi oyoq kafti to'piq ustida, aniqrog'i, tayanch oyoq suyagi ustida joylashadi. Sur le coup-de-pied oldinga (quchoqlash) – harakatdagi oyoq kafti tayanch oyoq to'pig'ini mahkam ushlab oladi, tovon oldidan joylashadi, barmoqlar orqaga tisarilgan, ko'tarilish va barmoqlar cho'zilgan. Sur le coup-de-pied orqadan – harakatdagi oyoq kafti tovonni bilan orqadan tayanch oyoq to'pig'iga tekkiziladi, ko'tarilish va barmoqlar cho'zilgan. Ushbu holatni o'rganishga kirishganda – préparationda oyoq yonga uzaytiriladi, keyinchalik oyoqni bevosita V pozitsiyadan sur le coup-de-piedga ko'tarish mumkin. Ikki taktida o'rganiladi, 4/4, avval uskunaga qarab, keyin bir qo'lda tayoqchani ushlab o'rganiladi. D.h.V pozitsiya, uskunaga qarab turiladi. Harakatdagi oyoq préparationda yonga uzaytiriladi. Birinchi takt: Bir va ikki deganda harakatdagi oyoq vivorotnom holatda egilib va tizzada ushlanib, shartli sur le coup-de-piedga olib boriladi. Uch va to'rt deganda holat saqlanadi. Ikkinchi takt: Bir va ikki deganda holat saqlanadi. Uch va to'rt deganda oyoq uchi polda II pozitsiyaga yoziladi. Bir taktida 4/4da

o'rganiladi. Bir deganda harakatdagi oyoq uchi bilan II pozitsiya tomon yoyiladi. Ikki deganda egilib, harakatdagi oyoq orqadan yoki quchoqlagan holda sur le coup-de-piedga olib boriladi. Uch deganda oyoq II pozitsiyaga yoziladi, oyoq uchi polda. To'rt deganda harakat V pozitsiyada oldinga yoki orqaga tugallanadi. Bir taktda 4/4da o'rganiladi. Bir deganda oyoq V pozitsiyadan shartli sur le coup-de-piedga ko'tariladi. Ikki deganda holat saqlanadi. Uch deganda harakatdagi oyoq V pozitsiyaga tushiriladi. To'rt deganda holat saqlanadi.

Battements frappes. "zarba", tovon bilan boldir suyagi bilan tovon suyagini biriktiruvchi bo'g'inga kichkina zarba berish va oyoq uchi holatiga yoki 45° ga tizza bo'g'inida tezda egilish. Musiqiy o'lcham 4\4, 2\4. Battement frappé – zarb beruvchi harakat. Mazkur harakat oyoqning pastki qismi – tizzadan to barmoqlargacha bo'lgan qismini boshqarish, oyoqni aniq egish va rostlash malakasini shakllantiradi, oyoqlar kuchini rivojlantiradi. Battement frappé yonga, oldinga va orqaga bajariladi, o'rganish avvalida oyoq uchida, keyinroq esa 45°ga ijro etiladi. Harakat uskunaga qarab, sekin sur'atda, bir tekis o'rganiladi. Bir taktda 4\4 yonga. D.h. V pozitsiya, o'ng qo'l oldinda, uskunaga qarab. 2 kirish akkordda – préparation, o'ng oyoq II pozitsiya tomon oyoq uchida uzatiladi. Bir deganda harakatdagi oyoq yuqori qismini arakatlantirmasdan, son va tizza vivorotnostligini saqlab, asosiy sur le coup-de-piedga oldinga (qulochlab) egilib, yengilgina zarb bilan tayanch oyoqqa egiladi. Ikki deganda holat saqlanadi. Uch deganda harakatdagi oyoq yuqori qism vivorotnostligini ushlab turib aniq II pozitsiya tomon cho'ziladi. To'rt deganda holat saqlanadi. So'ngra battement frappé orqalama sur le coup-de-piedda bajariladi, tananing tos va son qismi qimirlamasdan rostlangan. Bosh enfaceda, battement frappé oldinga va orqaga bajarilganda bosh yonga qayriladi.

Mavzuni mustaxkamlash uchun savollar:

1. Préparation rond de jambe par terre en dehors musiqiy o'lchovi?
2. Sur le cou de pied xarakatini o'rganishdagi xolat?
3. Battements frappe xarakatining manosi?

Sur le coup-de-pied.

Sur le coup-de-pieddagi retit battement

Musiqiy o'lcham 4/4, 2/4.1 taktda 4/4 da o'rganiladi, dastlab uskunaga qarab, keyinroq 1 taktda 2/4. Petits battements – kichik battements. Ushbu harakat harakatdagi oyoqni orqadan yoki teskarisiga sur le coup-de-pied holatidan aniq olishdan iborat. D.h. V pozitsiya, o'ng oyoq oldinda, uchkunaga qarab turiladi.

Préparation: Bir va ikki deganda o'ng oyoq II pozitsiyaga oyoq uchida yoziladi.

Uch va to'rt deganda quchoqlovchi sur le coup-de-piedga egiladi. Bir va ikki deganda harakatdagi oyoq yonga yoziladi. Uch va to'rt deganda harakatdagi oyoq sur le coup-de-piedda orqadan tovon bilan siqiladi. Sur le coup-de-piedda petit battementni ijro etishda oyoqning yuqori qismi – son va tizza harakatlanmaydi, tizzadan oyoq kaftigacha bo'lgan quyi qism erkin harakat qiladi. Harakatdagi oyoqning kafti vivorotna va cho'zilgan.

Bir qo'lda retit battement

D.h. V pozitsiya, chap qo'l uskunada, o'ng oyoq oldinda. Préparation :

I deganda qo'l panjasi bilan «nafas olish». Bir va ikki deganda o'ng qo'l tayyorgarlik holatidan I pozitsiyaga ko'tariladi, bosh chap yelkaga qayriladi, qo'l panjasiga nazar tashlanadi. Uch deganda qo'l ayni paytda harakatda bo'lgan oyoq bilan II pozitsiyada polga tashlanadi. Bosh yonga qayriladi. To'rt deganda harakatdagi oyoq quchoqlovchi sur le coup-de-piedga egiladi. I deganda harakatdagi oyoq yonga qaytadan ochiladi. Ikki deganda sur le coup-de-piedda orqadan tovon bilan siqiladi. Uch deganda harakatdagi oyoq yonga qaytadan ochiladi. To'rt deganda quchoqlovchi sur le coup-de-piedga siqiladi.

Harakat yakunida 2 yakuniy akkordda harakatdagi oyoq yonga oyoq uchida qo'yiladi va ayni paytda qo'l bilan dastlabki holatga yig'iladi.

Mavzuni mustaxkamlash uchun savollar:

1. Petits battements sur e cou de pied xarakatini o'rganish?
2. Petits battements sur e cou de pied musiqiy o'lchovi?

Battements frappes

vattement frappé

Musiqiy o'lcham 2\4. Boshida battement frappé butun tovonda almashadi, keyin polupalsaxlarda. Vatement frappéga rréparation ham polupalsaxlarda

bajariladi. Bir deganda qo‘l I pozitsiyaga ko‘tariladi, ikkala oyoq polupalsaxlarda V pozitsiyada turadi. Ikki deganda harakatdagi oyoq qo‘l bilan birgalikda II pozitsiyaga 45°ga yoziladi. Mashq oxirida harakatdagi oyoq polupalsilarda V pozitsiyaga olib boriladi va qo‘l bilan birgalikda V pozitsiyaga to‘liq tovonga tushiriladi. Bir taktli 2\4 yonga. D.h. V pozitsiya, chap qo‘l uskunada turadi, o‘ng oyoq oldinda. Bir deganda harakatdagi oyoq yuqori qismining turg‘unligini, son va tizzaning vivorotnostligini saqlagan holda tayanch oyoqqa yengilgina zarb berib asosiy sur le coup-de-piedga oldinga egiladi, Ikki deganda harakatdagi oyoq yonga 45°ga yoziladi. Mashq oxirida harakatdagi oyoq polupalsilarda V pozitsiyaga olib boriladi va qo‘l bilan birgalikda V pozitsiyaga to‘liq tovonga tushiriladi. Keyin battement frappé orqalama sur le coup-de-piedda bajariladi. Og‘irlik markazi tayanch oyoqda bo‘ladi, tananing tos-son qismi harakatsiz va rostlangan. Bosh en faceda, oldinlama va orqalama battement frappéni bajarishda bosh yonga qayriladi.

Oldinlama vatterment frappé 45°da

D.h. V pozitsiya, chap qo‘l uskunada turadi, o‘ng oyoq oldinda. Préparation. Bir deganda qo‘l I pozitsiyaga ko‘tariladi, ikkala oyoq V pozitsiyada polupalsilarda turadi. Ikki deganda harakatdagi oyoq qo‘l bilan birgalikda II pozitsiyaga 45°da yoziladi. Bir deganda harakatdagi oyoq shaxdam qulochlovchi sur le coup-de-piedga egiladi, son tezda yonga olinadi. Ikki deganda oyoq shaxdam oldinga 45°ga uzatiladi, harakatdagi oyoq tovoni oldinga olib boriladi. Mashq oxirida harakatdagi oyoq V pozitsiyada polupalsilarga olib boriladi va qo‘l bilan birgalikda V pozitsiyaga to‘liq tovonga tushiriladi.

45°ga vatterment frappéni ijro etishda harakatdagi oyoq bir nuqtaga qaytishi lozim.

Orqalama vatterment frappé

D.h. V pozitsiya, yuqorida ko‘rsatilgan préparation. Bir deganda harakatdagi oyoq orqadan sur le coup-de-piedga keskin qayriladi, tayanch oyoqqa zarb beriladi, son vivorotnoye. Ikki deganda harakatdagi oyoq orqaga 45°da tortiladi, oyoq kaftining yo‘nalishi tayanch oyoq tovoni qarshisida. Mashq oxirida harakatdagi oyoq V pozitsiyada polupalsilarga olib boriladi va qo‘l bilan birgalikda V pozitsiyaga to‘liq tovonga tushiriladi.

Polupalsaxlarda vatterment double frappé

Musiqiy o'lcham 2/4. Ushbu harakat battement frappéning murakkablashgan shakli hisoblanadi. Harakatdagi oyoqning oldinlama va orqalama sur le coup-de-piedga qo'shaloq olinishi. Qo'shaloq olingandan keyin harakatdagi oyoq kerakli yo'nalishga olinadi. Mazkur harakatni o'rganishda battement frappéning qoidasi saqlanadi. D.h. V pozitsiya, chap qo'l uskunada turadi, o'ng oyoq oldinda. Préparation. Bir deganda qo'l I pozitsiyaga ko'tariladi, har ikki oyoq V pozitsiyada polupalsilarda turadi. Ikki deganda harakatdagi oyoq qo'l bilan birga II pozitsiyaga 45°da ko'tariladi. I deganda oyoq yonga yoziladi.

Ikki deganda harakatdagi oyoq orqadan sur le coup-de-piedga egiladi.

I deganda oyoq yonga yoziladi. Ikki deganda holat saqlanadi. Yonlama battement frappédan so'ng harakat oldinga va orqaga o'rganiladi. II pozitsiyadan oyoq orqadan qulochlovchi sur le coup-de-piedga olib boriladi va yonga uzatiladi. Og'irlik markazi tayanch oyoqda. Bir taktli 2/4. D.h. V pozitsiya, o'ng oyoq oldinda. Préparation: Bir deganda o'ng qo'l I pozitsiyaga ko'tariladi. Ikki deganda harakatdagi oyoq qo'l bilan birga 45°da yonga yoziladi. Bir deganda sur le coup-de-pied oldinga. I deganda sur le coup-de-pied orqadan. Ikki deganda oyoq 45°da yonga yoziladi. Mashq oxirida harakatdagi oyoq V pozitsiyaga polupalsilarda olib boriladi va qo'l bilan birga bor tovonda V pozitsiyaga tushiriladi. Mashq 4dan 8 martaga qadar bajariladi.

Mavzuni mustaxkamlash uchun savollar:

1. Battements frappes musiqiy o'lchovi?
2. Battements doubles frappes 45° xarakatini o'rganish?

Battements fondus.

vattement fondu

Musiqiy o'lcham 2/4. Vattement fondu relevéda tayanch oyoq polupalsaxlarda xuddi harakatdagi oyoqning 45°da uzatilishi bilan mos keladi. Tayanch oyoq tovoni tizza tortilgandan keyin ko'tariladi. Birinchi takt: Bir deganda ikkala oyoq bir tekis da egiladi, tayanch oyoq demi-pliéni boshlaydi, harakatdagi oyoq shartli sur le coup-de-piedga olib boriladi. Ikki deganda ikkala oyoq tos-suyak bo'g'inida vivorotnostlikni ushlab turib, ayni paytda sekin uzaytiriladi: harakatdagi oyoq yonga 45°ga, tayanch oyoq relevéga ko'tariladi.

Battement fondu oldinga

D.h. V pozitsiya, chap qo‘l uskunada turadi, o‘ng oyoq oldinda. Ikki kirish akkordda – *préparation*. I deganda o‘ng qo‘lda “nafas olish”. Bir deganda qo‘l I pozitsiyaga ko‘tariladi, bosh chap yelkaga qayriladi, qo‘l panjalariga qarash qilinadi. Ikki deganda qo‘l yonga yoziladi. O‘ng oyoq uchi polda II pozitsiyaga yoziladi, bosh o‘ngga qayrilgan. Bir deganda ikki oyoq asta-sekin va bir paytda egiladi, tayanch oyoq *demi-plié*da, harakatdagi oyoq shartli sur le *coup-de-pied*ga oldinga olib boriladi. Ikki deganda ikki oyoq bir paytda tovonni ushlab oldinga egiladi, gavda rostlangan.

45° orqaga vatement fondu

D.h. V pozitsiya, chap qo‘l uskunada, o‘ng oyoq oldinda. Bir deganda tayanch oyoq *demi-plié* qiladi, harakatdagi oyoq V pozitsiyadan tizzada yonga surilib orqalama le *coup-de-pied*ga ko‘tariladi, sonlar tekis turadi. Ikki deganda tayanch oyoq *demi-plié*dan tortiladi, harakatdagi oyoq sonni *vivrotnom* holatda ushlab turib, tizzalarni tushirmay, sonlarni tekis ushlab 45°ga uzatiladi, harakatdagi oyoq uchi tayanch oyoq kafti qarshisida bo‘ladi. Harakatdagi oyoq tovonni bilan sur le *coup-de-pied*ga siqilgan. Vatement fondu harakati hamma tomonga ikki martadan kam bo‘lmagan holatda o‘rganiladi. Oldinlama va orqalama *battement fondu*ni o‘rganishda bosh II pozitsiyaga yozilgan qo‘lga qayriladi. Yonlama *battement fondu*ni o‘rganishda bosh *en faceda*.

45° da yonga vatement soutenu

Musiqiy o‘lcham 2/4. D.h. V pozitsiya, chap qo‘l uskunada, o‘ng qo‘l tayyorgarlik holatida, o‘ng oyoq oldinda. *Préparation*. 1/8da – qo‘l panjalari bilan “nafas olish”. 1/8da – oyoqlar tayyorgarlik holatiga ko‘tariladi, qo‘llar tayyorgarlik holatiga yig‘iladi. 1/8da – harakatdagi oyoq shartli sur le *coup-de-pied*ga ko‘tariladi, qo‘l I pozitsiyada, bosh qarama-qarshi yelkaga qayrilgan. Bir deganda tayanch oyoq tovonda polga tushirilib, *demi-plié*ni boshlaydi, harakatdagi oyoq *vivrotno* oldinga 45°da yoziladi, qo‘l II pozitsiyaga qayta yoziladi, bosh o‘ngga qayriladi. I deganda tayanch oyoq *demi-plié*ni davom ettiradi, harakatdagi oyoq 45°ga yoziladi. Ikki deganda harakatdagi oyoq V pozitsiyaga yig‘iladi, tayanch oyoq *demi-plié*dan uzatiladi. I deganda keyingi *soutenu* uchun takt. *Battement soutenu* 45°da oldinga va orqaga boshni yonga qayirib ijro etiladi. *Battement soutenu* yonga, bosh to‘g‘riga qaragan. Shuningdek, *vatement soutenu* harakati *en face* hamda *croisée* va *effacée* oralig‘ida ham ijro etiladi.

Mavzuni mustaxkamlash uchun savollar:

1. *Battements fondus* musiqiy o‘lchovi?

2. Battements soutenu xarakatini o‘rganish?

Bog‘lovchi va yordamchi xarakatlar.

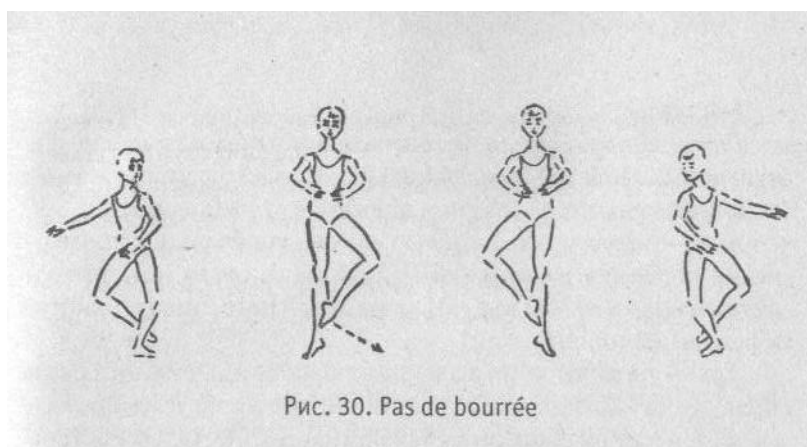
Bog‘lovchi va yordamchi harakatlar.

Pas de bourree; barcha yo‘nalishlarda oyoqlarni almashtirib yoki almashtirmasdan ijro etiladigan shaxdam yoki tutash raqs qadamlari.

Pas couru; Yugurish Coupe; Kesish Shag; Qadam Flic-Flac; Silab-silab

Passe; “o‘tish”, “o‘tkazish”, yordamchi harakat, harakatdagi oyoqni bir ochiq holatdan boshqasiga olish.

Temp-releve; tovonni oyoq uchiga tortish hamda oyoqning xohlagan holatiga tushirish.



Oyoqlar almashinuvi bilan ras de bourrée

Musiqiy o‘lcham 4/4, 3/4, 2/4. Pas de bourrée– qadimgi xalq burening asosiy harakati. U oyoq kaftining harakatchanligini rivojlantiradi, oyoq harakatlariga aniqlik va epchillik bag‘ishlaydi. Pas de bourrée uskunaga qarab, keyin zal o‘rtasida bajariladi.

Bir taktli 4/4 en dehors

D.h. Epaulement croisé, V pozitsiya, o'ng oyoq oldinda. 2/4da rréparation. Bir deganda taktdan so'ng qo'llar qayta ochilib, I pozitsiyaga ko'tariladi. Ikki deganda o'ng oyoqda demi-plié, ayni paytda chap oyoq sur le coup-de-piedga ko'tariladi, o'ng qo'l I pozitsiyada qoladi, chap qo'l yonga yoziladi, bosh o'ngga qayriladi. Bir deganda en facega qayrilish bilan chap oyoqda turiladi, o'ng oyoq shartli sur le coup-de-piedga o'tkaziladi, og'irlik markazi o'ng oyoqda, qo'l va bosh holati o'zgarmaydi. Ikki deganda o'ng oyoqda II pozitsiya masofasida qadam tashlanadi, chap oyoq shartli sur le coup-de-piedga o'tkaziladi, og'irlik markazi o'ng oyoqda, qo'l va bosh holati o'zgarmaydi. Uch deganda tana épaulement croiséga qayriladi, chap oyoq demi-pliéga tushiriladi. o'ng oyoq orqadan sur le coup-de-piedga ko'tariladi, o'ng qo'l II pozitsiyaga yoziladi, chap esa I pozitsiyada qoladi. Bosh chapga qayriladi. To'rt deganda holat saqlanadi.

Ikkinchi taktda harakat boshqa tomonga qaytariladi.

2 taktli 4/4 en dedans

D.h. Epaulement croisé, V pozitsiya, o'ng oyoq oldinda. Préparation 2/4da.

Ikki kirish akkordda rréparation Bir deganda taktdan so'ng qo'llar yozilib, I pozitsiyaga ko'tariladi, bosh chapga qayriladi. Ikki deganda chap oyoqda demi-plié, ayni paytda o'ng oyoq shartli sur le coup-de-piedga ko'tariladi, chap qo'l I pozitsiyaga, o'ng qo'l yonga yoziladi, bosh o'ngga qayriladi. Birinchi takt:

Yen face qayrilishi, yuqori o'ng tayyorgarlik holatidagi oyoqda turiladi, chap oyoq sur le coup-de-piedga ko'tariladi, qo'llar I pozitsiyaga yig'iladi.

Ikki deganda tayyorgarlik holatidagi oyoqda turiladi, o'ng oyoq sur le coup-de-piedga olib boriladi. Og'irlik markazi o'ng oyoqda, bosh va qo'llar holati o'zgarmaydi.

Uch deganda gavdaning qayrilishi épaulement croiséda demi-plié bo'yicha o'ng oyoqqa tushiriladi, chap oyoq shartli sur le coup-de-piedga ko'tariladi, chap qo'l I pozitsiyada qoladi, bosh chapga qayriladi. Ikkinchi takt: Demi-pliéda pauza (keyinchalik pauza qilinmasdan, harakat boshqa tomonga qatariladi). Harakat yuqori polupalsaxda bajariladi. Oyoqlar - vivorotnie, gavda rostlangan.

Port de bras – qo'l harakati. Ushbu harakat raqsdagi koordinatsiya (muvofiglashuv)ni rivojlantiradi. Musiqiy o'lcham 4/4, 3/4. Musiqa ohista jo'r bo'ladi, sekin sur'atda. Dastlab harakat en faceda erkin holatda o'rganiladi, keyin épaulement croisé pozitsiyasida. Port de bras har bir oyoqda 2-4 marta bajariladi.

To'rt taktli I port de bras 4/4

D.h. Epaulement croisé V pozitsiya, o'ng oyoq oldinda Birinchi takt: Bir va ikki deganda qo'llar tayyorgarlik holatidan I pozitsiyaga ko'tariladi, bosh chap yelkaga qayrilgan, qo'l panjalariga qarash qilinadi. Uch va to'rt deganda holat saqlanadi. Ikkinchi takt: Bir va ikki deganda qo'llar tayyorgarlik holatidan III pozitsiyaga ko'tariladi, bosh ozgina ko'tariladi, qo'l panjalariga qarash qilinadi. Uch va to'rt deganda holat saqlanadi. Uchinchi takt: Bir va ikki deganda qo'llar II pozitsiyaga yoziladi, bosh o'ngga qayrilgan, Uch va to'rt deganda holat saqlanadi. To'rtinchi takt: Bir va ikki deganda qo'l panjasi kafti bilan pastga qayriladi, qo'llar tayyorgarlik holatiga tushiriladi, bosh o'ngga qayriladi. Uch va to'rt deganda holat saqlanadi. Chap oyoqda harakat takrorlanadi.

Ikki taktli I port de bras 4/4

D.h. V pozitsiyadagi épaulement croisé, chap oyoq oldinda. Birinchi takt: Bir va ikki deganda qo'llar tayyorgarlik holatidan I pozitsiyaga ko'tariladi. Uch va to'rt deganda qo'llar I pozitsiyadan III pozitsiyaga ko'tariladi. Ikkinchi takt: Bir va ikki

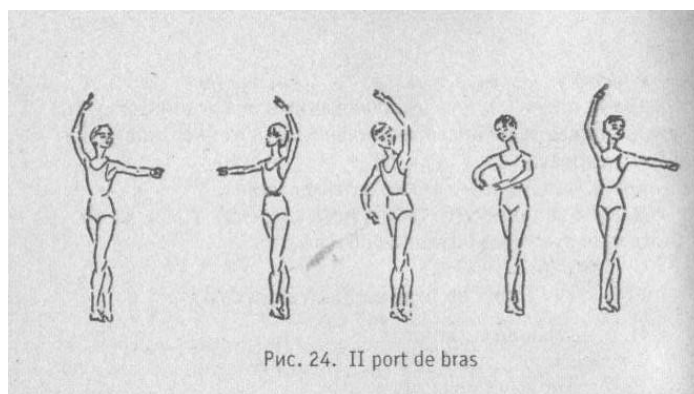
deganda qo‘llar III pozitsiyadan II pozitsiyaga yoziladi. Uch va to‘rt deganda qo‘llar II pozitsiyadan kafti bilan pastga qayriladi va tayyorgarlik holatiga yig‘iladi.

II port de bras

Musiqiy o‘lcham ikki taktli 4/4.

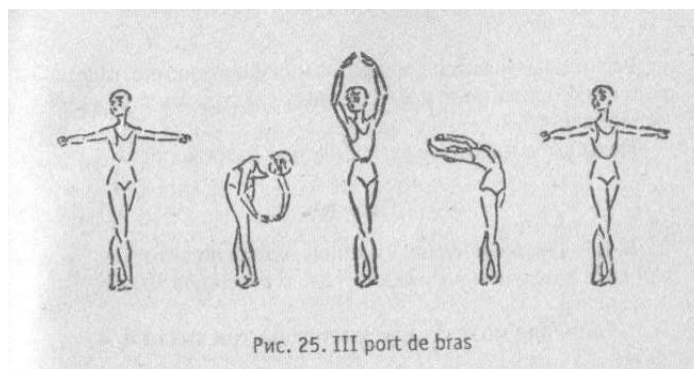
D.h. V pozitsiyadagi épaulement croisé, o‘ng oyoq oldinda. 2 boshlang‘ich akkordda préparation bajariladi.

Bir deganda qo‘llar tayyorgarlik holatidan I pozitsiyaga ko‘tariladi, bosh chap yelkaga qayrilgan, qo‘l panjalariga qarash qilinadi.



Ikki deganda chap qo‘l III pozitsiyaga ko‘tariladi, o‘ng qo‘l II pozitsiyaga yoziladi, bosh o‘ngga qayriladi. Birinchi takt: Bir va ikki deganda chap qo‘l II pozitsiyaga yoziladi, bosh chapga qayriladi, chap qo‘l panjalariga qarash qilinadi. Uch va to‘rt deganda chap qo‘l kafti bilan pastga tayyorgarlik holatiga tushirilib, o‘ng qo‘l III pozitsiyaga ko‘tariladi, bosh o‘ngga qayriladi, o‘ng qo‘l panjalariga qarash qilinadi. Ikkinchi takt: Bir va ikki deganda chap qo‘l I pozitsiyaga ko‘tariladi, o‘ng qo‘l ayni paytda I pozitsiyaga tushiriladi, bosh chap yelkaga qayriladi. Uch va to‘rt deganda chap qo‘l III pozitsiyaga ko‘tariladi, o‘ng qo‘l II pozitsiyaga olib boriladi,

bosh o'ngga qayriladi. 2 yakunlovchi akkordda: Bir deganda chap qo'l II pozitsiyaga yoziladi. Ikki deganda har ikki qo'l tayyorgarlik holatiga tushiriladi.



III port de bras

Musiqiy o'lcham ikki taktli 4/4.

D.h. V pozitsiyadagi épaulement croisé, o'ng oyoq oldinda. Dastlabki 2 akkordda préparation qilinadi. Bir deganda qo'llar tayyorgarlik holatidan I pozitsiyaga ko'tariladi. Ikki deganda qo'llar I pozitsiyadan II pozitsiyaga yoziladi, bosh o'ngga qayriladi. Birinchi takt: Bir va ikki deganda tana belni rostlagan holda pastga egiladi, oyoqlar uzatilgan. Ayni paytda qo'llar I pozitsiyaga qadar tushiriladi, o'ng qo'lga qarash qilinadi. Uch va to'rt deganda tana dastlabki holatga keltiriladi, qo'llar I pozitsiya orqali III pozitsiyaga ko'tariladi, bosh o'ngga qayriladi. Ikkinchi takt: Bir va ikki deganda tana kuraklardan boshlab orqaga egiladi, yelkalar tekis, egilish xipcha belga o'tganda oyoqlarning siqiligi va sonlarning tarangligi imkon darajasida, bosh o'ngga qayrilgan. Uch va to'rt deganda tana rostlanadi, qo'llar port de brasni tugallab, II pozitsiyaga yoziladi. 2 yakunlovchi akkordda qo'llar II pozitsiyadan tayyorgarlik holatiga tushiriladi.

Mavzuni mustaxkamlash uchun savollar:

1. Necha bog'lovchi xarakatlar bor?
- 2 Port de bras nechta ko'rinishlari bor?

Klassik raqsdagi pozalar.

1. Qo‘l xarakatini o‘rganish.

2. Qo‘l xarakatlarini bajarish.

Kalit so‘zlar. qo‘l, mushak, tortish, barmoq, sirpanish.

Qo‘llar uchun mashq

Musiqiy o‘lcham 4 taktli 4/4, zal o‘rtasida ijro etiladi.

Birinchi mashq.

Dastlabki holat – oyoqlarning erkin I pozitsiyasi

1-takt 4/4. Qo‘llar tayyorgarlik I pozitsiyaga ko‘tariladi.

2-takt 4/4. Qo‘llar III pozitsiyaga ko‘tariladi.

3-takt. Qo‘llar I pozitsiyaga tushiriladi.

4-takt . Dastlabki holatga tushiriladi.

Ikkinchi mashq.

Musiqiy o‘lcham 4 taktli 4/4.

1-takt. Qo‘llar I pozitsiyaga ko‘tariladi.

2-takt. II pozitsiyaga yoziladi.

3-takt. I pozitsiyaga qaytiladi.

4-takt. Dastlabki holatga tushiriladi.

Qo‘l harakatlarini mashq qilganda gavda rostlangan, tirsaklar tirsak bo‘g‘inining doirasini saqlaydi, panjalar yig‘ilgan, bo‘yin qisinmagan, iyak tushirilmagan.

Qo‘llarning III pozitsiyasi o‘zlashtirilgach, uskuna oldidagi mashq paytidagi qo‘llar holati bir qo‘l bilan uskunani ushlagan holda o‘rganiladi.

Uskunaga chap biqin bilan turamiz, tana va uskuna orasidagi masofa qo‘lning II pozitsiyasidagi kabi: tirsak tushirilgan, panja uskunani ushlagan holda erkin holatda. O‘ng qo‘l tayyorgarlik holatidan I pozitsiyaga ko‘tariladi, bosh sekin chapga qiyshaytiriladi, o‘ng qo‘l panjalari orasidan qarash, I pozitsiyadan qo‘llar III pozitsiyaga ko‘tariladi. Bosh sekin ko‘tariladi, ko‘tarilgan qo‘ldan tirsakka qarash, III pozitsiyadan qo‘l II pozitsiyaga tushiriladi, bosh o‘ngga qayriladi,

bo‘yin erkin holatda, qo‘l panjalari kafti bilan pastga qayiramiz (allongé-allonje holati) va tirsakda aylana shaklni saqlagan holda dastlabki holatga tushiramiz.

Préparation - tayyorgarlik.

Musiqiy o‘lcham: 4/4.

Préparation – harakatga tayyorlanish.

Dastlabki holat (d.h.) V pozitsiya, chap qo‘l uskunada, o‘ng oyoq olddinda.

Bir taktda 4/4.

Bir deganda o‘ng qo‘l I pozitsiyaga ko‘tariladi, bosh sekin o‘ng yelkaga egiladi, ko‘z qo‘l panjalariga qaratiladi.

Ikki deganda holat saqlanadi.

Uch deganda qo‘l II pozitsiyaga yoziladi, bosh ochiq qo‘l tomonga qayriladi.

To‘rt deganda holat saqlanadi.

1-semestrning 2-yarmidan préparation bir taktda 2/4 da ijro etiladi.

Takt davomida qo‘l “nafas olish”ni bajaradi, ya’ni qayta yoziladi.

Bir deganda qo‘l I pozitsiyaga ko‘tariladi, bosh chap yelkaga egiladi, qo‘l panjalariga qarash qilinadi, ikki deganda II pozitsiyaga olib boriladi. Mashq oxirida qo‘l dastlabki holatga yig‘iladi.

Mavzuni mustaxkamlash uchun savollar:

1. Qo‘l pozitsiyalarini o‘rganish?
2. Préparation ga tayyorgarlik ?
3. Shu xarakatlarning musiqiy o‘lchovi?

Port de bras.

Demi-plies I,II,V va IV pozitsiyalarda.

Demi-plies-yarim “ o‘tirish”. Mus.o‘lchov 4/4,sekin, mayin. Bu xarakat paylarni, tizza va boldir suyagi bilan tovon suyagini biriktiruvchi bo‘g‘inlarni, oyoqlarning

egiluvchanligi va vivorotnostligini rivojlantiradi. Demi-plies xam uskunaga qarab o'rganiladi, qo'llar holati ham xuddi qadni rostlash kabi. Bir qo'lda pliesni bajarishda tayanch qo'l uskunada erkin turadi, bo'sh qo'l II pozitsiya tomon yoziladi, bosh o'nga yo'nalgan. Dastlabki holat uskunaga qaragan holda , oyoqlar deyarli vivorotniye, yelka va sonlar tortilgan, oyoq tovonlar polga yopishgan, tizzalar yonga yoyilgan. Birinchi taktda o'tiramiz, ikkinchi taktda turamiz, ikkala holatda xam tovonlarni bosamiz. Demi-plies I,II,V pozitsiyalarda , keyinroq 4 pozitsiyada o'rganiladi. Boshida Demi-plies 4 martadan, so'ngra 2 martadan bajariladi.

Grand-plies I,II,V, IV pozitsiyadan.

Grand-plies-To'liq “ o'tirish”. Mus.o'lchov 4/4,sekin, mayin.Bu harakat xam xuddi Demi-plies harakati bilan bir xilda ijro etiladi, faqat “ o'tirish” jarayoni to'liq, joylashib bajariladi.

Mavzuni mustaxkamlash uchun savollar:

1. Demi-plies -so'zining manosi?
2. Grand-plies-so'zining manosi?
3. Shu xarakatlarning musiqiy o'lchovi?

V. KEYSLAR BANKI

“Кейс-стади” методи

T\R	Ingliz	O‘zbek	Rus	Anotasiya
1	adagio	cekin	medlenno	Kompleks dvijeniyy v ekzersise, osnovanniy na razlichnix formax releve i developpes
2	a la seconde	yonga	v storonu	Poza klassicheskogog tansa, noga podnyata v storonu cherez II pozitsiyu na 90° i vishe
3	allonge	Uzaytirish (qo‘l)	udlinyonniiy	Polojeniye ruk v poze klassicheskogo tansa, lokti ruk vipryamleni, kisti povernuti naruju, chto pridayet poze “letyashiy” xarakter



1. O‘quv –uslubiy materiallarni o‘zlashtirish
2. Raqsning yozma tahlili.
3. Kombinatsiya va etyudlarlar tuzish va ularning tahlili uchun ma’lumot qidirish.
4. Kombinatsiya va etyudlar uchun musiqa qidirish.
5. Kombinatsiya va etyudlar uchun harakatlar qidirish .
6. Sakrash va raqslar kombinatsiyalari yaratish.
7. Kombinatsiyalarni yozma ravishda mustahkamlash.
8. Kombinatsiya va etyudlarni yozma hamda video ravishda mustahkamlash

VI. GLOSSARIY

№	russkiy	uzbekskiy	angliyskiy	znachenije
1.	Kompozitsiya	Kompozitsiya	Composition	Sovokupnost elementov, sostavlyayushix selostnoye xoreograficheskoye proizvedeniye
2.	Xoreografiya	Xoreografiya	Choreography	Iskusstvo tansa
3.	Klyuch	Kalit	Key	Dvijiye- zaklyucheniye muzikalnoy chasti

4.	Folklorniy tanets		National folklore dance	Vid narodnogo tansevalnogo tvorchestva, sozdanniy narodom, rasprostranenniy v bitu.
5.	Ssenicheskiy tanets	Sahnaviy	Scenic dance	Odin iz osnovnix vidov xoreograficheskogo iskusstva, prednaznachenniy dlya zriteley i predpolagayushiy sozdaniye xoreograficheskogo obraza na ssene.
6.	Xarakter	Fe'l	Character	Virajeniye natsionalnix osobennostey cherez plastiku dvijeniya
7.	Stil	Uslub	Style	Spetsifika tansevalnix dvijeniya opredelennoy shkoli
8.	Manera	Usul	Manner	Spetsifika ispolneniya tansa
9.	Leksika	Xarakterlar to'plami	Lexis	Nabor tansevalnix dvijeniya
10.	Virazitelnost	Ifodali	Expression	Peredacha vnutrennego sostoyaniya v plasticheskoy forme
11.	Kulminatsiya	Avj	Culmination	Naivishhaya tochka deystviya.
12.	Sinkopa	Ritmlarni bir biriga tugri kelmasligi	Syncope	Nesovpadeniye ritmicheskix i metricheskix doley.
13.	«Molotochki»	Bir oyokda sakrash	Foot hammer	Podskoki na opornoy noge s udarami polupalsami rabotayushey nogi v pol .
14.	Rakurs	Gavda xolati	Angle	tochka zreniya iz sentra zritelnogo zala na ispolnitelya
15.	«Xlopushki»	Erkaklarni oyogiga yoniga urib ritm va karsak chalishi	“Slaping”	Elementi mujskoy plyaski s xlopkami i udarami
16.	“Garmoshka”	Oyok uchlarini va tovonni bir biri bn navbat bilan birlashishi	“Bellows “	Prodviyeniye v storonu putem perevoda stop iz zakritogo polojeniya v otkritoye
17.	«Pripadaniye»	Yonga oyok uchidan butun tashlab oyok orkasida tupika kuyilishi	Limp step	Xod s prixramivaniyem (padeniyem)
18.	Vivorotnost		Unscrew pose	Otkritoye polojeniya stop i koloney.
19.	Pristavnoy shag	Ishchi oyokning oldiga yonga	Approaching step	shag s pristavkoy.

		kadam tashlashi		
20.	Peremenniy shag	ufori	Posing step	Tri posledovatelnix shaga s nebolshim aksentom na pervom shage.
21.	"Galop»	Yonga sakrashli xarakat	“galop”	bokovoy pristavnoy shag s podskokom.
22.	Narodno-ssenicheskiy tanets	Raks turi	National scenic dance	Vid ssenicheskogo tansa, predpolagayushiy xudoj. sintez elementov nar. xoreografii na osnove klassicheskogo tansa.
23.	Xarakterniy tanets	Raks turi	Character dance	Vid ssenicheskogo narodnogo tansa, obrabotannogo v sootvetstvii s kanonami klassicheskogo tansa.
24.	Pritop	Oyokni polga urish	Drub	Tri (ili dva) udara stopami po polu
25.	Motalochka	Raksdagi xolat	“Motalochka”	Dvijeniye russkogo, belorusskogo tansa
26.	Koviryalochka	Ukrain raks elementi	“Koviryalochka”	Podskoki s opuskaniyem nogi na nosok i zatem na pyatku.
27.	«Golubets»	Tayanch oyokda sakrash	“golubets”	Podbivka stopoy opornoy nogi stopi rabotayushey nogi

VII. ADABIYOTLAR RO‘YXATI

I. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining asarlari

1. Mirziyoyev SH.M. Buyuk kelajagimizni mard va olijanob xalqimiz bilan birga quramiz. – T.: “O‘zbekiston”, 2017. – 488 b.
2. Mirziyoyev SH.M. Milliy taraqqiyot yo‘limizni qat’iyat bilan davom ettirib, yangi bosqichga ko‘taramiz. 1-jild. – T.: “O‘zbekiston”, 2017. – 592 b.
3. Mirziyoyev SH.M. Xalqimizning roziligi bizning faoliyatimizga berilgan eng oliy bahodir. 2-jild. T.: “O‘zbekiston”, 2018. – 507 b.
4. Mirziyoyev SH.M. Niyati ulug‘ xalqning ishi ham ulug‘, hayoti yorug‘ va kelajagi farovon bo‘ladi. 3-jild.– T.: “O‘zbekiston”, 2019. – 400 b.
5. Mirziyoyev SH.M. Milliy tiklanishdan – milliy yuksalish sari. 4-jild.– T.: “O‘zbekiston”, 2020. – 400 b.

II. Normativ-huquqiy hujjatlar

6. O‘zbekiston Respublikasining Konstitusiyasi. – T.: O‘zbekiston, 2018.

7. O‘zbekiston Respublikasining 2020 yil 23 sentabrda qabul qilingan “Ta’lim to‘g‘risida”gi O‘RQ-637-sonli Qonuni.

8. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2015 yil 12 iyun “Oliy ta’lim muassasalarining rahbar va pedagog kadrlarini qayta tayyorlash va malakasini oshirish tizimini yanada takomillashtirish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi PF-4732-sonli Farmoni.

9. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2017 yil 7 fevral “O‘zbekiston Respublikasini yanada rivojlantirish bo‘yicha Harakatlar strategiyasi to‘g‘risida”gi 4947-sonli Farmoni.

10. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2017 yil 20 aprel "Oliy ta’lim tizimini yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi PQ-2909-sonli Qarori.

11. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2018 yil 28 avgustdagi “O‘zbekiston Respublikasida madaniyat va san’at sohasini innovatsion rivojlantirish chora-tadbirlari to‘g‘risida” gi PQ-3920-son Qarori.

12. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2018 yil 19 dekabrda “Madaniy meros obyektlarini muhofaza qilish to‘g‘risidagi PQ-4068-son Qarori.

13. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2020 yil 4 fevraldagi “Milliy raqs san’atini yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to‘g‘risida” gi PQ-4584-son Qarori.

14. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2018 yil 21 sentabr “2019-2021 yillarda O‘zbekiston Respublikasini innovatsion rivojlantirish strategiyasini tasdiqlash to‘g‘risida”gi PF-5544-sonli Farmoni.

15. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2019 yil 27 may “O‘zbekiston Respublikasida korrupsiyaga qarshi kurashish tizimini yanada takomillashtirish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi PF-5729-son Farmoni.

16. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2019 yil 27 avgust “Oliy ta’lim muassasalari rahbar va pedagog kadrlarining uzluksiz malakasini oshirish tizimini joriy etish to‘g‘risida”gi PF-5789-sonli [Farmoni](#).

17. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2019 yil 8 oktabr “O‘zbekiston Respublikasi oliy ta’lim tizimini 2030 yilgacha rivojlantirish konsepsiyasini tasdiqlash to‘g‘risida”gi PF-5847-sonli [Farmoni](#).

18. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2020 yil 29 oktabr “Ilm-fanni 2030 yilgacha rivojlantirish konsepsiyasini tasdiqlash to‘g‘risida”gi PF-6097-sonli [Farmoni](#).

19. O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti Shavkat Mirziyoyevning 2020 yil 25 yanvardagi Oliy Majlisga Murojaatnomasi.

20. O‘zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 2019 yil 23 sentabr “Oliy ta’lim muassasalari rahbar va pedagog kadrlarining malakasini oshirish tizimini yanada takomillashtirish bo‘yicha qo‘shimcha chora-tadbirlar to‘g‘risida”gi 797-sonli Qarori.

SH. Maxsus adabiyotlar

1. Bazarova N., Mey V. Azbuka klassicheskogo tansa. Uchebnoye posobiye. M.: Iskustvo, 2008
2. Kostrovitskaya V. 100 urokov klassicheskogo tansa. Uchebnoye posobiye. S-P: Vlado, 2009
3. Tarasov N.I. 95 urokov klassicheskogo tansa. Uchebnoye posobiye. SPb., ARB M.: GITIS, 2016
4. Tarasov N.I. Klassicheskiy tanets. Shkola mujskogo ispolnitelstva. Uchebnoye posobiye.- M.: Iskustvo, 1981
5. Vaganova A.Y. Osnovi klassicheskogo tansa. Uchebnoye posobiye.- L., 1980
6. Plesheyev A.A. Nash balet. Izdatelstvo PLANETA MUZIKI, 2009
7. Silkin P.A. Istoriya stanovleniya i razvitiya teorii i praktiki professionalnogo obucheniya klassicheskomu tansu. SPb; ARB, 2014.
8. Pestov P.A. Uroki klassicheskogo tansa. Uchebnoye posobiye – M.: Vsyaya Rossiya, izdatelskiy dom, 1999.
9. Blok L.D. Klassicheskiy tanets. Istoriya i sovremennost.– M., 1987.
10. Kolenchenko L.A. Metodika prepodavaniya klassicheskogo tansa. Uchebnoye posobiye – M.: MGAX, 2015.

Elektron ta'lim resurslari

1. www.ziyonet.uz
2. www.edu.uz
3. www.infocom.uz
4. www.learnenglishkids.britishcouncil.org/en/
5. www.learnenglishteens.britishcouncil.org/
6. www.learnenglish.britishcouncil.org/en/
7. www.gov.uz
8. www.dsmi.uz
9. www.dsmimarkaz.uz
10. www.unesco.org/culture/ich
11. www.ichcap.org
12. www.nmm.uz
13. www.natlib.uz

