

2013 y. 13
3-74

R. DOSMETOVA, N. ABRAYKULOVA

RAQS

TOSHKENT

O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI
OLIIY VA O‘RTA MAXSUS TA‘LIM VAZIRLIGI

R. Dosmetova N.Abraykulova

RAQS

*O‘zbekiston Respublikasi Oliy va o‘rta maxsus ta‘lim vazirligi tomonidan
5150600 Vokal san‘ati: Estrada xonandaligi va 5150600 Vokal san‘ati:
Akademik xonandalik ta‘lim yo‘nalishi uchun darslik
sifatida tavsiya etilgan*

Toshkent – 2017

UO‘K 793.3(075.8)
KBK 85.32ya73
D 74

D 74

R. Dosmetova N.Abraykulova Raqs darslik
– T.: «Barkamol fayz media», 2017, 160 bet.

ISBN 978-9943-5142-6-3

Mazkur darslik O‘zbekiston davlat konservatoriyasida 5150600 – Vokal san’ati (estrada xonandaligi) va (akademik xonandalik) bakalavriat ta’lim yo‘nalishlari bo‘yicha 1-kursida tahsil olayotgan talabalar uchun mo‘ljallangan bo‘lib, darslikda yoritilgan mavzular va janrlarni o‘zlashtirayotgan boshqa kurslar talabalari ham undan foydalanishlari mumkin.

UO‘K 793.3(075.8)
KBK 85.32ya73

Mas’ul muharrir:

D.Omonullayeva

O‘zbekiston davlat konservatoriyasi professori

Taqrizchilar:

R.R.Islamova

O‘zbekiston davlat konservatoriyasi “Estrada xonandaligi”
kafedrasi mudiri

D.Abduhakimova

TDMRXOM “Xoreografiya” kafedrasi mudiri

ISBN 978-9943-5142-6-3

© «Barkamol fayz media»

KIRISH

Mamlakatimiz rivojlanishining hozirgi davrida madaniyat va san'at taraqqiyoti oliy ta'lim tizimi bilan bevosita hamohang tarzda jadal odimlanmoqda. Oliy ta'lim tizimini yanada takomillashtirish maqsadida ta'limni jahon andozalariga mos holda ishlab chiqish masalalari ilgari surilmoqda. Bugungi kunda oldimizda jahon fani va madaniyatining eng ilg'or yutuqlarini o'zida mujassamlashtirgan, inson aql-zakovati yaratgan ma'naviy boyliklaridan bahramand bo'lgan yangi avlodni shakllantirish vazifasi turibdi. Faqat shu yo'l bilangina millatning taraqqiyot sari intilishini ta'minlovchi intellektual kuch-kadrlarni tarbiyalash mumkin.

O'zbekistonning Birinchi Prezidenti I.Karimov o'zining "Ona yurtimiz baxtu iqboli va buyuk kelajagi yo'lida xizmat qilish – eng oliy saodatdir" nomli asarida aynan shu masalaga e'tibor qaratgan. Unda mamlakatimizning iqtisodiy qudratini oshirish, ijtimoiy sohalardan biri bo'lgan ilmu fan, madaniyat va san'at tizimini izchil rivojlantirishga doir yangi reja va ustuvor loyihalar to'g'risidagi qarashlar har tomonlama puxta asoslangan holda bayon etilgan. Mazkur kitobning bosh g'oyasida quyidagi so'zlar aks etgan: "Biz o'tgan davrda amalga oshirgan ishlarimizga baho berar ekanmiz, "Kecha kim edigu bugun kim bo'ldik?" degan savol asosida ularning mohiyati va ahamiyatini o'zimizga chuqur tasavvur etamiz. Ayni vaqtda "Ertaga kim bo'lishimiz, qanday yangi marralarni egallashimiz kerak?" degan savol ustida o'ylashimiz, nafaqat o'ylashimiz, balki amaliy ishlarimiz bilan bunga javob berishimiz lozim".¹ Ushbu so'zlarda mujassam bo'lgan eng muhim o'zak-g'oyani ilgari surib, qilishimiz zarur bo'lgan vazifalarni belgilab, uni bajarish yo'llarini ko'rsatib berdi.

¹Karimov I. "Ona yurtimiz baxtu iqboli va buyuk kelajagi yo'lida xizmat qilish–eng oliy saodatdir" "O'zbekiston" nashriyoti. 2015-yil 07.08.

O‘z xalqiga ishongan bunday buyuk zotga sadoqat va ularning ishonchini oqlash millatimiz uchun ham farz, ham qarzdir. Buning uchun esa aholining barcha qatlami ma‘naviy barkamol va ruhiy sog‘lom bo‘lishi shart. Ayniqsa, kelajak egalari bo‘lgan yoshlarni bu borada teran fikrlovchi etib tarbiyalash va shakllantirish lozim. Ana shundagina ular Vatan, uning sha‘ni, qadr-qimmatini, millatimizga tegishli bo‘lgan moddiy va ma‘naviy boyliklarimiz to‘g‘risida aniq tushunchaga ega bo‘ladi. Ana shu bilim va ko‘nikmalar asosida faoliyat yuritadilar hamda yurt ravnaqiga o‘z hissalarini qo‘shadi.

O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti Sh.M.Mirziyoyevning 2017-yil 3-avgustdagi **“Mamlakatimiz ijodkor ziyoli vakillari bilan uchrashuv”**ida milliy madaniyatimiz, adabiyot va san‘atimizni rivojlantirish bilan bog‘liq dolzarb masalalar, ularni hal etish yo‘llari. bu borada ijodiy uyushmalar va davlat tashkilotlari oldida turgan muhim vazifalar haqida atroflicha fikr almashildi. Uchrashuvda Prezident Sh.M.Mirziyoyev o‘z nutqida **“Havas qilsa arziydigan ulug‘ ajdodlarimiz bor. Havas qilsa arziydigan beqiyos boyliklarimiz bor. Va men ishonaman, nasib etsa, havas qilsa arziydigan buyuk kelajagimiz, buyuk adabiyotimiz va san‘atimiz ham albatta bo‘ladi”**, deb ta‘kidladilar.

Yuqoridagi mantiqiy va oqilona qarashlar har bir soha vakillarining zimmasiga g‘oyat ulkan mas‘uliyat yuklaydi. Chunki har bir kasb yoki hunar egalarining sog‘lom fikrlay olishi, teran aqlu-zakovati, keng fikrliligi, ijodiy fantaziyaga boyligi nafaqat shu sohani rivojlantirish, unga uyg‘un holda mamlakatimiz nomini dunyoga taratish salohiyatiga ega bo‘ladi. Shuning uchun ham bugun har bir jabhada malakali va bilimli yosh kadrlarni tayyorlashga alohida e‘tibor qaratilib, yetarli shart-sharoitlar yaratib berilmoqda. Jumladan, san‘at sohasi vakillari yelkasida ham munosib kadrlarni tayyorlash mas‘uliyati turar ekan, xoreografiya va milliy raqsning ilmiy asoslarini o‘rganish, tavsiflash va ilmiy tadqiqotlar o‘tkazishning samarali metodlaridan foydalanishga o‘rgatish asosiy vazifalar etib belgilangan.

Ushbu darslik yuqorida sanab o‘tilgan vazifalar qatoridan joy olgan bo‘lib, xalq raqslarini o‘qitish ishiga qaratilgan. Har bir xalqning o‘zligini belgilovchi qadimiy kuyi, ashulasi va raqsi bo‘ladi. Ukrainlarda “Kovpak”, turkmanlarda “Kush darti”, gruzinlarda “Lekkuri”, ozarbayjonlarda “Kaftagi”, Farg‘onada “Tanovar”, Xorazmda “Lazgi”, buxoroda “Buxorocha”(“Mavri-gi”) ana shunday kuy va raqslardan hisoblanadi. Ushbu kuy va raqslarning dramaturgiya qonunlariga rioya qiluvchi ekspozitsiyasi, tugun, avji, tushumi, yakuni bor. O‘zbek milliy raqsimiz va qardosh xalqlar raqslari merosini, go‘zalligini anglash yoshlarining ma‘naviy boyligini oshiradi va nafaqat tarbiyalab qolmasdan, Vatani-ga, uning meroslariga muhabbat ham uyg‘otadi.

1- mavzu. Fanning maqsad va vazifalari

Reja:

1. Raqs fanining maqsadi.
2. Raqs fanining vazifalari.
3. O‘zbek raqs maktablari va asoschilari.

Tayanch iboralar: *xonada, estrada, standart, plastika, qo‘shiq, xoreografik, klassik, raqs, san‘at, kompozitsiya, professional, artist, xarakter, ohang.*

Bakalavriyat bosqichi uchun tayyorlangan mazkur darslik – Estrada xonandaligi, Akademik xonadalik va Xor xonandaligi bakalavriyat ixtisosliklari bo‘yicha tahsil oladigan talabalar uchun mo‘ljallangan.

Mazkur fanni o‘zlashtirish natijasida talaba Davlat ta‘lim standartlarida belgilangan bilim, malaka va ko‘nikmaga ega bo‘lishi nazarda tutiladi. Xususan, yakka va guruhli raqs shakllari, xoreografiya hamda sahna plastikasi, estrada qo‘shiqchiligi san‘atida raqs harakatlari haqida tasavvurga ega bo‘lishadi.

Klassik va zamonaviy raqs san'ati va tarixini, estrada qo'shiqchiligi sahnasida sodda xoreografik kompozitsiyalarini hamda yakka va guruhli raqs harakatlarini bajarishni, raqs san'atida artistik mahorat meyorlaridan foydalana olishi mumkin. Bundan tashqari estrada qo'shig'iga raqs kompozitsiyasini tuzish va shou-konsert dasturlarida xoreografik guruhlar bilan ijodiy ishlash ko'nikmalariga ega bo'ladilar.

“Raqs” fani – Estrada xonandaligi mutaxassisligi bilan uzviy bog'liq va olingan bilimlarni ma'lum darajada to'ldirishga xizmat qiladi.

“Raqs” fanining asosiy maqsadi – talabalarga milliy va zamonaviy raqslarining yuksak namunalari asosida tarixiy, nazariy va amaliy bilim berish, shuningdek, talabalarda yuqori badiiy did bilan birga milliy musiqiy tafakkurni shakllantirishdan iboratdir. Raqs fani yuqori saviyadagi professional ijrochi bo'lish uchun bakalavriatga kirgan talabalarga sahnada talab qilinayotgan artistik mahorat haqida mukammal bilimlarni o'rgatadi. Bu fan o'quv rejalariga muvofiq belgilangan semestrlarda amaliy mashg'ulotlar shaklida o'tiladi va mutaxassislikning o'ziga xos xususiyatlarini yanada chuqurroq o'zlashtirib olishlariga katta yordam beradi. Fanning vazifasi – mashg'ulotlarda rango-rang raqs ijro uslublari haqida aniq tasavvurga ega bo'lib, amaliy mashg'ulotlarda raqs harakatlarni ko'rsata olishlari zarur. Raqsning turli xil badiiy uslublarni o'rganish, bir-biriga solishtirish va taqqoslash yo'llari talabalarining dunyoqarashini, bilim chegarasini kengayib borishiga yo'naltirilgan. Shu bilan birga raqs san'ati ijrochi-talabalarga kasbiy mahoratini oshirishga, yangi ijro uslublarni o'zlashtirishga, o'zbek milliy musiqa san'atimizdan bahramand bo'lishiga puxta zamin yaratadi, umumiy bilim darajasini yuksalishiga xizmat qiladi.

“Raqs” fani raqs san'atining asosiy unsurlarini, o'ziga xosliklarini, O'zbekiston va qardosh davlatlarning turli vohalari, ularning ijro yo'sinlarini, tarixini o'rgatadi. Alohida harakatlar

bilan birga ijro xarakteri va yo‘nalishlariga chuqur e‘tibor beriladi. Raqs fani orqali talabalar haqiqiy xalq musiqasi, raqs ohanglari, o‘rgatish uslublari, raqsni sahnalashtirish haqidagi tushunchaga ega bo‘ladilar.

Ushbu “Raqs” darsligi o‘z ichiga o‘zbek raqsining uchta asosiy maktabini, bundan tashqari, zamonaviy raqslarini o‘z ichiga qamrab oladi va talabalar harakatning nafisligini, maromiyligini, bir-biriga mutanosibligini farqlay oladilar. Talabalarga o‘zbek xalqining sevimli san’atkorlari, o‘zbek xalq raqs san’ati asoschilari Usta Olim Komilov, Tamaraxonim, M. Turg‘unboyeva hamda o‘zbek raqs san’atini rivojlanishda va shu yuksak darajaga yetishishida o‘zlarining samarali mehnatlari bilan hissa qo‘shgan O‘zbekiston xalq artistlari Roziya Karimova, Isohor Oqilovlar ijodi o‘rgatiladi.

Raqs san’ati talabalarda faqat harakat malakalarini egallash uchungina emas, balki ularning ijodiy topshiriqlarni mustaqil bajarish ko‘nikmasi shakllanadi. Raqs mazmuni ularni o‘ylashga, fikrlashga va ongida paydo bo‘lgan fikrlarni og‘zaki bayon etishga undaydi. Talabalarning fikrlash doirasi kengayadi. Harakatlarni bajarish orqali esa musiqani eshitish va harakatlarni yodlash uchun ziyrakligini oshirish, diqqatini jamlash, jismoniy mehnat qilish shakllanadi. Natijada talabalarning aktyorlik va ijrochilik mahoratini oshishiga erishiladi. Ularning ongida voqealikka munosabat, estetik qarashlar va rang-barang tuyg‘u-kechinmalar muhrlanadi.

Mavzuni mustahkamlash uchun savollar:

1. Raqs fanining maqsadi nimadan iborat?
2. Raqs fanining vazifalari deganda nimani tushunasiz?
3. O‘zbek raqs maktabi asoschilari haqida nimalarni bilasiz?

2-mavzu. Raqs tushunchasining ijtimoiy o'rnini, uning estetik va ma'naviy omillari

Reja:

1. Raqs fani haqida tushuncha.
2. Ritmik xatti-harakat.
3. Elementar xoreografik kompozitsiyalar.

Tayanch iboralar: *Raqs, plastika, ritm, harakat, san'at, teatr, jest, tana, sahna, mushak, musiqa, uzluksiz harakat, temp-ritm.*

1. Raqs fani haqida tushuncha

Raqs san'ati o'qitilishi akademik va estrada xonandaligi ta'lim yo'nalishida o'qiyotgan talabalarga mazkur soha bo'yicha asosiy bilimlarini va ijro mahoratini o'stirishdan iborat.

Ushbu fan bo'yicha talabalarning asosiy vazifasi – o'zlari-ning konsert dasturlarida ijro etayotgan qo'shiqlarini ritmik va plastik harakatlar orqali ifodalash. Bunda katta e'tibor klassik, milliy raqslar va zamonaviy estrada raqslarini o'zlashtirib artistik mahoratni o'stirishga qaratiladi.

Talabalar qo'llar, tana, bosh, oyoqlar asosiy ko'rinishlari va ularning turli ko'nikmalarini egallashlari lozim. Ritmik qobiliyatni o'stirishga qaratilgan mashqlar ustida ishlashlari, spektakllar parcha ko'rinishlarida elementar xoreografiya kompozitsiyalarini egallash ko'zda tutilgan.

Ritmik harakatlar xonandaning ritmik qobiliyatini yuzaga keltiradi. Uning ritmik sezgirlik va hissiy olamini yaratishda roli katta.

Raqs texnikasi–bosh harakatlari, gavda holatlari, qo'l va oyoq harakatlarini ongli ravishda boshqara olishdir. Bosh harakatlariga kiruvchi yonga burilish, to'g'ri tutish, oldinga va orqaga sal egilishi gavdaning rasmiy va turli holatlari, qo'lning asosiy harakatlari va ularning turlari, oyoq holatlari va ularning boshqa omillari bilan chambarchas bog'langan.

Raqsni o'rganishning asosiy qonuniyatlari va talablari bilim olish va muntazam mashqlardir. Raqsning akademik va havaskorlik yo'llari mavjud. Ularni bir-birdan farqli tomonlarini anglash akademik va estrada xonandasi uchun o'ta muhim. Ya'ni ular plastik mashqlar, milliy, klassik va zamonaviy raqslarni o'zlashtiradi. Talabalar o'quv jarayonida plastik mahoratining rivoji ustida ishlaydi, yakka va guruhli raqs ijro malakalarini egallaydilar. Natijada ijro mahoratini o'stirishga erishadi.

2. Ritmik xatti-harakat

Musiqa va harakat ritmik mashg'ulotlarning asosiy vositasini tashkil etadi. Turli yo'nalishlardagi mavzularni ritmik harakatlarda aks ettirish – bu harakatning asosiy uslubini hamda me'yor tuyg'usini rivojlantiruvchi va takomillashtiruvchi yagona yo'ldir.

Xonandalik mahoratini oshirishda plastika quyidagi vazifalarni bajaradi:

- musiqa bilan yashash san'atini o'rgatadi;
- musiqa bilan o'zaro ichki hissiyotlari orqali suhbatlashish va ritmni sezishni, musiqaga mos harakatlanishni rivojlantiradi;
- xonanda muskullarining erkin harakatlanishini ta'minlaydi, nozik va nafis harakatlar orqali ijodiy mahoratning rivojlanishini ta'minlaydi;
- musiqiy parchalarning tabiatini, jo'shqinligi va ularga mos harakatlar topa olish san'atini kuchaytiradi;
- xonandaning sahnaviy diqqatini rivojlantiradi, sahnaviy hamrohi bilan ijodiy hamkorlikni yuksaltirishda muhim omil hisoblanadi;
- nafaqat o'z harakatlarida, balki sahnadoshlari bilan bo'layotgan umumiy harakatlarni bir xillikda bajarish, ya'ni sinxron harakatga erishadi.

Xonandaning barcha sahnaviy harakatlari ritmga mos holatda bo'lishi kerak. U sahnada obraz yaratish jarayonida raqs ham ijro etishi kerak. Undan asosiy e'tiborni harakatlarning me'yoriga,

ya'ni harakat unsurlarini mavjud makon va zamonda taqsimlanishiga, mushaklar taranglashuvini boshqarishiga qaratish barobarida, harakatlar ijrosining texnikasini ham unutmashligi talab qilinadi.

Xonanda ritmga mos harakatlanishining yana bir xarakterli xususiyati shundaki, harakatning katta qismi ba'zan jamoa bilan bajariladi. Guruhlar va alohida shaxslar o'rtasida musiqiy parcha qismlari va frazalarini bo'lib berish, o'sha guruhlarni, oldindan belgilangan tartibda, sahna bo'ylab harakatlantirish – bu ritmga oid darslarda tez-tez qo'llaniladigan ish uslubidir. Belgilangan muddatdan ilgari umumiy harakatga qo'shilish, sahnada noto'g'ri harakatlanish, ishtirokchining qaysi biri bo'lmasin, oldindan qabul etilgan harakat rejasini bilmasligi umumiy vazifani buzadi, uni yakunlashga imkon qoldirmaydi. Bu esa barchadan xushyor turishni, saf tortish chiziqlari qanday bo'lsa, guruh yoki alohida shaxslar taqsimoti va harakatlanishi ham shu chiziqlar bo'yicha aniq o'z o'rnida bo'lishini taqozo etadi, ya'ni boshqacha qilib aytganda, san'atkorda sahnada va jamoada o'z o'rnini bilish layoqatini shakllantiradi.

Opera va spektakl ustida ishlash asosini taklif etilayotgan vaziyat tashkil etadi. Ular ishtirok etayotgan shaxslar va ularning oldida turgan vazifalar o'rtasidagi o'zaro aloqani belgilaydi.

Opera va spektaklda ro'y beradigan voqealarni batafsil taahlili faol harakatlarga olib kelishi kerak. O'qituvchi va talaba, rejissyor va xonandalarning fikri yurish-turishlarda, ifodali jismoniy harakatlar, harakat va nutqning aniq topilgan temp-ritmlarida amalga oshadi. Bunda harakat temp-ritmi dramaturg, rejissyor, pedagog, aktyor va talabalar oldiga qo'ygan asosiy maqsadga bo'ysundiriladi. Ishning tabiiy va qonuniy jarayoni mana shunda.

Ammo talabalarda ijodiy izlanish, tafakkur, faol o'rin egalashga qobiliyatini rivojlantirishga intilib harakatdan temp-ritmga emas, temp-ritmdan harakatga qarab yurilgani ma'qul. Talabalarga qarsak bilan turli temp-ritmlar taklif etiladi.

Talaba vazifani tushunganligiga ishonch hosil qilingach, beril-

gan temp-ritmdagi u yoki bu harakatni o‘ylab ko‘rish tavsiya qilindi. Eng avvalo o‘qituvchi bu temp-ritm bilan harakatni ifodalash mumkinligini tekshirib ko‘rishi kerak. Ohir-oqibatda agar talaba topshiriqni bajara olmasa, o‘qituvchi o‘zi yechimini topishi va uni ko‘rsatishi zarur.

3. Elementar xoreografik kompozitsiyalar

Fan bo‘yicha talabalarning asosiy vazifalari spektakllarning parcha ko‘rinishlarida yoki xonandaning ijro paytida elementar xoreografiya kompozitsiyalaridan foydalana olishdan iborat. Maqsad ijro dasturini ritmik va plastik harakatlar orqali ifodalashdir. Bunda katta e‘tibor mumtoz(klassik), milliy raqslar va zamonaviy estrada raqslarini o‘zlashtirib, artistik mahoratni o‘stirishga qaratiladi.

Raqs boshqa san‘at turlariga nisbatan o‘ziga xosdir. Uni o‘rganishda raqs san‘atining asosi hisoblangan “mumtoz ekzersistan”ning elementlari, holat va harakatlari, raqs ijrochiligida tutgan o‘rnini tushunish hamda bajarish muhim. Tanani boshqarish bosh, qo‘l, oyoqlarni raqsga mos harakatlantirishdir. Bunda avvalo “Trenaj, razminka”, ya’ni tanani qizdirishga qaratilgan mashqlar bajariladi.

Ijrochi sahnada raqs harakatidan erkin foydalanishi uchun o‘z tanasi, qo‘llari, bosh va oyoqlarning asosiy holatlari va ularning turli ko‘rinishlarini egallashlari lozim. Buning uchun ritmik qobiliyatni o‘stirishga qaratilgan mashqlar ustida ishlash ko‘zda tutilgan. Masalan, “Sekin vals”, “Polsha polonezi”, XVIII asr Braziliya “Samba”si, Argentina “Tango”si, “Djayf”, zamonaviy ritmik raqslar shular jumlasidandir.

Mavzuni mustahkamlash uchun savollar:

1. Raqs qanday fan?
2. Raqsning xonanda ijodidagi ahamiyati deganda nimani tushunasiz?
3. Ritmik xatti-harakatning spektakldagi roli qanday?
4. Raqs va ritmikaning farqi nimada?

3-mavzu. Raqs ijrochiligi turlari, tarixiy taraqqiyoti va Sharq raqs san'ati

Reja:

1. Raqs ijrochiligi turlari.
2. Balet san'atining tarixiy taraqqiyoti.
3. Tarixiy raqslarning mazmuni va mohiyati.
4. Xalq raqslarining mazmuniyligi va xarakterli jihatlari.
5. Sharq raqs san'ati.

Tayanch iboralar: Obraz, his-tuyg'u, xoreografiya, harakat, raqs, san'at, balet, tana, sahna, musiqa, ansambl.

1. Raqs ijrochiligi turlari

Har bir san'at sohasi hayotimizni badiiy obraz orqali ifoda etadi. Shu qatorda raqs ham san'at turlari qatorida kishilik jamiyati rivojida alohida o'rin tutuvchi bir yo'nalishdir. Raqs san'ati – ijod ruhiyatini, his-tuyg'ularni, fikrni so'zsiz, faqat harakatlar va yuz ifodasi bilan xalqqa yetkazishga asoslangan san'at turidir.

«Xoreografiya» – o'zi nima? Bu so'z zamirida nima yotibdi?

U yunoncha so'zdan olingan bo'lib, «xoreia» – o'yin, «grafo» – yozaman, ya'ni so'zma-so'z tarjima qilinganda «Raqsni yozaman», degan ma'noni bildiradi.

Ko'pchilik esa xoreografiyani raqs deb tushunadi. Lekin xoreografiya so'zi keng ma'noni o'z ichiga oladi. Fan sifatida rivojlanib bu atama ikki turda tavsiflandi:

Raqs ijrochiligi – professional raqs ijrochiligi, xalq ijodiyoti negizidagi havaskorlik raqs ijrochiligi.

Professional raqs ansambllarining davlat va xususiy ansambllari mavjud. «Bahor» (1957-yil), «Shodlik» (1968-yil), «Lazgi» (1968-yil) ansambllari ilk tashkil qilingan professional raqs ansambllaridan hisoblanadi.

1990-yillarda «Tanovar», «Ofarin», «Toshkent zebolari», «Sabo», «Tumor», «Parizoda» va shu kabi xususiy raqs ansam-

llari paydo bo'ldi. Unga shu yo'nalish bo'yicha oliy ta'lim tizimida o'qib fundamental bilimga ega bo'lgan mutaxassislar ishga qabul qilinadilar. Ular ansambl rahbariyati bilan mehnat shartnomasini tuzadi va oylik maoshi bilan ta'minlanadilar. Shartnomada keltirilgan talablar bir tomondan buzilishiga yo'l qo'yilsa, ikkinchi tomondan shartnomani bekor qilish huquqiga ega bo'ladi. Raqqos va raqqosalarning yoshi chegaralanadi. 18 yoshdan ishga qabul qilinib, 36 yoshdan keyin nafaqaga chiqadilar. Ijodiy faoliyatiga qarab raqqos va raqqosalar ansambl rahbariyati yoki davlat tomonidan rag'batlantirilishi mumkin.

Havaskorlik raqs ansambllari madaniyat va san'at muassalarida, tashkilot yoki korxonalar qoshida alohida raqs ansambli, xalq ashula va raqs ansambllari yoki folklor-etnografik ansambllar tasarrufida bo'ladi. Bunday ansambllar raqs san'atiga ishtiyoqi baland bo'lgan, iqtidorli havaskorlardan tashkil topadi. Ularning mutaxassisligi, ma'lumoti va yoshi chegaralanmaydi. Ansambl ishtirokchilari rahbariyat yoki davlat tomonidan ishga qabul qilinmaydilar va ixtiyoriy tarzda qatnashchi sifatida faoliyat olib boradilar. Hozirgi kunda juda ko'plab bolalar va kattalar havaskorlik raqs ansambllari ijodiy faoliyatini olib bormoqdalar. Bunday ansambllar qatoriga Farg'onadagi «Anor», Surxondaryodagi «Surxon gullari», «Zevari», «Quralay», Namangandagi «Naman-gan gullari», Jizzaxning «Gulira'no», Sirdaryoning «Sirdaryo navolari» kabi ansambllar nomini keltirishimiz mumkin.

Raqs ijrochiligi 3 turga bo'linadi: Yevropa klassik balet san'ati, xalq sahna (professional) raqs san'ati, xalq ijodiyoti negizidagi folklor va havaskorlik raqs ijrochiligi san'atidir.

Inson raqsning qaysi turi bilan shug'ullanmasin, unga mumtoz raqs asoslarini o'zlashtirish xalal bermaydi. Raqqos va raqqosalar butun ijodiy faoliyati davomida mumtoz raqs bilan shug'ullanishi bejiz emas. Mumtoz raqs asoslari borliqni harakat orqali tasvirlash erkinligini va o'z tanasini musiqaning ma'lum bir o'lchovlarida nazokatli harakatlantira olish imkonini beradi.

2. Balet san'atining tarixiy taraqqiyoti

Xo'sh, «Balet san'ati qachon va qanday paydo bo'ldi?», degan savol tug'iladi.

Balet Italiyada uyg'onish davrida yuzaga keldi. Unga an'anaviy madaniyat, antik raqs va pantomimalar asos bo'ldi. XVI asrdan boshlab raqsning balet janri gurkirab rivojlanadi. Musiqa, adabiyot, rassomchilik va arxitekturaning olg'a qadamlar bilan rivojlanishi san'at va musiqa daholarini paydo qildi. Motsart, Mikelandjelo, Leonardo da Vinchi, Myuler, Pyorsell, Bax, Gaydn, Vivaldi, Rembrandt – shular jumlasidandir. Venitsiya va Fransiyada raqsga bag'ishlangan maxsus kitoblar chop etila boshladi. Saroy raqs sahnalashtiruvchilarining «Raqsga tushish san'ati va xorlarni olib borish» (XIV asr), «Raqsga haqida risola» (1463-yil), «Raqsga tushish san'ati haqida kitob» (1465-yil), «Raqqos» (1581-yil), «Sevgi saxovatlari» (1602-yil) kabi ilmiy ishlari chop etilgan.

XVI asr oxiri va XVII asr boshlarida italyan kompozitorlari va tansmeysterlari Fransiyaga ishga taklif etiladilar. Fransiyada shakllangan yangi balet butun Yevropaga tarqaldi. Vestris, Mariya Talyoni, Andjolini, Pallerini kabi yetakchi baletmeysterlarning ijodi gurkirab yashadi. Italiyaning ko'zga ko'ringan Rim, Milan, Neapol, Florensiya, Venetsiya kabi shaharlarida opera teatrlari ochildi. Milanda «La – Skala» teatri qoshida raqs maktabi ochildi. Enriko Cheketti tomonidan bu maktab yanada jonlandi. E.Chekettidan yetakchi rus balet artistlaridan A.Pavlova, V.Nijinskiy, T.Krasavinalar ta'lim olgan. 1928-yilda esa Rimning opera teatri qoshida balet maktabi tuzildi.

1960-yilda «Milliy raqs akademiyasi» E.Vorosenko tomonidan boshqarila boshlandi. Alohida sahna asarlari uchun jamoalar o'z faoliyatini boshladilar. Nervida xalqaro balet festivali, «Florensiya musiqali may» festivali, Venetsiyada «Zamonaviy musiqa» festivali, Spoleta va Verona festivallari bo'lib o'tdi. Fransiya raqs akademiyasida yangi sahnaviy san'at janri – «Komediya-balet»ga asos solindi. Komediya-baletni asoschisi fransuz dramaturgi

Jan Batist Mol' er (1622–1673) bo'lgan. J.B.Mo'ler nafaqat yirik dramaturg, balki dramatik asarlarda mohir aktyor va raqqos vazifasini o'tagan Spektakllarga shu davrining eng yirik kompozitori Jan Batista Lyulli(1632–1687) musiqa bastalagan.

Rossiyada XVII asrda balet saroy teatri sifatida shakllana boshlandi. Saroyda raqs tomoshalari maxsus tayyorgarlik ko'rgan musiqachilar orkestri bilan ijro etila boshlagan. Uyg'onish davrida saroylarda ijro etiladigan raqslar – sarabanda, pavana, menuet shular jumlasidandir.

XVIII asrda balet postanovkalari va balet aktyorlari ta'lim ola boshladi.

Ma'rifat davrida «Balet» teatr sahnasida mustaqil san'at janri sifatida joy oldi. Nafaqat balet, balki san'atning barcha turi: haykaltaroshlik, rassomchilik, arxitektura, adabiyot, musiqaga o'z ta'sirini o'tkazmay qolmadi. Romantizm davrining daholari: Shuman, Shubert, Mendelson, Chaykovskiy, Skryabin, Shopen ulkan ijodiy ishlahi amalga oshirdi. Romantizm – yetakchi oqim hisoblanadi. Romantizm obrazlarini yanada yorqinroq ko'rsatish uchun balerina raqqosalar maxsus (oyoqqa kiyadigan) puantilarga ko'tarildilar. XIX asrning ikkinchi yarmi rus baleti tarixida Marius Ivanovich Petipa (1822–1900) davri hisoblanadi. U Peterburg teatrida ko'p yillik ijodiy faoliyati davomida rus kompozitorlari va rassomlari bilan hamkorlikda baletlar sahnalashtirdi. 1860-yilning oxirlarida Minkus musiqasiga «Don Kixot» baletini sahnalashtirdi. 1862-yilda sahnalashtirgan «Fir'avn qizi» baleti uning yirik baletidir. M.I. Petipa ijodining ikkinchi davri XIX asrning 80-yillariga to'g'ri keladi. Jahon balet san'atining gurkirab rivojlanishi buyuk rus kompozitori P.I.Chavkovskiyning ijodi bilan chambarchas bog'langan. P.I.Chaykovskiyning baletmeyster M.I. Petipa sahnalashtirgan buyuk «Uyqudagi go'zab» baleti ms klassik baletining tantanasiga aylandi. Bundan tashqari «Oqqushlar ko'li», «Shelkunchik» kabi baletlari ham katta muvaffaqiyat qozondi hamda ms va jahon musiqa madaniyati tarixida muhim voqeaga aylandi.

XX asr boshlariga kelib, Yevropa balet san'ati inqirozga uchrab kelmoqda edi. Lekin Yevropa baletiga qaraganda ko'proq rivojlangan yosh baleti jahon balet san'atiga o'z ta'sirini ko'rsata boshladi. Peterburg va Moskva balet maktablarida ta'lim olgan buyuk raqqos va raqqosalari jahon balet sahnasini egalladilar. Bular, Vatslav Fomich Nijinskiy (1890–1950), Mixail Mixaylovich Fokin (1880–1942) va uning turmush o'rtog'i Vera Petrov-na Fokina (Antonova), Anna Matveevna Pavlova (1881–1931), Tamara Platonovna Karsavina, Marius Ivanovich Petipalar bo'ldilar. Rus baletining jahon miqyosida muvaffaqiyat qozonishida rus metsenati Sergey Pavlovich Dyagilev (1872–1929) tomonidan 1907–1929-yillarda uyushtirilgan va Parijda o'tkazilgan «Rus sezonlari» diqqatga sazovordir. Baletmeyster M. Fokin tomonidan sahnalashtirilgan «Shopeniana», «Petrushka» «Jar ptitsa», «O'layotgan oq qush» baletlari Parijda katta muvaffaqiyat va olqishlarga sazovor bo'ldi. Hozirgi kunlarda ham «Oqqush ko'li», «O'layotgan oq qush» baleti jahon balet teatrlarining sahnasidan tushmay kelyapti. A.Gorskiy, V.Tixomirov, E. Gelser, Lopuxov, L.Léontev, A.Vaganova kabi balet arboblari balet maktabini saqlab, uni rivojlanishiga katta hissa qo'shdilar. Galina Ulanova ijodida dramatik tuyg'ular yorqin ifodalandi. Rus baletida raqqoslar I.Chebukiani, T.Vecheslova, N.Dudinskaya, K.Sergeev, V.Vasilev, O.Lepeshinskaya, E.Maksimova, Y.Solovev N.Bessmertnova kabi yangi nomlar paydo bo'ldi. Ular klassik an'analarga sodiq qolib ijodiy parvoz qildilar. 1968-yilda sahnalashtirilgan «Spartak» baletining madaniy hodisaga aylangani va 1975-yilda sahnalashtirilgan «Ivan Grozniy» baletining simfoniya darajasiga ko'tarilgani buning isbotidir.

3. Tarixiy raqslarning mazmuni va mohiyati

Tarixiy-maishiy raqs fanini o'qitish ikki qismdan iborat bo'ladi. Birinchi qismda mavzu tarkibiga kiruvchi «Pas balanse», «Pas shosse», «Pas eleve» elementlari o'rgatiladi. Bunda ayrim

elementlarni bajarilishiga ko'proq e'tibor qaratildi, o'rganilgan harakatlardan raqs kompozitsiyalari tuzishga misollar beriladi. Ikkinchi qismda o'tilgan materiallar va talabalarning imkoniyatlarini hisobga olib tuzilgan raqs va raqs kompozitsiyalariga ko'proq e'tibor beriladi.

O'rta asrlarda «Branl» va uning turli ko'rinishlaridan «Quvnoq branl», «Dehqonlar branli», «Oddiy branl», «Qo'ng'iroq branli», «Farandola», «Burre» kabi raqsalar xalq orasida ijro etib kelingan. Uyg'onish davrida «Pavana», «Menuet», «Sarabanda», «Volta», «Allemanda» raqsalarisiz biror ballar, kechalar, ko'cha bayramlari o'tmagan. XVIII asrga kelib tarixiy-maishiy raqsalar elementlari nafaqat murakkablashdi, balki yangicha «Polonez», «Tampet», «Kontrdans» turlari ham yaratildi. Hatto «Gavot» raqsi ikki kishi uchun yaratilgan kichik balet spektakli darajasiga yetdi. XIX asrga kelib o'tgan asrlarda ijro etib kelingan tarixiy-maishiy raqsalarining ko'pchiligi saqlanib qolingan va o'zgacha kayfiyat usulda ijro etilgan. «Fransuzcha kadril», «Kotilon», «Ekosea», «Lanse», «Vals», «Aleman», «Mazurka», «Padegras», «Shakon», «Minon», «Pa-de-trua» kabi raqsalar xalq orasida sevib ijro etilgan. Rossiya-da qadimgi slovyan xalqi hayotida bayramlar alohida o'rin yegalaydi. Dala ishlaridan, ovdan qaytgach yoki oilaviy marosimlarni nishonlashda aylana bo'lib raqsqa tushadigan «Shirmol xorovodi», «Xayrlashuv raqsi», «XVIII asr rus ayollar raqsi» kabi raqsalar qo'shiq jo'rligida ijro etilgan.

4. Xalq raqsalarining mazmuniyligi va xarakterli jihatlari

Tarixiy raqsalar necha ming yillar ichida davrdan-davrga o'tib, davom etib kelgan. U garchi xalq ijodiyoti bo'lsa ham, davr va tarixning shakli tufayli feodallik ta'siridan holi bo'lmagan. Shuning uchun tabiiy holda bir qancha raqsalariga diniy mazmun aralashib, sofligini yo'qotgan yoki yo'qolib ketishiga sabab bo'lgan. Jahon xalqlari raqs san'atiga murojaat qiladigan bo'lsak, dunyodagi necha minglab millat va elatlarning raqs san'ati turlari mavjud-

ligini ko'rishimiz mumkin. «Buyuk oktabr inqilobi» davrigacha xalq raqs san'atiga e'tibor berilmagan. Xususan, Rossiyada xoreografiya maktablari va teatrlarda xalq raqsalaridan yiroq bo'lgan aristokratlar, burjuaziyaning yirik, yuqori tabaqali tomoshabinlari uchun raqsalar sahnalashtirilgan va ijro etilgan.

Baletmeysterlar haqiqiy xalq materiallariga va jahon klassik raqsi bilan boyitilgan bir qator yangi baletlar va xoreografiyani yaratdilar. Bu spektakllar tomoshabinlar tomonidan muvaffaqiyatli kutib olindi va yillar davomida sinovdan o'tdi. Sobiq ittifoq davrining xalq artistlari Tojikistonda G'affor Vallomatzoda, Aziza Azimova, Arsuyak Islomova, Rossiyada Igor Moiseyev, G.Ustinova, P.Virskiy, N.Ramishvili, I.Suxishvili, V.Vronskiy, N.Nadejdina, Litva xalq artisti V.Gritskas, Belorussiya Respublikasida xizmat ko'rsatgan san'at arbobi A.Opanasenko, Gruziyada D.L.Djavrishvili, E.L.Gvaramadze, Armaniston xalq artisti I.I.Arbatov, Litva davlatida xizmat ko'rsatgan san'at arbobi Y.Lingis, Latviya san'ati arbobi vgeniy Changa, Bruno Priende, Milda Lasmanlar va boshqalar xalq raqsarlari fanining asoschilari va ustalari bo'lganlar.

Bundan tashqari, o'sha davrlarda ham faoliyat yuritib kelgan xalq ijodiyoti uylari va markazlari ham o'z respublikalarining eng chekka o'lkalari va qishloqlarida, tog'li hududlarida ilmiytadqiqot ishlarini olib borganlar. Ular maxsus ekspeditsiyalar tashkil etib xalq ijodi namunalari olib yig'dilar va professional san'atni boyitdilar. Xuddi shu tashilotlar tomonidan professional xoreograflarning yordami bilan havaskorlik raqs san'atini o'sishiga va rivojlanishiga yordam berdilar.

Rus xalqi materiali asosida «Barishniya-krestyanka», «Boshsiz chavandoz», «Ronyok-gorbunok», «Kamenniy svetok» kabi baletlar sahnalashtirildi. «Krasniy mak» baletidagi «Yablochka» kompozitor va baletmeyster tomonidan yaratilgan va 1927-yilda Katta teatrga birinchi kirib kelgan xalq raqsi hisoblanadi. «Bog'chasaroy fontani» baletida tatar va polyak xalq raqsarlari joy olgan bo'lsa, «Dilbar», «Layli va Majnun» baletlarida tojik,

«Kavkaz asirasi»da cherkeslarning folklori, «Tog‘ yuragi» baletida gruzin xalq raqslari, «Cho‘lpon» baletida qirg‘izlarning, «Tumalar qo‘shig‘i»da boshqirdlarning, «Semurg‘» baletida o‘zbeklarning xalq raqslari joy olgan. Xalq raqslaridan foydalanib sahnalashtirilgan balet spektakllarining sano g‘iga yetib bo‘lmaydi. Xalq raqslari bo‘yicha ayniqsa samarali mehnat qilgan baletmeyerster A.V.Lunacharskiy nomidagi teatr san‘ati Davlat instituti xoreografiya kafedrasi «Xalq raqsi» bo‘limining rahbari bo‘lib ishlagan Tamara Tkachenkodir.

Hamma xalq raqslarining harakatlari va musiqalari o‘sha xalqning milliy xarakterini ifodalab, tasvirlab beradi. Erkaklar raqslarida o‘sha xalq erkaklarining kuch-qudrati, mehnatsevarligi, fidoiyligi, ayollarga bo‘lgan e‘tibori va hurmatini tasvirlab berilsa, ayollar raqslarida esa ularning nozik his-tuyg‘ulari, kamtarin va hokisor, mehribon va bag‘rikengligi, vafodorligi va mehnatkashligi tasvirlanadi.

Rus xalq raqs san‘atining asosini rus xalq o‘yinlari, qo‘shiq-lari, xorovodlari, urf-odat va an‘analari tashkil etadi. Rus xalq raqslari haqida XI asrga taalluqli bo‘lgan adabiyotlarda, qadimgi qo‘lyozmalarda saqlanib qolgan.

O‘sha davrlarning boshqaruvchilari tomonidan oddiy xalqning ijro etgan qo‘shiq va raqslari qattiq ta‘qib qilingan. Lekin xalqning qo‘shiq kuylashga va raqsga tushishga bo‘lgan ehtiyojlari ularni yo‘q bo‘lib ketishiga yo‘l qo‘ymagan. Rus xalq raqsi uch asosiy yo‘nalishda shakllandi va rivojlandi.

Bular: xorovodlar, improvizatsiya xarakteridagi o‘yinlar va maxsus sahnalashtirilgan raqslardir. Bu raqslarni qizlar qo‘llarida ro‘molcha, gullar bilan ijro etishgan.

Bayram sayllarini, mehnat jarayonlarini, to‘y marosimlarini, oilaviy marosim va an‘analarini, sevishganlarni va dugonalarning uchrashuvi kabi turli mavzulardagi qo‘shiqlarni tasvirlab beruvchi raqslar sahnalashtirilgan.

Rus xalqining har bir o‘lkasida o‘z koloritini aniq belgilab, saqlab qolgan xalq raqslari mavjud. Smolenskda «Gusachok»,

Arxangelskda «Chijik», Kurskda «Timonya», Leningradda «Tolkusha», Sibirda «Podgorka» va boshqa ko‘plab o‘lkalarning raqslari xalq tomonidan sevib ijro etilib kelingan. Ular bir-biridan musiqa xarakteri, raqs harakatlari, kiyimlari va hattoki taqinchoqlari bilan farqlanadi. Ushbu raqslarda qizlar yigitlar bilan raqsga tushib o‘z san‘atini namoyish etadilar, ya’ni musobaqalashadilar. Boshqalarida esa ichkilikka berilgan, xalq orasida o‘zining yomon fazilatlari orqasidan bebro‘ bo‘lgan kishilar qattiq kulgi ostiga olingan. Oqbilak xonimlarning hech qanday ishni eplay olmasliklari sababli o‘z tengdoshlari oldida uyalib qolishlari, ip yigiruvchi mohir xalq kosiblarining obro‘-e‘tibori va mehnati samarasi tasvirlanadi. Raqslardagi Qorbobo va qorqizning xalq orasiga mehmon bo‘lib kelishi, savdogarlarning bozordagi savdo manzarasi, oqqushlarning serjilo harakatlari xalqqa manzur bo‘lgan.

1937-yilda Igor Moiseyev rahbarligidagi raqs ansambli tashkil etildi va bu sohada samarali ijod qilindi. Ro‘molcha, savatdagi gullar yoki mevalar, oq qayin daraxtining shoxlari, mehnat va hunarmandchilik qurollari, to‘quvchilik ashyolari, xullas qo‘shiq mazmunidan kelib chiqib predmetlardan unumli foydalangan. Shuning uchun Moiseev sahnalashtirgan raqslar xalqning qalbiga yaqin va uning xotirasidan go‘zal raqslari mangu o‘rin olgan. Ansambl repertuarida 200 dan ortiq xalq raqslari va 100 dan ortiq jahon xalqlari raqslari o‘rin olgan. «Baynovskaya kadril», «Ruskiy pereplyas», «Venzelya», «Polka-krasotka s figurami i komplimentami», «Starinnaya gorodskaya kadril», «Podmoskovnaya lirika» kabi takrorlanmas, bir-biriga o‘xshamaydigan raqslar shular jumlasidandir. Ayniqsa, I. Moiseyev sahnalashtirgan xorovodlardan tashqari kadril, matroslarning «Yablochka» raqslari mashhurdir. Ansambl qardosh xalq raqs namunalaridan bo‘lgan moldavancha «Jok» syuitasi, beloruslarning «Lyavonixa» va «Bulba», dog‘istonning «Lezginka»si, tojiklarning «Pichoq» raqsini ijro etganlar. Ansambl ispan, venger, koreys, meksika, slovyan, polyak, rumin, argentina, xitoy, kuba, fransuz xalq raqslarini ijro etgan. 1966-yilda

ansambl Italiya davlatiga qilgan ikkinchi ijodiy safarida italyanlar-
ga ularning unutilib ketgan o'z xalq raqslaridan bo'lgan «Sitsiliya
tarantellasi» raqsini ijro etib, oddiy, sayqal berilmagan xalq folklor
raqslaridan sahnaviy raqs yaratish mumkinligini ko'rsata oldi. «Slo-
vyan xalqlari raqslari», «Do'stlik va tinchlik», «Jahon davlatlari
bo'ylab» nomli dasturlariga turli davlatlarning raqslari kiritilgan.
«Raqsqa yo'q» deb nomlangan dasturda raqsqa tusha olmaydigan
raqqoslarning ilk ijrosidan tortib, boshni aylantirib yuborishgacha
olib keladigan aylanishli, murakkab harakatlardan iborat raqslar
to'plami raqsning tug'ilishi, uquvsiz ijrochining mohir raqqosga
aylanishi jarayonini tasvirlab beradi. Baletmeyster konsert dastur-
larini turlicha tuzadi. Ba'zan alohida raqslardan, ba'zan esa, o'zi-
ga xos xoreografik syuitadan iborat bo'ladi. I.Moiseyevning har
bir dasturi yangilik sifatida qabul qilinadi. Borodinning «Knyaz
Igor» baletidagi «Polovetskie plyaski» katta xoreografik turkum
raqslarini tomoshabinlar shunday qabul qildi.

1965-yilda esa I.Moiseyev rahbarligidagi ansambl o'zining
samarali mehnatlari evaziga «Akademik raqs ansambli» unvonini
olishga sazovor bo'lgan.

1948-yilda Moskvada N.Nadejdina rahbarligida «Beryozka»
ansambli tashkil etilgan. 1949-yil Budapeshtda o'tgan II Butun-
jahon yoshlar va talabalar festivalida laureat va oltin medal sohibi
bo'ldi. Ansamblning «Lebedushka», «Severnii starinniy xoro-
vod», «Sepochka», «Vorotsa», «Uzori», «Pryalitsa», «Topotuxa»,
«Na osenney yarmarke», «Devichiy pereplyas», «Karusel» raqslari
eng saralari hisoblanadi. Ba'zi raqslar qo'shiq bilan birgalikda ijro
etiladi va qo'shiqlarni ijrochilarning o'zlari kuylaydilar. Axir, rus
xalqida raqs va qo'shiq bir-birdan ajralmasdir.

M.Pyatnitskiy nomidagi Rus Davlat xori qoshidagi raqs jamoa-
si rahbari T.Ustinova ham rus xalq raqs folklorlarini saqlab qolishi
uchun katta ishlarni amalga oshirgan. «Yashna bahorli o'lkam»,
«Dala malikasi», «Yulduzlar sari» kabi zamonaviy raqslarni ham
sahnalashtirgan. 1962-yilda V.Vorkovitskiy sahnalashtirgan «Rus

miniaturalari» raqs syuitasi esa katta san'at asari hisoblanadi. O'tloq va maydonlarda ijro etilgan xorovodlar Kalininsk viloyati chekka qishloqlarida mashhur bo'lgan.

«V sadu li v ogorode», «Chtoy-to zvon», «V sirom boru tropinka» va boshqa ko'plab xorovodlar xalq qo'shiqlari jo'mavozligida ijro etilgan. Moskva viloyati kadrili xorovoddan quvnoqroq bo'ladi. «Kamarinskaya», «Chijik», «Kak u nashix u vorot», «Polyanka», «YA na gorku shla» kabi kadrillar rus xalq musiqasi, qo'shiqlari orqali xalqning butun xarakterini ochib beradi. Rus xalq o'yinlari improvizatsiya qilinadi. Erkaklarning bir-biridan o'tib, mahoratini qarsaklar, chaqqon oyoq va qo'l harakatlari, qo'llarini belda, boshda turishlari, yuqoriga sakrab yana o'tirib olishlari, o'tirib bir oyoqda aylanishlari, yuqoriga sakrab qushlar qanotini yoygani kabi qo'llarini keng ochish harakatlari, gulxan ustidan sakrashlarini tasvirlash harakatlari orqali ms xalq raqs texnikasini namoyish etadilar. Gannon, bala-layka kabi musiqa asboblari ijrosida quvnoq qo'shiqlar ijro etiladi. «Barinya», «Poydu l ya, viydu l ya», «Uj kak po lugu, lugu» qo'shiqlari shular jumlasidandir.

«Raqs» fan sifatida XIX asr oxirida Piterburg imperatorligi-ning xoreografiya bilim yurtida vujudga keldi. Uning paydo bo'lishi balet spektakllarida ispancha, vengercha, polyakcha va boshqa xalqlar raqsLARining ijro etilishi bilan bog'liqdir. Xoreograflar tomonidan xalq raqsi ijrochilari uchun klassik raqs tizimi kabi maxsus tizim shakllandi. A.Lopuxov, A.Shiryayev, A.Bocharovlarning ijrochilik tajribasi mahsuli bo'lgan «Xarakter raqsi asoslari» kitobi 1939-yilda nashrdan chiqdi. Katta hodisa sifatida qabul qilingan bu kitob xalq sahna raqsini o'rgatish bo'yicha birinchi darslik hisoblanadi. Oyoq va qo'l harakatlari-ning atamalari 1966 va 1971-yillarda xalq sahna raqsi bo'yicha Butunittifoq seminarlarida qabul qilingan atamalarga asoslangan.

5. Sharq raqs san'ati

Sharq raqs san'ati V, VI, VII asrlarda rivojlandi. Hindiston va Xitoyda pantomima tomoshalarining bir qismi bo'lib qoldi. Unda raqs folklorining xarakterli chiziqlari o'z aksini topdi. Hindistonda klassik raqs san'atning boshqa turlari, ya'ni musiqa, qo'shiqchilik, she'riyat va teatr bilan bog'liq holda rivojlangan. Hind klassik raqsi eramizning birinchi asridayoq rivojlangan. Hind klassik raqsi to'rtta alohida yo'nalishlariga ega. Bular «Bxarata Natya», «Katkakali», «Katkak», «Manipuri»lardir. Asrlar davomida yaxshi saqlanib qolingan «Bxarata Natya»- janubiy Hindistonning Madras va Maysor o'lkalari raqsidir. Uni hind donishmandi Bxarat ikki yuz yil oldin «Bxarata Natya shastra» asarida yozib qoldirgan. Ushbu raqs an'analarini XVIII asrdan buyon Pillaylar avlodi saqlab kelgan. Ulardan biri Minakshi Sundaram Pillaydir. Bu raqs bir necha qismdan iborat. «Jatxisvaram» qismida sozanda baraban sozida bergan murakkab ritmik usullariga raqqosa oyog'iga taqilgan qo'ng'iroqchalarning ovozi bilan jo'r bo'ladi. «Charanam», «Padam» va «Varna» qismlari sevgi – muhabbat haqidagi qo'shiqlar orqali ijro etilib, uning ma'nosi mimika va imo-ishoralar bilan ochib beriladi. «Tillana» yakuniy qismi bo'lib diniy madhiya hisoblanadi. «Katkakali» esa raqs-afsona bo'lib, raqs-pantomima ko'rinishida Malabarda XV-XVI asrlarda rivojlangan. Bu raqs-pantomima qo'shiqning mazmunini tasvirlab beradi. «Katkak»- Shimoliy Hindiston raqsi bo'lib, u musulmon va hind madaniyatining birlashuvi natijasida vujudga kelgan. «Katkak» Lakxnau, Jaypurva Laxorda keng tarqalgan. «Manipuri» raqsi sho'x, quvnoq raqs bo'lib, Hindistonning shimoliy-sharqidagi Manipurda paydo bo'lgan.

Hind raqslerini dunyoga tanitishda zamonaviy hind raqqoslaridan Ram Gopal, Uday Shankar, Menaka (Leyla Sokxycy)larni aytib o'tish mumkin.

Xitoy Hindiston va boshqa davlatlar bilan bo'lgan aloqalar tufayli raqs san'atiga ham o'z ta'sirini ko'rsatdi. Raqs san'ati Xitoy

madaniyatining eng qadimiy boʻlagi ekanligi eramizdan avvalgi ikkinchi ming yillikka tegishli boʻlgan iyerogliflardan maʼlum. Chjoy davridayoq professional raqs ustalari ijod qilganlar. Tan (618–907-yillar) davrida raqs sanʼati gullab-yashnadi. XX asrning 20-yillarida Yevropa klassik balet sanʼati oʻz taʼsirini koʻrsatdi va 50-yillarida xitoy baleti shakllana boshladi.

Ijtimoiy hayotimiz taraqqiy etgani sari boshqa sanʼat sohalari kabi raqs sanʼati ham kundan-kunga boyib, uning xarakteri, mavzulari oʻzgarib bordi. Mehnat raqslari esa yangicha talqinda, yangi hayotiy ehtiyoj sifatida, insonlarga ruhiy madad beruvchi, quvonch va rohat baxsh etuvchi raqsalar ijro etila boshlandi. Masalan: Oʻzbeklarda «Paxta», «Pilla», ruslarda «Ip yigiruvchi», ukrainlarda «Hosil bayrami», moldovanlarda «Uzum yigʻimi», koreyslarda «Baliqchilar» va hokazo raqsalar shular jumlasidandir.

Raqs sanʼatining mumtoz, lirik, qahramonlik, hazil-mutoyiba, folklor, mehnat va juda koʻp turdagi raqsalari saqlanib kelinmoqdaki, unda xalqning har bir davrga xos yashash tarzini aniq, ravshan ifodalanadi.

Amir Temur davrida XIV-XV asrlarda Movarounnahr muhim madaniy markazga aylandi. Xalq sayllari va bayramlarining uyushtirilishi natijasida ommaviy maydon raqsalari paydo boʻldi va rivojlandi. Poytaxt hisoblanmish Samarqandning koʻrkam bogʻlarida saroy qabullari, bayram sayllari oʻtkazilgan, xalq raqs va oʻyinlari uyushtirilgan. Elchi Klavixov oʻz xotiralarida jozibali va goʻzal raqslarga taʼrif bergan. Oʻzbek sahna raqs sanʼatining paydo boʻlishida, uning ravnaq topishida, gullab-yashnab, butun dunyoga koʻz-koʻz qilishiga oʻz hissasini qoʻshgan, raqs sanʼatimizning buyuk daholari boʻlmish Usta Olim Komilov, Tamaraxonim, Mukarrama Turgʻunboyeva, Yusufjon Qiziq Shakarjonov, Isohor Oqilov, Roziya Karimova va ularning shogirdlarini eslab oʻtish joizdir. Ular oʻzbek xalq raqs sanʼatining haqiqiy jonkuyarlari va fidoyilari boʻlganlar. Ularning qilgan mashaqqatli mehnatlari oʻzbek raqs sanʼatining bebaho boyligi hisoblanadi.

Ushbu boylikni asrab-avavlash, kelajak avlodga yetkazish ishi biletmeysterlarning ixtiyorida.

O'zbek raqs san'atining meros raqslari majmuasiga kirgan «Munojot», «Rohat», «Tanovar», «Pilla», «Paxta», «Katta o'yin» va boshqa raqslarni biron-bir joyini o'zgartirishga hech kimning haqqi yo'q. Ushbu raqslarni buzmasdan, ortiqcha elementlar qo'shmasdan butunligicha o'rgatish kerak. Aks holda uslublar aralashib, o'zbek milliy raqs san'atining ko'p qirrali boyligiga katta putur yetkazadi.

Mavzuni mustahkamlash uchun savollar:

1. Raqs ijrochiligi turlarini sanab bering.
2. Balet san'ati haqida tushunchangiz.
3. Tarixiy raqslarning mazmuni va mohiyati nimada?
4. Xalq raqslarining mazmuniyligi va xarakterli jihatlarini bilasizmi?
5. Sharq raqs san'ati turlarini bilasizmi?

4- mavzu. Badan harakatlarini rivojlantirishga yo'naltirilgan mashqlar

4.1. Mumtoz (klassik) raqs.

Reja:

1. Klassik raqs terminologiyasi.
2. Mumtoz raqs harakatlarini o'rgatish.

Tayanch iboralar: *Aplomb, arabesque harakat, croise, effase, aktyor, raqs, tana, sahna, mushak, musiqa, uzluksiz harakat, tezlik, por de bras, cou-de-pied.*

1. Klassik raqs terminologiyasi

«Raqs» fani. Klassik raqs dastlab raqs san'atiga raqqoslarni tarbiyalash vositasi sifatida kirib keldi. Keyinchalik u alohida, mustaqil janrga aylanib qoldi.

Xoreografiyaning asosi bo'lgan, deyarli uch asr mobaynida shakllanib, natijada qat'iy bir tizimga ega bo'lgan harakatlar majmui-klassik raqs maktabi va uning ta'lim metodikasini bugungi kunda butun dunyo tan olgan. Fanning asosiy maqsadi raqs ijrochisining tanasini rivojlantirib, harakatlarni erkin bajarishga o'rgatish hisolanadi. Qaddi-qomatni to'g'ri shakllatiradi, koordinatsiya olish, egiluvchanlikdan tashqari ijodiy fikrlashni, raqs ijrosi madaniyatini shakllantiradi.

Klassik raqs terminologiyasi ilk bor XVII asrda Fransiya Qirollik raqs akademiyasida paydo bo'ldi. Per Boshan Fransiya Qirollik raqs akademiyasi baletmeysteri Jan Jak Nover (1727–1810) esa yetakchi fransuz xoreografi hisoblanadi. Klassik raqs terminologiyasi yillar davomida o'zgarib, qo'shimchalar kiritilib, yanada mukammallashib bordi va hozirgi kunda butun jahon raqs ta'limida qo'llanilib kelinayotgan qat'iy bir tizim darajasiga yetdi. Rus klassik raqs maktabi asoschisi professor Vaganova Agreppina Yakovlevna klassik raqs terminologiyasiga yanada aniqlik kiritilishiga va mukammallashishiga katta hissa qo'shgan. Tibbiyot terminlarini lotin tilida yuritish shart bo'lganidek, klassik raqs terminlarini ham fransuz tilida yuritilishi saqlanib qoldi.

Gavda holatlari atamalari:

“**Aplomb**” – gavdaning to'g'ri qo'yilgan holati. “Aplomb” to'g'ri qoyilsa kombinatsiyalarni bajarish osonlashadi.

“**Allongee**” – Barmoqlarning uzaytirilgan holati.

“**Croise**” – oyoqning V holatda yopiq yoki chalishtirilgan holati.

“**Effase**” – oyoqning V holatda ochiq holati.

“**Ecarte**” – (yon tomonlarga oyoqning ochilgan holati va gavda “croise” va “effase” holatlarida).

“**Arabesque**” (naqsh yoki bezaklar I-II-III-IV).

Bog'lovchi va yordamchi harakatlar atamalari:

“**Battement soutenu**” – V holatda oyoq uchiga ko'tarilgan holda turish va aylanish tushuniladi.

“**Cou – de – pied**” oyoq holati klassik raqs darslaridagi qator harakatlarda qoʻllaniladi. **Cou–de–pied** – harakatdagi oyoqning tayanch oyoq toʻpigʻida oldinda, orqada va oʻralib turgan holati.

“**Preparation**” – barcha kombinatsiyalarni boshlash uchun tayyorlovchi harakat. Harbir kombinatsiya “Preparation”dan boshlanadi.

“**Por de bras**” – qomatni yonga va orqaga bukish, oldinga egilish. “Por de bras” – paytida oyoqlar nihoyatda tarang, tos tortilgan boʻlishiga eʼtibor berish zarur.

“**Pas balance**” – sahnaviy raqslarda koʻp uchraydigan yondan-yonga tebranuvchan harakat.

Passé par terre – harakatdagi oyoqning poldagi sirpanuvchi harakati.

Tutqich va zal oʻrtasidagi ekzersis atamalari:

Plié – mumtoz raqs darsidagi harakat sifatida oʻtirishni anglatadi. Oyoq qayriluvchanligi va elastikligini taʼminlaydi.

Demi (yarim), plié (oʻtirish)–yarim oʻtirish, degan maʼnosini anglatadi.

Grand (katta, toʻliq), plie (oʻtirish) – chuqur oʻtirish degan maʼnosini anglatadi.

Battement tendu – choʻzinchoq harakatlar tizza, boldir va panjardan iborat butun oyoqning tarang choʻzinchoqligini taʼminlaydi, oyoq kuchini rivojlantiradi. Dastlab battement tendu tutqichga qarab oʻrganiladi, negaki bu yoʻnalishda qayrilganlikni tarbiyalash va idrok etish oson boʻladi, qoʻllar harakatiga ifodaviylik beriladi. Oyoq uchini tortib polda (oldinga, yonga, orqaga) siljitish.

Battement tendu jeté – otish bilan bajariladigan harakat. U oyoqning tarangligini taʼminlaydi, oyoqlar kuchi va yengilligi hamda tos-boʻksa mushaklarini harakatchanligini taʼminlaydi. Battement tendu jeté dastlab I, soʻngra V holatda oʻrganiladi. Tutqichga qarab harakat oʻzlashtirilgach, bir qoʻl bilan tutqichni ushlab bajariladi va qoʻllar harakatiga ifodaviylik beriladi.

Battement tendu jete – oyoqni 25° - 45° ga (oldinga, yonga, orqaga) otish.



Rond de jambe par terre – oyoqlar tarangligini o'zlashtirilgach tos-bo'ksa bo'g'imining qayriluvchanligi va harakatchanligini ta'minlovchi, elastiklik va harakatchanligini rivojlantiruvchi asosiy harakatlardan biri hisoblanadi. Rond-de-jambe par terre – oyoq uchini tortib polda aylana chizish.

Rond da jambe par terre en dehors (tashqariga) va en dedans (ichkariga)

– polda harakatdagi oyoq uchi bilan chiziladigan yarim doira.

Demi rond – nimchorak aylantirish hisoblanadi.

Battement frappe – bu zarbli harakat oyoq kuchini va tizza harakatchanligini oshiradi. Battement frappe-ishchi oyoqni to'piq (*Cou-de-pied*) ga urib 25° va 45° ga (oldinga, yonga, orqaga) otish.

Battement fondu—oyoqlar tos-bo'ksa bo'g'imining qayriluvchanligi va harakatchanligini ta'minlaydi, elastiklik va harakatchanligini rivojlantiradi. Battement fondyu- ishchi oyoqni to'piq (*Cou-de-pied*) ga tegizib, demi Plié bilan 25° va 45° ga (oldinga, yonga, orqaga) ochish.

Devellope – oyoqlar tarangligini tos-bo'ksaning qayriluvchanligi va elastiklik harakatlarni ta'minlovchi va rivojlantiruvchi asosiy harakatlardan biri. Devellope oyoqni 90° va undan balandga (oldinga, yonga, orqaga) ko'tarish.

Grand battement jette – Bu harakat orqali oyoqlar tarangligi o'zlashtiriladi, oyoq kuchi va tizza harakatchanligini oshiradi va rivojlantiradi. Grand battement jette-oyoqni 90° va undan balandga (oldinga, yonga, orqaga) otish.

Allegro (Sakrashlar) atamalari:

“**Temps sauté**”- I-II-III-IV-V oyoq holatlarida sakrash.

“Changement de pied” – V holatda oyoqni har gal oldinga va orqaga almashtirib sakrash. Uning ikkitalik (dubl) murakkab varianti ham mavjud.

“Pas échappé” – II- IV- V holatlarda o‘ng va chap oyoqlarni har gal almashtirib sakrash.

“Assamble” – V holatdan sakrab, havoda oyoqlarni (yondan, oldindan, orqadan) yig‘ib, yana V holatga tushish.

2. Mumtoz raqs harakatlarini o‘rgatish

Qomatni tutish. Darsning boshlang‘ich harakatlari.

Oddiy klassik trenaj harakatlarida tana, oyoqlar, qo‘llar va boshni to‘g‘ri tutish, harakatlarni muvofiqlashtirishning oddiy ko‘nikmalarini rivojlantirish boshlang‘ich harakatlarning asosiy vazifasi hisoblanadi.

Gavda holati–gavda mustahkamligi mumtoz raqsning asosiy elementlaridan biridir. Oyoq uchi va yarim oyoq uchida turish, kichik va katta holatlarda sakragandan so‘ng, ayniqsa, piruetlar va sakrab havoda aylanib tushishdagi holatdan chiqib ketmaslikni saqlab qolish o‘ta murakkabdir. Qomat mustahkamligiga o‘rganish, hamda qomat og‘irligi markazini bir yoki ikki oyoqqa teng taqsimlay olish ko‘nikmasi mumtoz raqs ta‘limining ilk bosqichlari bo‘lgan, tutqich oldidagi oyoq va qomatni tutishni rivojlantirish harakatlaridan boshlanadi. Qomat holati vertikal bo‘lishi, orqa va oldinga egilmagan, umurtqa pog‘ona bukilmagan, bel tekis, mushaklar tarang tortilgan bo‘lishi shart. Qomatning mustahkamligini tayanch va ishchi oyoqlar ochiqligi ham ta‘minlaydi.

To‘g‘ri qo‘yilgan qomat barqarorlik (aplomb) garovidir.

Qomatni tutish dastlab tutqichni ikki qo‘l bilan ushlab turib harakat qilinadi, so‘ng tutqich bir qo‘l bilan ushlanib va zal o‘rtasida ham bajariladi.



Qomatni to'g'ri tutish nafaqat barqarorlikni ta'minlaydi, balki oyoqlarni qayriluvchanligini, qomatning klassik raqsda zarur bo'lgan qomat ifodaviyligini ta'minlaydi.

Qomatni to'g'ri tutishni boshlash uchun tutqichga qarab, unga biroz tirsakdan bukilgan qo'lni qo'yib turiladi: qo'llar kaflari qomat o'rtasiga mos keluvchi qarshi tomon tutqichga (uni changallamasdan) qo'yib turiladi. Oyoqlar birinchi holatda.

Tizzalar tarang turadi. Yelkalar erkin ochilgan va tushirilgan. Tos mushaklari qomat to'g'ri, yengil va ko'rimli bo'lguniga qadar taranglashtiriladi. Ushbu holat musiqa oxirigacha saqlanadi.

Eslatma. Qomatning tikligi tos-bo'ksa bo'g'imi erkinligini ta'minlaydi, bu bilan qayriluvchanlikni rivojlanishiga xizmat qiladi. Qomatni tik tutish odati ijrochi ko'nikmasi, raqsdagi ijodiy intizomi shartlaridan biri bo'lib qoladi.

Qomat tikligini oyoqning birinchi holatidan o'rgana boshlanadi, so'ngra ikkinchi, uchinchi, to'rtinchi va beshinchi holatlarga bajariladi.

Musiqa hajmi 4/4 va 3/4. Musiqa jo'rliги ohista, bir ohangdan ikkinchisiga to'xtovsiz va silliq o'tiladi. Holat sakkizdan o'n oltinchi taktlar davomida saqlanadi.

Mumtoz raqs asosan qizdiruvchi mashqlardan boshlanadi. Qizdiruvchi mashqlarning vazifasi-tananing harakatlanuvchi a'zolarini ishlash holatiga tayyorlash, barcha muskullarni qizdirishdan iborat. Muayyan ketma-ketlikdagi mashqlarning mumtoz raqs trenajidan farqli o'laroq, zamonaviy-djaz raqs qizdiruvchi mashqlarining turli yo'llari mavjud: tayanch ushlagichda, o'rtada va porter.

Oyoq holatlari

Klassik raqsda oyoqlar holati (позиция) beshta Dastlab holat tuzilishi qayrilganlikka amal qilmay zal o'rtasida o'rganiladi. Oyoqlar qayrilganligi qomat tikligi bilan kiritiladi.

Eslatma. Oyoqlar holatini o'rganishda quyidagilar zarur: Tik qomat, erkin ochilgan va tushirilgan yelkalar, oyoqlarning o'ta

tarungligi, kaftlarning poldagi tekis holati; bosh barmoqqa tayanish mumkin emas. Ikkinchi va to'rtinchi holatni o'rganishda tana og'irligi markazini har ikkala oyoqqa teng taqsimlash va yelka hamda bel tekisligini kuzatish lozim. Holatlarni to'g'ri tuzish qayrilganlik garovi hisoblanadi.

Oyoqlar holati quyidagi tartibda o'rganiladi: birinchi, ikkinchi, uchinchi, beshinchi va to'rtinchi. To'rtinchi qiyinroq bo'lgani uchun oxirida o'tiladi.

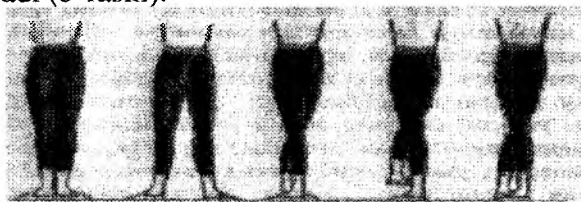
Birinchi holat. Oyoqlar to'voni bir-biriga tegib turadi, uchlari tashqariga burilgan, polda to'g'ri chiziqni hosil qiladi (1-rasm).

Ikkinchi holat. Birinchi holatning to'g'ri chizig'i saqlanadi, ammo qayrilgan oyoqlarning tovonlari bir-biridan taxminan oyoq kaffi uzunligida turadi (2-rasm).

Uchinchi holat. O'sha qayrilgan holatda oyoqlar kafti bir-biriga yopilib, bir oyoqning to'voni ikkinchi oyoqning ichki o'rta qismiga qo'yiladi (3-rasm).

To'rtinchi holat. Beshinchi holat qayrilganligi saqlanadi, ammo oyoqlar yopishmaydi; kaft uzunligida bir-biriga qarama-qarshi turadi (4-rasm).

Beshinchi holat. Oyoqlar to'rtinchi holatdan kelib, bir-birini butunlay yopib turadi: Birinchi oyoq to'voni ikkinchisining uchiga yopilib, birinchi oyoqning uchi ikkinchi oyoqning tovoniga jipslashib turadi (5-rasm).



Uchinchi, to'rtinchi va beshinchi holatni o'ng va chap oyoqdan navbatma-navbat o'rganiladi. Yengilroq bo'lgan uchinchi holat beshinchi holatga tayyorgarlik hisoblanadi. Beshinchi holatni o'rganishga hojat qolmaydi.

Zal o'rtasida to'rtinchi holat boshqa holatlardan farqli qo'l va boshning alohida holatini talab qiladi. Dastlab to'rtinchi holat "en face" da, so'ngra "epaulement" da o'rganiladi, u beshinchi holatdan hosil qilinadi.

Qo'l holatlari o'rganilgach to'rtinchi holatda turli kombinatsiyalar bajariladi. Quyida battement tendu kombinatsiyasi epaulement croisé va epaulement effaceda bajarish keltirilgan:

Dastlabki holat – beshinchi holat, epaulement croisé, o'ng oyoq oldinda, qo'llar tayyorlov holatda, bosh o'ngga burilgan (Gavda 8-nuqtada, bosh esa 2- nuqtaga qaragan).

Ikkita dastlabki akkord. "Bir-i" deganda o'ng oyoq battement tendu qoidalariga ko'ra croisé da oldinga uzatiladi, qo'llar birinchi holatga ko'tariladi, bosh biroz chapga buriladi, ko'zlar qo'l panjasiga qaragan.

"Ikki -i" deganda o'ng oyoq tovoni bilan polga tushiriladi, barmoq uchlari orqaga poldagi qayrilgan holatga olib boriladi, tana og'irligi har ikki yoqqa tushadi. O'ng qo'l ikkinchi holatga ochiladi, chap qo'l birinchi holatda qoladi, bosh o'ngga buriladi. To'rtinchi holat musiqa ohangi davomida saqlanadi.

Ikkita yakuniy akkord beriladi. "Bir-i" deganda qomat tarang tiklanadi, og'irlik markazi chap oyoqqa o'tadi, o'ng oyoq uchi polda oldinga uzatiladi. "Ikki- i" deganda o'ng oyoq battement tendu qoidasiga ko'ra beshinchi holatga qaytadi, ikkala qo'l (chap qo'l birinchi holatdan, o'ng qo'l ikkinchi holatdan) dastlabki holatga tushiriladi, bosh o'ngga buriladi.

O'rganish boshlanganda to'rtinchi holat epaulement effaceda ham beshinchi holatdan tashkil qilinadi.

Qo'l holatlari

Qo'llar holati zal o'rtasida birinchi darslardan boshlab o'rganiladi, klassik raqsda qollar holati (позиция) uchta.

Dastlab qo'l panjalari holatini o'zlashtirib olish zarur: bosh barmoq uchi uchinchi barmoqning ikkinchi bo'g'imiga yaqin turadi,

qolgan barmoqlar uchi bir-biriga yaqinlashgan. Bu talabalarning harakati hali ularning irodasiga bo'ysunmagan va barmoqlar tarang bo'lish mumkin.

Keyinchalik panja ancha erkin bo'lib qoladi: Panjalar yarim doiraliqligi saqlanadi, ammo bosh barmoq uchinchiqa tegib turmaydi, faqat unga yaqinlashadi. Mumtoz raqsda qo'llarning 1ta rasmiy va 3ta asosiy holati qabul qilingan.

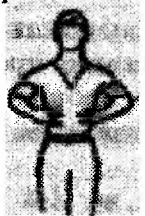
Tayorlov holat. Oyoqlarning tabiiy holatida o'rganiladi: tovonlar bir joyda, kaftlar ozroq kengayadi. Qomat tik, yelkalar tushirilgan va ochilgan. Bosh holati "en face". Qo'llar erkin tushirilgan, tirsak va panjalardan doira shakli hosil qilingan va qomat oldida joylashgan.



Tayorlov holat

Panjalar guruhlashgan. Panjalar deyarli bir-biridan 2 sm oralqda ajralib turadi.

Birinchi holat. Doira shakli saqlangan holda qo'llar diastrikmagacha ko'tariladi. Harakat chog'ida ularni tirsak va panja singari ikki tayanch nuqtasidan bir xildagi balandlikda ushlab turiladi.



Birinchi holat

Ikkinchi holat. Qo'llar dastlabki holatdan birinchi holatga ko'tariladi. Doira shakli saqlanib, qo'llar panjalardan boshlanib yon tomonlarga ochiladi. Bunda ular bir xil darajadagi tirsak va panjalardan iborat ikki tayanch nuqtada tutiladi.



Ikkinchi holat

Harakat so'ngida qo'llar qomat oldida bo'ladi, yelka ochiq va tushirilgan holatda bo'ladi. Talabalar qo'llarni orqaga qilib olishlariga yo'l qo'ymaslik kerak. "Allonge" bilan dastlabki holatga qaytadi. Birinchi va uchinchi holatlar o'zlashtirib olinganidan keyin ikkinchi holatni o'rganishga kirishish mumkin.

Uchinchi holat. Qo'llar dastlabki holatdan birinchi holatga ko'tariladi. Bundan harakatni davom ettirib doira shaklini saqlagan

holda boshdan yuqoriga ko'tariladi, boshni doira ramkaga olgandek bo'ladi. Qo'llarni orqaga ketib qolishini oldini olish kerak. Uchinchi holatdan ikkinchi holatga tushirilib, "Allonge" bilan dastlabki holatga qaytadi. Harakat bir qo'l bilan ham bajariladi, u qomat o'rtasidan harakat qiladi, boshqa qo'l dastlabki holatda bo'ladi.



Uchinchi holat

Keyingi harakatlarda qo'l harakati ohista bo'lishi kerak. Qo'llar avvalgi doira shaklini saqlab qoladi va qomatga bog'liq bo'lmay mustaqil harakat qiladi. Musiqa jo'rliigi ohista, darajasi 4/4 va 3/4. Harakat to'rt taktida bir tekis bajariladi.

Navbatdagi harakat murakkabroq hisoblanadi.

Harakat. Doira shakli saqlanib uchinchi holatga ko'tarilgan qo'llar ikkinchi holatga ochiladi, harakat panjalardan boshlanadi, shundan so'ng bevosita dastlabki holatga tushiriladi. Musiqa o'lchovi 4/4, 3/4.

Eslatma. Mazkur harakatlarni bajarishda harakat bo'lishi, tirsak va bilaklar tarang bo'lmasligi kerak. Yelkalar harakatda ishtirok etmaydi, ular ochiq va tushirilgan bo'ladi.

Tutqich yonida qo'llar tirsakdan bukilgan va erkin tushirilgan masofada turiladi, qo'l kafti qomat oldinrog'idan tutqichga qo'yiladi(uni changallab ushlanmaydi). Tutqichni ushlamagan qo'l dastlabki holatda bo'ladi, oyoqlar talab qilingan holatda qo'yiladi, bosh tutqichdan buriladi.

Shu holatda tutqich yonida yuqoridagi barcha harakatlar bajariladi, ularga endi bosh harakati ham qo'shiladi.

a) O'ng qo'l birinchi holatga ko'tarilayotganda bosh asta chap yelkaga egiladi, ko'zlar panjaga qaraydi.

b) Qo'l ikkinchi holatga ochilganda bosh ko'tarilib o'ngga buriladi, nigoh bilan qo'l panjalari kuzatiladi. Qo'l dastlabki holatga tushirilganda bosh o'ngga burilgan holatda bo'ladi.

Agar qo'l birinchi holat orqali uchinchi vaziyatga ko'tarilsa, bosh o'ngga burilib asta ko'tariladi, nigoh bilan qo'l panjalari kuzatiladi.

Agar qo'l ikkinchi holatga ochilsa, bosh o'ngga buriladi. Bosh erkin harakat qiladi, bo'yin taranglashmaydi.

Ochilgan va tushirilgan yelkalar tekis bo'lishiga e'tibor beriladi. Harakat bajarayotgan qo'l qomat o'rtasida turish kerak, tutqichdagi qo'l dastlabki holatni o'zlashtirmaydi.

Harakatlar dastlab tutqich oldidagi ekzersisga kiritiladi, o'zlashtirilgach esa zal o'rtasida ijro etiladi.

Stanok tomondagi oyoq *tayanch* oyoq bo'lib, kombinatsiyalarni bajarish davrida tana og'irligi shu oyoqda bo'ladi. *Ishchi* oyoq bilan tegishli kombinatsiya bajariladi. Tana barqarorligi uchun egilishlar, oyoq uchiga ko'tarilishlar, trampin (sakraş turlari) mashqlari bajariladi.

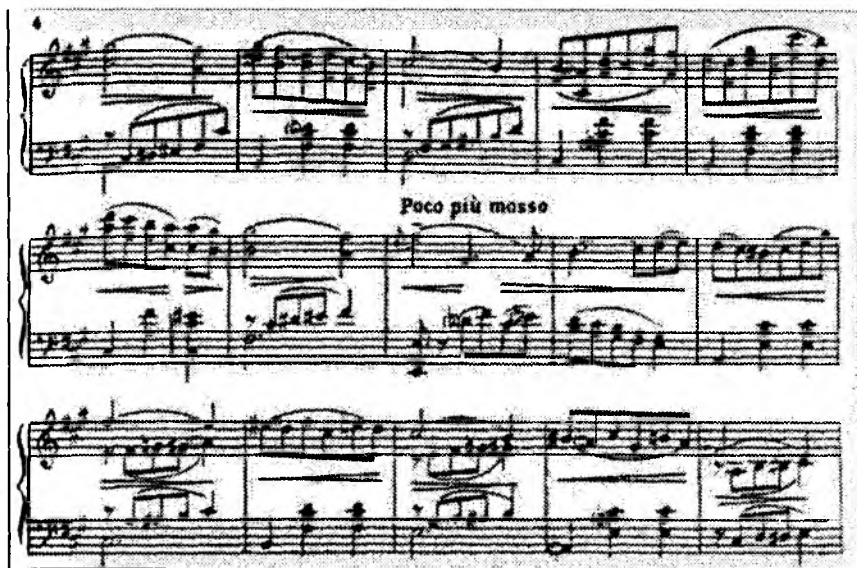
Qo'lning tirsak, kaft va barmoqlari uchun mashqlar. Qo'lning 3 ta pozitsiyasi (holati) orqali mashqlar bajariladi.

Tayyorlov holatida qo'llar pastda tirsak va bilakdan yarim oy shaklida bukilib, kaftlarning ichki tomoni yuqoriga qaragan, o'ng va chap qo'l barmoqlarning uchi bir-biriga yaqin turadi. Qo'llar gavdaga tegmasligi yoki juda oldinga ko'tarilib ketmasligi kerak.

Valse lente

Allegro

The image displays two systems of musical notation for a piano. The first system is titled "Valse lente" and consists of two staves (treble and bass clef) with a common time signature. The music features a melodic line in the right hand with many beamed eighth notes and a supporting bass line in the left hand. The second system is titled "Allegro" and also consists of two staves. The tempo change is indicated by the word "Allegro" above the first staff. The musical style continues with similar melodic and harmonic patterns, though the tempo is faster.



Port de bras: Qomatni yonga, orqaga egish va tananing bel chizig'idan yuqori qismini egib aylantirish. Bu harakat dastlab tutqichga qaragan holda bajariladi. Harakatni bajarishdan oldin tutqich oldida gavnani to'g'ri tutib olish kerak. Avval o'ng va chap yon tomonlarga egish, so'ng orqaga, undan keyin esa aylanasiga egish o'rgatiladi. Yon tomonlarga egilishda bosh to'g'riga qaragan, Yelkalar siqilmaganligiga, umurtqa pog'onaning tekisligiga e'tiborni qaratish lozim. Orqaga egilishda bosh yon tomonga qaragan, ikki yelka birtekis chiziqda egilishi va egilish vaqtida qorinni oldinga chiqarib yubormaslik talab etiladi. Aylanasiga egilish paytida avval yonga, keyin orqaga va yana ikkinchi yon tomondan o'z holatiga qaytariladi. Aylanasiga egilayotganda yo'qorida aytib o'tilgan barcha turdagi egilish qoidalariga amal qilinishi kerak.

Port de bras kombinatsiyasining ko'rinishlaridan misollar—

a) Oyoqlar birinchi holatda, o'ng tomonga o'ng yelka egilishni boshlaydi, chap qo'lni tutqichdan olib, ikkinchi holatdan uchinchi holatga ko'tariladi. Qaytishda chap yelka bilan qaytiladi,

chap qo‘l uchinchi holatdan ikkinchi holat orqali qaytib tutqichni ushlaydi. Umurtqa pog‘onaning tekisligiga e‘tibor qaratib, bosh to‘g‘riga qaragan va siqilmagan yelkalar bilan perpendikular holatda egilib, o‘z holatiga qaytadi.

b) Oyoqlar beshinchi holatda. Avval o‘ng tomonga o‘ng yelka bilan, keyin orqaga ikki yelkani tekis tutib, chap yon tomondan dastlabki holatga qaytiladi.

Plié (Mumtoz raqsd): – bu o‘tirishdir, demi plié esa yarim o‘tirish. U oyoqlarni burilishi va elastikligini rivojlantiradi. Harakat oyoqlarni poldan uzmay bajariladi, bu holatni diqqat bilan kuzatish zarur, negaki tovonlarni polda tutib turish paylarni va tizza-boldir mushaklarni yaxshi rivojlantiradi. Pliéning barcha holatlarida kaftlar polda tekis yotadi, kaft bosh barmoqqa tayanmasligi kerak: tovonlar polga yopishib turishi kerak, negaki bu boldir-tovon payini rivojlanishiga imkon beradi, qomat to‘g‘ri va tik bo‘lishi kerak, Yelkalar va bel to‘g‘ri turadi. Qomatning og‘irlik markazi ikki teng taqsimlanadi, ayniqsa ikkinchi va to‘rtinchi holatlarda bunga e‘tibor berish lozim.

“Plié”ni o‘rganayotib, qomat og‘iriligini nafaqat ikki oyoqqa, balki kaftga ham bir tekisda tushushini ta‘minlash lozim, oyoq uchiga og‘irlik tushirmaslik kerak. Oyoqni to‘la burilganligi, tizzalar keng ochilishi, ayniqsa tizzadan bo‘ksagacha yuqori qismga e‘tibor berish zarur. Tizzani kaft yo‘nalishida bukish ayniqsa muhim. To‘la o‘tirishni bajarishda tovonlar polda uzoqroq bo‘lishiga e‘tibor berish kerak. Oyoq payini yanada cho‘zish imkonini bo‘lmay qolgan paytda tovonlarni poldan asta ko‘tariladi. Tovuonlarni uzoq ko‘tarib turish yaramaydi, plié dan ko‘tarilayotganda ular darhol tushiriladi.

Ikkinchi holatda Plié ijro etilganda tovonlar poldan uzilmaydi, oyoqlar bir kaft uzunligi masofasida qo‘yiladi. Bunday holat ularning egiluvchanligini rivojlantirishda samara beradi. Hech qachon bo‘ksani egmaslik kerak, aks holda noto‘g‘ri shakl hosil bo‘ladi, buriluvchanlikni hosil qilishga halaqit beradi.

Pastlab o'tirganda (oxirgi nuqtagacha) biror lahza to'xtab qolmaslik lozim, darhol qaytariladi, agar plié da "O'tirish" davom etsa, mushaklarning quvvatlariga salbiy ta'sir qiladi, oyoqlar egiluvchan bo'lmay qoladi.

Zal o'rtasidagi plié ham xuddi shunday bajariladi. Har ikkala qo'l harakatga to'la hamohang bo'ladi.

"Plié" kombinatsiyasining ko'rinishlaridan misollar—

a) demi plié tutqich yonida birinchi, ikkinchi, uchinchi, beshinchi holatlarda bajariladi. Keyinchalik to'rtinchi holatda o'rganiladi.

b) Grand plié birinchi, ikkinchi, uchinchi va beshinchi holatlarda bajariladi. Keyinchalik to'rtinchi holatda o'rganiladi.

Battement tendu: Bu harakat tizza-boldir paylarini harakatchanligini oshirish, to'piq va tizzani mustahkamlashga xizmat qiladi.

Battement tenduda harakatdagi oyoq tos-bo'ksa, tizza, boldirkuft qismlaridan nihoyatda taranglashadi, kuchli cho'zilib holatga qaytariladi. Tayanch oyoq tarang va qayrilgan. Qomat tik va osoyishta yelkalar va bel tekisligi saqlanadi, ayniqsa, bu battement tendu oldinga va orqaga bajarilganda zarur.

Qo'llarning to'g'ri holati o'zlashtirilgandan keyin ularga badiiylik bo'yog'i beriladi: Buning uchun qo'l dastlabki holatdan takt ortidan ochiladi va yana yopiladi, dastlabki va birinchi holat orqali ikkinchi holatga ochiladi. Oyoq oldinga sirpanib ochilganda tovon bilan ochib, oyoq uchi bilan yopiladi.

Orqaga ochilganda oyoq uchi bilan ochib, tovon bilan yopiladi. Yonga ochilganda esa, oyoq kaftining yuza qismi yuqoriga qaragan bo'ladi. Bunda yelka va belni to'g'ri bo'lishiga e'tibor qaratish lozim. Oxirgi nuqtaga erishganda harakatdagi oyoq boldiri va panjalari cho'zilgan o'ta tarang va qayrilgan bo'lishi kerak. **"Battement tendu" kombinatsiyasining ko'rinishlaridan misollar—**

a) birinchi, beshinchi holatlardan yonga-oldinga-orqaga;

b) birinchi, beshinchi holatlardan yonga-oldinga-orqaga bajariladi va demi plié bilan yakunlanadi.

d) birinchi, beshinchi holatlardan yonga-oldinga-orqaga bajariladi va “Passe par terre” bilan yakunlanadi.

Battement tendu jete: Bu harakat oyoqlar kuchi va yengilligi, tos-bo‘ksa paylarini harakatchan bo‘lishini ta‘minlaydi.

Battement tendu jeté ni turli tomonlarga, xoch shaklida va h.k. qatorasiga bir necha marta ijro etish mumkin.

Bu harakatni bajarishda harakatdagi oyoq burilgan holatda bo‘lishiga e‘tibor berish zarur. Dastlab birinchi holatdan o‘rganiladi.

Harakatdagi oyoq 25° balandlikga sirpantirish orqali otiladi, oyoq cho‘zilgan panjalar bilan polga tegib kerakli holatga qaytadi. Qaytayotgan paytda cho‘zilgan boldir qisqaradi, bu bilan tovonni kerakli holatda qayriluvchanligi ta‘kidlanadi. Barcha yo‘nalishlardagi Battement tendu jetéda harakatdagi oyoq havoda aniq bir balandilikni mo‘ljallab otiladi. Har ikkala oyoq qayrilganlik va taranglikni harakat paytida to‘liq saqlaydi. Qomatni tik va osoyishta, yelkalar va bel tekis bo‘lishi shart.

“Battement tendu jete” kombinatsiyasining ko‘rinishlaridan misollar–

a) birinchi va beshinchi holatdan yonga-oldinga- orqaga;

b) birinchi va beshinchi holatdan yonga-oldinga- orqaga bajariladi va pique bilan yakunlanadi.

d) birinchi va beshinchi holatdan yonga-oldinga- orqaga bajariladi va “releve” bilan yakunlanadi.

Rond de jambe par terre: Bu harakat bajarilayotganda har bir oyoqning qayriluvchanligi va tarangligiga e‘tibor berish zarur.

Ayniqsa, harakatdagi oyoqning qayriluvchanligi va tarangligini kuzatish zarur. Rond de jambe par terre bajarilayotganda qomat tik va osoyishta, yelkalar va bel tekis bo‘ladi. Oyoq uchi polda sirpanib oldingi to‘rtinchi- ikkinchi- orqa to‘rtinchi holatlari orqali yoy chizadi, bunda harakatdagi oyoq tovonni tayanch oyoq qarshisi bo‘ylab harakatlanishi lozim hamda birinchi holatni ko‘rsatib o‘tishi kerak. Demi rond de jambe par terre o‘zlashtirilgandan keyin

rond de jambe par terre “en dehors” va “en dedans” o‘rganiladi. In dehors da harakatdagi oyoq oldinga uzatiladi, panja bilan polda yarim doira chizadi, ikkinchi holatdan tayanch oyoq yo‘nalishida kaft bilan “ichkariga” sirpanadi.

En dedans da harakatdagi oyoq orqaga uzatiladi, panja bilan polda yarim doira chizadi, ikkinchi holatdan tayanch oyoq yo‘nalishida kaft bilan “tashqariga” sirpanadi.

Dastlab rond de jambe par terre ohista bajariladi, oldinga, yonga va orqaga yo‘nalishlar belgilab qo‘yiladi. So‘ngra rond de jambe par terre ni passé par terre bilan birlashtirib to‘xtovsiz bajariladi.

Passé par terre – harakatdagi oyoqning poldagi sirpanuvchi harakati.

Passé par terre – bir qator harakatlarda bog‘lovchi harakat, shuningdek, uzluksiz bajarilayotgan rond de jambe terre elementidir. Dastlab passé par terre alohida harakat sifatida o‘rganiladi. Passé par terreda tayanch oyoq tarang va qayriluvchan. Passé paytida harakatdagi oyoq kafti birinchi holat orqali polda tekis joylashtiriladi, bosh barmoqqa tayanilmaydi. Tayanch oyoq tarang va qayriluvchan. Qomat tekis va osoyishta, yelkalar va bel tekis.

“Rond de jambe par terre”da qomatning tikligi va osoyishtaligi, yelkalar va belning tekisligi, har ikkala oyoqning o‘ta qayrilganligi va cho‘zuvchanligi tos-bo‘ksa mushaklarining egiluvchanligi va elastikligini ta‘minlaydi.

“Rond de jambe par terre” kombinatsiyasining ko‘rinishlaridan misollar-

a) birinchi holatdan demi rond “en de dans” va “en dehors” bajariladi.

b) birinchi holatdan to‘liq rond “en de dans” va “en dehors” bajariladi.

d) birinchi holatdan demi rond va to‘liq rond “en de dans” va “en dehors” bajariladi hamda por de bras bilan yakunlanadi.

Cou – de – pied da oyoqlar holati: Cou – de – pied – harakatdagi oyoqning tayanch oyoq to‘pig‘ini oldinda, orqada yoki o‘rab

olingan holati. *Cou – de – pied* da oyoq holati mumtoz raqs darslaridagi qator harakatlarda qo‘llaniladi.

Harakatlarni bajarayotganda harakatdagi oyoq nihoyatda qayrilgan. Tayanch oyoq tarang va qayrilgan. Qomat tik va osoyishta. Harakatdagi oyoq *cou – de – pied* holatida mustaqilligini saqlaydi. Ayniqsa buni oldinga *cou – de – pied* da kuzatish zarur, bunda harakatdagi oyoq tayanch oyoq to‘pig‘ini mahkam o‘raydi.

Cou – de – pied (Oldinga holati): harakatdagi oyoq kafti kuchli cho‘zilgan boldir bilan tayanch oyoqning oldiga qo‘yilib, oyoq uchi to‘piqqa tegib turadi, bunda tovon oldinda tarang tortilib tayanch oyoqqa tegmaydi va oraliq hosil qiladi.



Cou – de – pied (Orqaga holati): harakatdagi oyoq kafti kuchli cho‘zilgan boldir bilan tayanch oyoqning orqasiga qo‘yilib, tovon to‘piqqa tegib turadi, bunda orqaga tarang tortilgan oyoq uchi tayanch oyoqqa tegmaydi va oraliq hosil qiladi.



Cou – de – pied (O‘rab olingan holati): harakatdagi oyoq kafti kuchli cho‘zilgan boldir bilan tayanch oyoqni o‘rab oladi, bunda tovon oldinda, tarang panjalar esa orqada bo‘ladi.



“*Cou – de – pied*”–kombinatsiyasining ko‘rinishlaridan misollar–

a) Dastlabki holat: tutqichga qarab turiladi – beshinchi holat, o‘ng oyoq oldinda.

Bir i deganda harakatdagi o‘ng oyoq bukilib shartli *cou – de – pied* ga ko‘tariladi, bunda oyoqlar qayrilganligi kuchayadi. ***Ikki i*** deganda shartli *cou – de – pied* saqlanadi. ***Uch i*** deganda harakatdagi oyoq beshinchi holatga tushiriladi. Keyingi taktda ***bir i*** deganda harakatdagi chap oyoq orqadan *cou – de – pied* ga ko‘tariladi. ***Ikki i*** deganda orqadan *cou – de – pied* holati saqlanadi va ***uch i*** deganda harakatdagi oyoq beshinchi holatga tushiriladi.

b) *Bir i* deganda harakatdagi o'ng oyoq battement tendu qoidalariga ko'ra panjalar polda ikkinchi holatga cho'ziladi. *Ikki i* deganda oyoq bukilib cou – de – pied oldinga qo'yiladi, bunda butun oyoq qayrilganligi kuchayadi. *Uch i* deganda oyoq panjasi polda ikkinchi holatga ochiladi. *To'rt i* deganda harakat battement tendu qoidalariga ko'ra beshinchi holat orqaga yakunlanadi. Bu yerdan harakatdagi oyoq panjalar polda ikkinchi holatga uzatiladi va bukilib cou – de – pied orqaga qo'yiladi, kaft bilan to'piqqa tegiladi. So'ngra oyoq uchi polda ikkinchi holatga uzatiladi va harakat oldinga beshinchi holatda yakunlanadi.

Harakatni oldinga va orqaga almashtirib takrorlanadi.

Eslatma. Yuqoridagi misollar majburiy emas, har qanday variantlar bo'lish mumkin. Bu misollar cou – de – pied holatini mustahkamlaydi va bir qator klassik ekzersis harakatlariga tayyorgarlik hisoblanadi.

Battement fondu: Harakatni bajarishda ikkala oyoq bukiladi, “demi plié” ga tushirilgan tayanch oyoq to'pig'iga ishchi oyoq yaqinlashtiriladi. Har ikkala oyoq tizzalari ikki oyoqqa yoyiladi. Ishchi oyoq tayanch oyoqning to'pig'i oldiga shartli “coud de pied”ga olib kelinadi, ayni paytda tayanch oyoq o'tirishni boshlaydi. Har ikkala oyoq burilganligi saqlanib asta cho'ziladi, bunda ishchi oyoq uchi polga tegizib kerakli tomonga ochiladi harakatni yaxshi o'zlashtirgandan so'ng $25^{\circ}45^{\circ}$ ochiladi.

Shartli “coud-de-pied” – bu tayanch oyoq to'pig'i o'ralmagan kaft holati.

“Battement fondu” kombinatsiyasining ko'rinishlaridan misollar–

a) battement fondu dastlab oyoq kaftlari polda o'rganiladi, beshinchi holatdan yonga -oldinga –orqaga bajariladi. Ishchi oyoq tayanch oyoqning to'pig'ida (sur le cou de-pied) shartli va sodda.

b) beshinchi holatdan “Demi plié” bilan yonga -oldinga –orqaga bajariladi. Ishchi oyoq tayanch oyoqning to'pig'ida (sur le cou de-pied), keyin 25° ga havoga ko'tariladi.

d) beshinchi holatdan yonga -oldinga -orqaga “releve” bilan bajariladi. Ishchi oyoq tayanch oyoqning to‘pig‘ida (sur le cou-de-pied), keyin 45° ga havoga ko‘tariladi.

Battement frappé: Bu harakat zarbli urish bo‘lib, 2-holatdan oldinga, yonga, orqaga bajariladigan harakat. Avval oyoq uchun yonga polga qo‘yib, juda sekin, to‘xtalish bilan, keyinchalik esa 25° va 45° ga havoga shiddat va keskin bajariladi. Harakatni bajarish paytida, ya‘ni ishlovchi oyoqni bukish va cho‘zish vaqtida oyoq tos suyaklar ochiq va mustahkam turishi shart. Battement double frappé -bu petit battement va battement frappé ni birlashtiruvchi ikki bora o‘tkazgichli harakat.

“Battement frappé” – kombinatsiyasining ko‘rinishlaridan misollar–

a) Battement frappé beshinchi holatdan boshlanib, ishchi oyoq tayanch oyoqning to‘pig‘iga (sur le cou de-pied) zarb bilan uriladi, kaftlar polga uzatiladi. Kombinatsiya yonga–oldinga–orqaga bajariladi.

b) Battement frappé beshinchi holatdan boshlanib, ishchi oyoq tayanch oyoqning to‘pig‘iga (sur le cou de-pied) zarb bilan uriladi, keyin 25° ga havoga otiladi.

d) Battement frappé beshinchi holatdan “releve” bilan boshlanib, ishchi oyoq tayanch oyoqning to‘pig‘iga (sur le cou de-pied) zarb bilan uriladi, keyin 45° ga havoga otiladi. “Petit battement” bilan tugalanadi.

e) Battement frappé beshinchi holatdan boshlanib, ishchi oyoq tayanch oyoqning to‘pig‘iga (sur le cou de-pied) zarb bilan uriladi, keyin 45° ga havoga otiladi. “Double frappé” yonga bajarilib kombinatsiya yakunlanadi.

Rond de jamb en lair: Bu harakat oyoqni havodagi doira harakati, bunda tizzadan tortib oyoq panjalarigacha harakatchanlik rivojlantiriladi. En dehors va en dedans ijro etiladi. Rond de jamb en lair paytida tos-bo‘ksaning to‘g‘riligiga, panjalar tarang tortilganligiga e‘tibor qaratish lozim.



En dedans
En dehors
Rond de jambe en l'air



Dastlab rond de jambe en l'air ni oyoq kaftida va uchida turib bajariladi, so'ngra faqat oyoq uchida bajariladi.

Rond de jambe en l'air preparation dastlab ikki vaziyatga bo'linadi, ularda oyoq kaftidan uchiga o'tish ta'kidlanadi.

Ikkita kirish akkordni. Bir deganda qo'l birinchi vaziyatga ko'tariladi. I deganda harakatdagi oyoq ikkinchi vaziyatga uzatiladi, qo'l ikkinchi vaziyatga ochiladi. Ikki deganda harakatdagi oyoq 45° ga ko'tariladi, tayanch oyoq uchiga ko'tariladi. I rond de jambe en l'air boshlanishi uchun ishora hisoblanadi. Harakat oxirida ikki yakuni akkord beriladi: birinchisida harakatdagi oyoq kafti polga tushiriladi; ikkinchisida harakatdagi oyoq beshinchi vaziyat orqaga yopiladi, qo'l tayyorgarlik holatiga tushiriladi.

So'ngra preparation har ikkala holat muvofiqlashtiriladi. Bir deganda qo'l birinchi vaziyatga ko'tariladi. Ikki deganda harakatdagi oyoq polda kafti bilan sirpanib 45° ikkinchi vaziyatga ochiladi, tayanch oyoq uchiga ko'tariladi, qo'l ikkinchi vaziyatga ochiladi. I rond de jambe en l'air boshlanishini anglatadi. Harakat oxirida ikki yakuniy akkordda harakatdagi oyoq polda sirpanib beshinchi vaziyat orqaga yopiladi, tayanch oyoq tovonni polga, qo'l tayyorgarlik holatiga tushiriladi.

Eslatma. Rond de jambe en l'air tayanch oyoq tarang va burilgan, oyoq uchida kaft holati tekis, bosh barmoqqa tayanadi.

“Rond de jamb en lair”- kombinatsiyasining ko'rinishlaridan misollar-

a) Rond de jamb en lair to'g'ri chiziq bo'ylab yonga 25° da ochilgan oyoqni bukib va cho'zib stanokka qarab bajarib o'rgatiladi.

b) Rond de jamb en lair “en dehors” va “en dedans” 25^o da yonga ochilgan oyoqni bukib va aylantirib stanokka qarab bajarib o‘rgatiladi.

d) Rond de jamb en lair “en dehors” va “en dedans” yonga 45^oda, ochilgan oyoqni bukib va aylantirib stanokka qarab bajarib o‘rgatiladi.

Rond de jambe en lair : Musiqa hajmi 4/4 (so‘ngra 2/4). Dastlabki holat: oyoqlar beshinchi holatda, qomat tik, qo‘llar stanokda, tayoqchaga qarab turiladi.

The image shows a musical score for a dance piece. It consists of five systems of music, each with a treble and bass staff. The music is written in a style typical of 19th-century dance music, featuring a mix of eighth and sixteenth notes, often beamed together. There are many slurs and accents throughout the score. The key signature has one sharp (F#), and the time signature is 4/4. The score is presented in a black and white, slightly grainy format.

Handwritten musical score for piano, consisting of 14 staves. The notation includes treble and bass clefs, a key signature of one sharp (F#), and a common time signature (C). The music features complex rhythmic patterns, including sixteenth and thirty-second notes, and various chordal textures. The score is written in a fluid, cursive style characteristic of early 20th-century manuscript notation.



Birinci akkordga o'sha holat saqlanadi, ikkinchida o'ng oyoq yonga cho'ziladi, oyoq uchi polda.

“Bir” deganda o'ng oyoq 45 gradusga ko'tariladi.

“Ikki” deganda burilganlik saqlanib, oyoq tizzadan bukiladi, oyoq uchi tayanch oyoq boldiriga yuboriladi.

“Uch” deganda 45 gradus yuqorida burilganlik holati saqlanib, o'ng oyoq 45 gradusga chiqadi.

“To‘rt” deganda oyoq uchi polga tushiriladi.

Harakat bir necha marta bajariladi va beshinchi holat oldinda yukunlanadi.

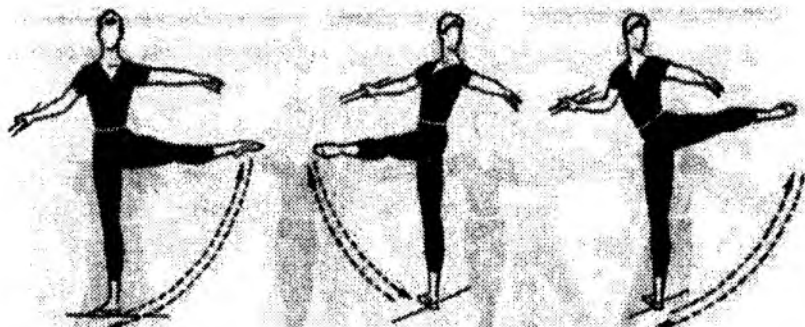
Battement releve lent: Dastlabki holat besh. Battement releve lent paytida qomat adl bo‘ladi, oyoqni yonga oldinga, va orqaga 90° ga ochich ma’nosini anglatadi Lekin passé holati hamisha bir xilda bo‘ladi : harakatdagi oyoq tizzasi yonga aniq cho‘ziladi, tuyanch oyoq tizzasi darajasidagi kaft yonga turadi, bu bilan holatdan holatga, yo‘nalishidan yo‘nalishga o‘tishga xalaqit bermaydi. Passé holatidan harakatdagi oyoq développé ni takrorlashi yoki topshiriqqa qarab o‘zgartirishi mumkin.

Harakatdagi oyoq passé da bukilgan bo‘lishiga qaramay kuchliligicha qolish kerak: bu uning mustahkamligini ta’minlaydi va navbatdagi harakatning sifatini belgilaydi.

“Battement releve lent” – kombinatsiyasining ko‘rinishlaridan misollar–

a) Battement releve lang birinchi holatdan oyoqni battement tendu orqali 90° ga yonga- oldinga-orqaga ko‘tariladi. Mayin va cho‘ziq musiqa ohangi tanlanadi.

b) Battement releve lang beshinchi holatdan oyoqni oldinga battement tendu orqali 90° ga ko‘tarish va Passé orqali orqaga olib o‘tish battement tendu orqali 90° ga yonga- oldinga-orqaga ko‘tariladi. Mayin va cho‘ziq musiqa ohangi tanlanadi.



Battement développé: Harakat oyoqlar kuchi va tos-bo'ksa paylarini egiluvchanligini rivojlantiradi, shuningdek barcha yo'nalishlarda bajariladi. Battement developpe dastlab tutqichga qarab yonga va orqaga bajariladi.

Battement développé passé 90° ga-“Passé”, ya'ni bir yo'nalishdan ikkinchisiga, bir holatdan boshqasiga o'tish harakatdagi oyoqning 90° holatidagi harakatlardagi harakatni bog'lovchi hisoblanadi.

Battement développé yoki battements relevé so'ngida 90° ga cho'zilgan harakatdagi oyoq harakatni beshinchi vaziyatda yakunlamaydi, balki passé orqali yo'nalishini o'zgartiradi. Harakatdagi oyoqning yuqori qismning buriluvchanligi kuchayib tizzadan bukiladi, cho'zilgan kaft tayanch oyoq tizzasi qadar olib kelinadi, lekin unga tegmay turadi. Harakatdagi oyoq tizzasi yonga aniq cho'ziladi, tayanch oyoq tizzasi darajasidagi kaft yonga turadi, bu bilan holatdan-holatga, yo'nalishidan yo'nalishga o'tishga xalaqit bermaydi. Passé holatidan harakatdagi oyoq développé ni takrorlashi yoki topshiriqqa qarab o'zgartirishi mumkin.

Harakatdagi oyoq passé da bukilgan bo'lishiga qaramay kuchliligicha qolish kerak: Bu uning mustahkamligini ta'minlaydi va navbatdagi harakatning sifatini belgilaydi.

Musiqa hajmi va xususiyati battement développé yoki battement relevé dagi kabi.

“Battement développé”-kombinatsiyasining ko'rinishlaridan misollar-

a) Battement développéda ishchi oyoq uchi tayanch oyoq bo'ylab tizzaning ichki qismigacha ko'tariladi va dastlabki holatga qaytadi. Harakat vaqtida tizzalar yon tomonga burilgan.

b) Battement développéda ishchi oyoq uchi tayanch oyoq bo'ylab tizzaning ichki qismigacha ko'tariladi va 45 gradusga yonga-oldinga-orqaga ko'tariladi.

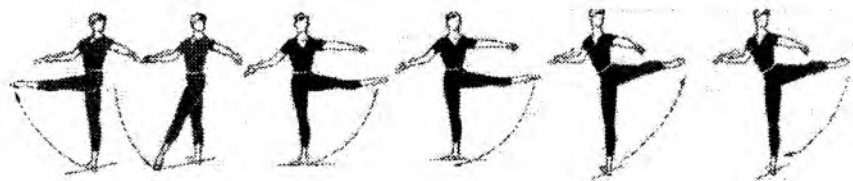
d) Battement développéda ishchi oyoq uchi tayanch oyoq bo'ylab tizzaning ichki qismigacha ko'tariladi va 90 gradusga yonga-oldinga-orqaga ko'tariladi.

e) Battement développédá ishchi oyoq uchi tayanch oyoq bo‘ylab tizzaning ichki qismigacha ko‘tariladi va paccé da oldinga-yonga —orqaga, keyinchalik 90 gradusda. Birinchi va beshinchi holatlarda.

Grand battement jete: Bu harakat oyoqlar kuchi va yengilligi, tos-bo‘ksa paylarini harakatchan bo‘lishini ta‘minlaydi.

Grand battement jeté ni turli tomonlarga, xoch shaklida bir necha marta ijro etish mumkin. Bu harakatni bajarishda harakatdagi oyoq burilgan holatda bo‘lishiga e‘tibor berish zarur. Dastlab birinchi holatdan o‘rganiladi, keyinchalik harakatni o‘zlashtirgandan so‘ng beshinchi holatda o‘rganiladi.

Harakatdagi oyoq kuch bilan 90° balandlikga sirpantirish orqali otiladi va cho‘zilgan oyoq panjalari kerakli holatga qaytadi. Barcha yo‘nalishlardagi Grand battement jetéda harakatdagi oyoq havoda aniq bir balandilikni mo‘ljallab otiladi. Harakat paytida har ikkala oyoq qayrilganlik va taranglikni to‘liq saqlashi lozim.



Qomatni tik va osoyishta, yelkalar va bel tekis bo‘lishi shart.

“Grand battement jete” - kombinatsiyasining ko‘rinishlaridan misollar—

a) Grand battement jete birinchi va beshinchi holatdan yonga-oldinga- orqaga 90° gradusga otiladi;

b) Grand battement jete birinchi va beshinchi holatdan yonga-oldinga- orqaga paccé bilan 90° gradusga otib bajariladi.

d) Grand battement jete birinchi va beshinchi holatdan epaulement croisé epaulement efface va “ecarte”da 90 gradusga otib bajariladi.

Por de bras

Qo'llar holati o'zlashtirilganidan keyin, *épaulement da por de bras*-qo'llar uchun harakat o'rganiladi.

Birinchi por de bras

Musiqiy hajmi 3/4. Ohista, mo'tadil sur'at.

Dastlabki holat: *épaulement croisé*, oyoqlar beshinchi holatda, o'ng oyoq oldinda. 2 takt musiqada ijro etiladi.



1-takt. "Bir", "Ikki" deganda har ikkala qo'l birinchi holatda bo'ladi., bosh biroz chap yelkaga egiladi.

"Uch", "To'rt" deagnda qo'llar uchinchi holatga ko'tariladi, bosh en face buriladi.

2-takt. "Bir", "Ikki" deganda qo'llar dumaloqlangan holatda harakat panjalaridan boshlanadi, qo'llar ikkinchi holatga ochiladi, bosh o'ngga buriladi, o'ng qo'l panjalariga qarab turiladi.

"Uch", "To'rt" deganda qo'llar panjalari ochilib kaft pastga buriladi, qo'llar asta dastlabki holatga tushiriladi.

So'ngra harakat *épaulement croisé* da bajariladi, oyoqlar beshinchi holatda, chap oyoq oldinda.

Ikkinchi por de bras

Musiqiy hajm 4/4. Dastlabki holat: *épaulement croisé*, oyoqlar beshinchi holatda, o'ng oyoq oldinda harakat 2 musiqa taktida bajariladi.



Tayyorgarlik: birinchi akkordda qo'llar birinchi holatga ko'tariladi. Bosh biroz chap yelkaga egiladi, nigoh qo'l panjalari-ga qaratiladi.

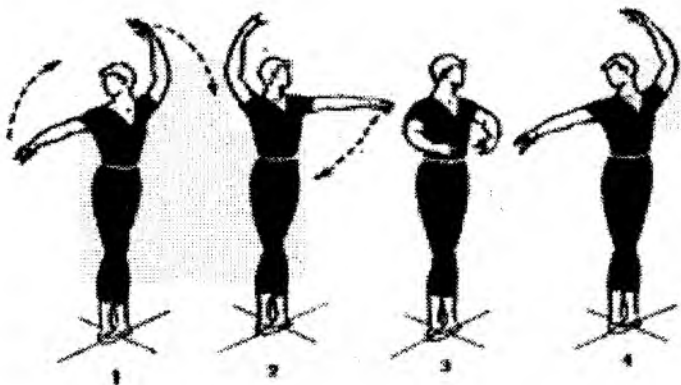
Ikkinchi akkordga chap qo'l uchinchi holatga ko'tariladi, o'ng qo'l ikkinchi holatga ochiladi, bosh o'ngga buriladi, o'ng qo'l pan-jalari kuzatib turiladi.

1-takt. "Bir", "Ikki" chap qo'lni harakatini panjalardan boshlab ikkinchi holatga ko'tariladi, bosh chapga buriladi, chap qo'l pan-jalari kuzatiladi.

"Uch", "To'rt" deganda chap qo'l kafti pastga burilib dastlabki holatga tushiriladi, qo'l kafti pastga burilib dastlabki holatga tushiriladi, qo'l panjalari kuzatiladi, bosh sal egilib, o'ngga buriladi.

2-takt. "Bir", "Ikki" deganda o'ng qo'l birinchi holatga tushirila-di, ayni paytda chap qo'l birinchi holatga ko'tariladi, bosh chap yelkaga egiladi, qo'l panjalariga qaraladi.

“Uch”, “To‘rt” deganda chap qo‘l uchinchi holatga ko‘tariladi, o‘ng qo‘l ikkinchi holatga ochiladi, bosh o‘ngga buriladi va harakat dastlabki holatga ochiladi, bosh o‘ngga buriladi va harakat dastlabki holatda yakunlanadi. U bir necha marta takrorlanadi, shundan so‘ng keyingi ikki akkord bajariladi: “Bir” deganda chap qo‘l ikkinchi holatga ochiladi, “Ikki” deganda har ikkala qo‘l dastlabki holatga tushiriladi. Chap oyoqdan ham shu harakatlar bajariladi.



Uchinchi por de bras

Musiqiy hajm 4/4. Ohista sur‘atda. Dastlabki holat: *épaulement croisé*, oyoqlar beshinchi holatda, o‘ng oyoq oldinda. Harakat ikki takt musiqada bajariladi.

Tayyorgarlik: birinchi akordda har ikkala qo‘l birinchi holatga ko‘tariladi, bosh biroz chap yelkaga egiladi.

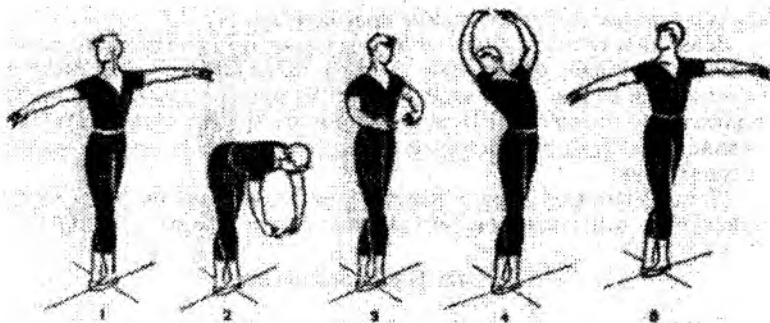
Ikkinchi akordda har ikkala qo‘l birinchi holatga ko‘tariladi, bosh o‘ngga buriladi.

1-takt. “Bir”, “Ikki” deganda tosoni tortib, qomat asta pastga egiladi, oyoqlar tizzadan bukilib qolmasligi kerak. Har ikkala qo‘lni tushirib dastlabki holatda birlashtiriladi, bosh qomat bilan birga egiladi, o‘ng qo‘l kafti kuzatiladi.

“Uch”, “To‘rt” deganda qomat asta dastlabki holatga qaytariladi, qo‘llar birinchi holat orqali uchinchi holatga ko‘tariladi.

2-takt. “Bir”, “Ikki” deganda qomat beldan orqaga egiladi, oyoqlar tizzadan bukilmasin, qo‘llar uchinchi holatda, bosh o‘ngaga burilgan.

“Uch”, “To‘rt” deganda qomat asta birinchi holatga qaytariladi, qo‘llar ikkinchi holatga ochiladi, harakat yakunlanadi.



Oyoq uchun mashqlar. *Releve* – 1–2–5 holatlarda yarim barmoqlarga ko‘tarilish. Bu holatlarni bajarish uchun qomatni tik tutib, oyoqning tovonidan boshlab yuqoriga qattiq tortilgan holda tizzalami bukmasdan asta-sekin ko‘tarilib tushiladi. Bu mashqni to‘g‘ri bajarish uchun avval stanokka yuz bilan turib bajariladi. *Releve* – oyoqlarni tarbiyalab uning qayriluvchanligini, buriluvchanligini oshiradi.

Ku-de-pied – bu holat ishchi oyoqning tayanch oyoq to‘pig‘ida tortgan holati. Ishchi oyoqning barmoqlari qattiq tortilib, tayanch oyoq to‘pig‘ini quchib oladi. Bunda ishchi oyoqning barmoqlari tayanch oyoqning orqasida, tovon esa tayanch oyoqning oldida turadi.

Allegro – kichik sakrashlar. Bu mashqlar poldan uzilish bo‘lib, sakrash demi-pliedan boshlanadi. Sakrash oyoq kaftining va tovonning poldan kuch bilan itarilishi orqali bajariladi. Sakrash chog‘ida gavda, tizzalar tortilib, mushaklar zo‘riqib, oyoq barmoqlari uchli bo‘lib cho‘zilgan holda bajariladi. Sakrashdan keyin avval, barmoq uchlari, so‘ng butun oyoq kafti polga yumshoq tushadi va demi-plieda yakunlanadi.

Stanokdagi ekzersis. 1-mashq: *Demi plie va grand plie* – oyoqlar 1 holatda, qo‘l tayyorlov holatida (chap oyoq-tayanch, o‘ng oyoq-ishchi).

«*Preparation*» – Qo‘l «bir» sanog‘iga 1-holatga, «2» sanog‘iga 2- holatga ochiladi. Oyoq o‘z holatida qoladi.

Kombinatsiya – «1-i-2-i» sanog‘iga tizzalar yonga ochilib, yarim o‘tiriladi, gavda tik holatga, «3-i-4-i» sanog‘iga avvalgi holatga qaytiladi. Bu mashq ikki marta bajariladi. «1-i-2-i-3-i-4-i» sanog‘iga tizzalar yonga ochilib, to‘liq o‘tiriladi, gavda tik holatga, «1-i-2-i-» sanog‘iga avvalgi holatga qaytilib, «3-i-4-i» sanog‘ida oyoq uchini cho‘zib 2-holatga ochiladi. Gavda og‘irligi o‘rtada. Bu kombinatsiya va 5 holatlarda qaytariladi.

2-mashq: *Battement tendyu* – oyoqlar V holatda, qo‘l tayyorlov holatida (chap oyoq – tayanch, o‘ng oyoq – ishchi)

«*Preparation*» dan so‘ng-

Kombinatsiya- «1 -i-2-i» sanog‘iga oyoq uchini tortib oldinga ochiladi. «3-i-4-i» sanog‘iga avvalgi holatga qaytiladi, nigoh yonga qaratilgan. «1-i-2-i» sanog‘iga yonga ochilib, «3-i-4-i» sanog‘iga 5- holatga orqaga yopiladi, nigoh to‘g‘riga qaratilgan. «1-i-2-i» sanog‘iga orqaga ochilib, «3-i-4-i» sanog‘iga 5-holatga qaytiladi, nigoh yonga qaratilgan. «1-i-2-i» sanog‘iga yonga ochilib, «Z-i» sanog‘iga V holatga oldinga yopiladi va demi piic bajariladi, qo‘llar «*allonge*» holatida, nigoh yonga qaratilgan, «4-i» sanog‘iga gavda tik holatga, qo‘llar tayyorlov holatiga qaytadi.

3-mashq: *Battement tendus jette* – oyoqlar holatda, qo‘l tayyorlov holatida. (chap oyoq – tayanch, o‘ng oyoq – ishchi) «*Preparation*» dan so‘ng:

Kombinatsiya – «1-i» sanog‘iga oyoq uchini tortib oldinga havoga otiladi. «2-i» sanog‘iga oyoq havoda ushlab turiladi. «3-i-4-i» sanog‘iga avvalgi holatga qaytiladi, nigoh yonga qaratilgan, «1-i» sanog‘iga oyoq uchini tortib yonga havoga otiladi. 2-i» sanog‘iga oyoq havoda ushlab turiladi. «3-i-4-i» sanog‘iga V holatga orqaga yopiladi, nigoh to‘g‘riga quratilgan. «1-i» sanog‘iga

oyoq uchini tortib orqaga havoga otiladi. 2-i» sanog'iga oyoq havoda ushlab turiladi. «3-i-4-i» sanog'iga V holatga orqaga yopilladi, nigoh yonga qaratilgan. «1-i» sanog'iga oyoq uchini tortib yonga havoga otiladi. «2-i» sanog'iga oyoq havoda ushlab turiladi. «3-i» sanog'iga 5-holatga oldinga yopiladi va oyoq uchigun ko'tariladi, qo'llar «allonge» holatida, nigoh yonga qaratilgan, «4-i» sanog'iga demi plie bajarilib, so'ng gavda tik holatga, qo'llar tayyorlov holatiga qaytadi.

bilasizmi?

Mavzuni mustahkamlash uchun savollar:

1. Mumtoz raqs holatlarini sanab bering.
2. Stanokdagi mashqlar haqida tushunchangiz.
3. Mumtoz raqsning mazmuni va mohiyati nimada?
4. Mumtoz raqsning xarakterli jihatlarini bilasizmi?

5- mavzu. O'zbek raqs maktabi va turlari

Reja:

1. Farg'ona raqs maktabining o'ziga xos xususiyatlari.
2. Usta Olim Komilov.
3. Tamarxonim.
4. Mukarrama Turg'unboyeva.

Tayanch iboralar: harakat, raqs, san'at, baletmeyster, jest, tana, sahna, iste'dod, raqqos, musiqa, uzluksiz harakat, tezlik, temp, ritm, janr.

1. Farg'ona raqs maktabining o'ziga xos xususiyatlari

Qadimdan xalq tomonidan sevib ijro etilib, avlod-ajdodlarga cha yetib kelgan raqslarga e'tibor berilmagan. Shu sababdan ham xalqimizning ma'naviy-madaniy merosi oyoq osti qilingan va izchil o'rganilmagan. Xalq ichidan chiqqan va asosiy faoliyatini xalq ichida olib borgan raqs san'ati ustalariga tahdidlar qilingan.

Chunki ular o‘z raqslari bilan jamiyatdagi illatlarni fosh etishgan oddiy xalqqa yaxshi kayfiyat ulashganlar, nurli hayot haqidagi orzulariga albatta, yetishishlariga ishonтира olganlar. Shuning uchun xalq ularni sevgan va ardoqlagan. Xalq ichidan chiqqan juda ko‘p iste‘dodli raqqos va raqqosalar yovuz zulmkorlar tomonidan umri erta so‘ngan.

Ammo shunga qaramay, XX asr boshida (1927–30-yillarda) xalq ichidagi san‘atkorlar o‘z faoliyatlarini davom ettiraverganlar. Muhiddin Qoriyoqubov boshchiligidagi badiiy tjmpada faoliyat ko‘rsatgan Usta Olim Komilov, Yusufjon Qiziq Shakarjonovlar iste‘dodli san‘atkorlarni o‘z saflariga oladilar. Usta Olim Komilovning shogirdlari Tamaraxonim, Mukarrama Turg‘unboyeva bilan birgalikda o‘zbek raqs san‘ati maktabini yaratadilar. Usta Olim Komilov ijrosidagi betakror o‘zbek doira usullariga Tamaraxonim va Mukarrama Turg‘unboyeva raqs harakatlarini o‘ylab topadilar, o‘zlariga va guruhdagi tengdoshlariga raqslar sahnalashtira boshlaydilar. Ular ijrosidagi «Duchoba», «Katta o‘yin» kabi ko‘plab yakka va ommaviy raqslar xalq tomonidan katta quvonch bilan kutib olina boshlanadi. Asta-sekin davr o‘tishi bilan iste‘dodlar ko‘payib raqqosalar safi kengaya boradi. Shuning uchun Usta Olim Komilov, Tamaraxonim, Mukarrama Turg‘unboyevalar o‘zbek raqs san‘ati asoschilari hisoblanadilar.

2. Usta Olim Komilov



Raqs va doirachilik san‘ati darg‘asi – mashhur doirachi, birinchi o‘zbek baletmeysteri, Mehnat Qahramoni, O‘zbekiston xalq artisti Usta Olim Komilovning tavalludiga yaqinda 142 yil to‘ldi. 1875-y. – 1954-y.)

Usta Olim Komilov 1875-yilda marg‘ilonlik oddiy to‘quvchi oilasida tug‘ilgan. Bu insonning san‘atdagi bosib o‘tgan yo‘li, ibratli hayotini, beqiyos izlanishlariga to‘la mehnatini doimo eslab turmog‘imiz muhim va zarur.

Usta Olim Komilov O'zbekiston doirachilarining piri-ustozi hisoblanadi. Usta Olim Komilovning shogirdlaridan biri, O'zbekistonda xizmat ko'rsatgan artist To'ychi Inog'omov xotira so'zlarida ustoz haqida shunday yozadi: «Ustozim asli marg'ilonlik bo'lib, bolaligidanoq yetimlik «kulcha»sini tatigan, bir qancha vaqt aravukashlik qilgan ekanlar.

Keyinchalik san'atga bo'lgan havasi bu insonni Salomat yal-luchi, so'ngra taniqli doirachi Masaid ota guruhlariga yetaklaydi. U dutor, chang va doira chalish sirlarini chuqur o'rganadi. O'sha davrning mashhur san'atkorlari Yusufjon Shakarjonov, Mahkam Xofiz va boshqalar bilan xalq xizmatida bo'ladi».

Ustozlarning saboq va maslahatlaridan san'atdagi tajribasini o'rtirib borgan Usta Olim o'zi yaratgan doira usullariga raqslar sahnalashtira boshlaydi. yildan boshlab Muhiddin Qoriyoqubov rahbarligidagi etnografik dastada Yusufjon qiziq, Tamaraxonim, To'xtasm Jalilov kabi san'atkorlar bilan birga faoliyat yuritib, o'zbek raqs san'ati maktabini yaratish orzusini amalga oshirdi. Bu borada Tamaraxonimni shogirdlikka tanlab aslo yanglishmaydi. «Qari navo», «Dilxiroj», «Sadr», «Munojot» kabi raqslar ularning izlanishlarida yangicha talqinini topdi. «Pilla raqsi» esa raqs san'ati rivojiga qo'shilgan munosib hissa bo'ladi.

Usta Olim Komilov 1927–28-yillarda Tamaraxonim bilan hamkorlikda 120 ta usullardan tashkil topgan oyoq-qo'l harakatlari darsligini yaratdilar. So'ngra Farg'ona raqs usullariga oid «Doira darsi va raqs» qo'llanmasi asosida Mukarrama Turg'unboyeva, Faxriya Jalilova, Tamara Ibrohimova, turmush o'rtog'i Begimxon aya Kornilova, Isahor Oqilov, Karimjon Nabiyeu, Tursunoy Mahmudova va yana o'nlab san'atkorlarga o'ziga xos raqslarni sahnalashtirdilar. Xalq artistlari Galiya Izmayilova, Qunduz Mirkarimova, Klara Yusupova, Viloyat Oqilova kabi san'atkorlar ularning an'analarini davom ettirdilar.

Mukarrama Turg'unboyeva, Roziya Karimova, Gavhar Rahimova kabi raqs ustalarining ustoz bo'lgan Usta Olim Komilov

o'zbek raqs san'atini butun dunyoga tanitganlardan hisoblana-
di. 1935-yilda Londonda bo'lib o'tgan Xalqaro festivalda o'zbek
doira usullarini ijro etib, Oltin medalga sazovor bo'di. Angliya-
da bu insonning mahoratini ko'rgan Buyuk Britaniya qirolichasi
Mariya Lojalon unga «Birgina doira sozi bilan butun bir orkestrga
teng usul va ohanglar yarata olgan mo'jizakor – virtuoz san'at-
kor!», deb baho beradi. Uning panjalarini mo'jiza deb atab, gipsga
nusxa olib London muzeyiga qo'yishga farmon beradi. Bu panja
nusxasi hozirgi kungacha Londondagi muzeyida saqlanmoqda.

1937-yillarda «Farhod va Shirin», «Gulsara» kabi asarlarga
raqslar sahnalashtiradi. Tamaraxonim va Mukarramaxonimlar ijro
etgan bu raqslar Moskvada bo'lib o'tgan Birinchi o'zbek san'at
dekadasida yuksak baholanadi.

Usta Olim Komilovning halol xizmatlari munosib baholanib,
Mehnat qahramoni, O'zbekiston xalq artisti unvonlari, bir qan-
cha orden va medallar bilan taqdirlandi. Usta Olim Komilovning
kiyimlari, shaxsiy buyumlari, Londonni lol qoldirgan doirasi
Marg'ilon shahridagi adabiyot va san'at muzeyida saqlanmoqda.

3. Tamaraxonim



Tamara Artyomovna Petrosyan 1906-yilda
Farg'ona shahrida ishchi arman oilasida dunyo-
ga kelgan. O'zbek diyorida tug'ilgan arman qizi
o'zbek xalqi san'atini yaxshi bilgan, o'z iste'do-
di va zahmatli mehnati bilan boyitgan va dunyo-
ga tanitgan buyuk san'atkordir. O'zbek salma
san'atini oyoqqa qo'yishda ko'pgina qiyinchilik,
to'siqlar, sinovlarga duch (1906 -1991-yy) ke-
linishiga qaramay, 1920-yilda xalq ashulachisi Muhiddin Qoriyo-
qubov tashkil qilgan ansamblda ayollardan faqat Tamaraxonim bor
edi. Ancha yosh bo'lishiga qaramay vokal, raqs, musiqa san'atidan
ustozlari Muhiddin Qoriyoqubov, Usta Olim Komilov, Yusufjon
Qiziq Shakarjonov, To'xtasin Jalilov, Jo'raxon Sultonov, Xojisid-

diq Islomov kabi mohir san'atkorlardan saboq oldi. Shu yillardan boshlab Tamaraxonim musiqali drama spektakllarida drama artisti, qo'shiqchi, raqqosa bo'lib ishtirok etib, har bir obrazda o'zining bor talanti, g'ayrati orqali san'atga butun vujudi bilan berilganini ko'rsatdi. 1924-yildayoq unga «birinchi Sharq qaldirg'ochi» deb ta'rif berildi.

Tamaraxonim ko'pqirrali iste'dod sohibasi sifatida baletmeysterlik mahoratini ham ko'rsata oldi. Farg'ona raqs uslubidan tashqari, o'ziga xos tarixi, jozibasi bilan Tamaraxonimni o'ziga rom etgan Xorazm qo'shiq va raqs san'atini ham chuqur o'rganishga kirishdi. Natijada, 1935-yilda Londonda bo'lib o'tgan birinchi xalqaro raqsi va musiqa san'ati festivalida jahonga noma'lum bo'lgan o'zbekning o'ziga xos san'atini namoyish qilib, Usta Olim Komilov bilan oltin medalga sazovor bo'ldilar. 1937-yilda Moskva-da bo'lib o'tgan birinchi o'zbek san'ati dekadasida milliy raqslarni sahnalashtiruvchi baletmeyster ekanligini yana bir bor tasdiqladi. O'zbek raqs san'atini yanada rivojlantirishda faol ishtirok etdi. Navoiy nomidagi teatr sahnasida birinchi o'zbek balet spektaklini yaratdi. E.Brusilevskiyning musiqasi asosida «Gulandom» baletini yaratib, librettoning muallifi, baletmeysteri va bosh rol ijrochisi ham bo'ldi. O'zbek xoreografiyasini rivojlantirish bilan birga, qo'shiq va raqsni birgalikda bog'lab olib bordi. U o'z repertuarlarini turli millat qo'shiq va raqslari bilan to'ldirdi. Qardosh xalqlarning ijodini chuqur o'rganib, O'zbek milliy sozandalar ansambli bilan ijro etib, mamlakatning turli burchaklariga qilgan safarlarida tomoshabinlarni ana shu xalq ijodi bilan tanishtirish imkonini yaratdi.

Rossiya, Ukraina, Belorussiya, Gruziya, Ozarbayjon, Tojikiston kabi respublikalarga chiqib tomoshabinlar va tinglovchilarni o'zbek, qozoq, tojik, uyg'ur, arman, tatar, ozarbayjon, rus, ukrain va boshqa shular singari ko'plab xalq qo'shiq va raqslari bilan tanishtirdi. 1941-yil boshlangan II jahon urushi yillarida front ortida ansambl bilan ajoyib qo'shiqchilik san'ati orqali jangchilarning

jangovor ruhini ko'ratib ularga ruhiy madad bo'ldi. Tamaraxonim G'arbiy Yevropa xalqlari san'atini o'rganib o'z repertuarini boyitdi. So'ng, Sharq mamlakatlaridan Hindiston, Afg'oniston, Indoneziya va Pokiston davlatlariga borib, ularni o'zbekcha qo'shiq va raqslar bilan tanishtirdi. Turli davlatlarga borib o'zbek san'atini targ'ib qilish bilan birga, o'sha millat qo'shiq va raqslarini to'plab, milliy kiyimlari va taqinchoqlarini olib keldi hamda kolleksioner sifatida yig'di.

Tamaraxonimning ijodiy lobaratoriyasi jahondagi 86 millatning qo'shiq va raqslari bilan boyidi. Hozirgi kunda Tamaraxonimning uy muzeyidagi mukofotlari, liboslari, o'ziga tegishli bo'lgan tarixiy hujjatlari, suratlar, esdalik sovg'alar, gazeta va jurnallar sahilalarida bosilib chiqqan ko'pgina taqrizlar, artistka nomiga kelgan maktublar kabi eksponatlar uning o'zbek san'atida naqadar katta o'ringa ega ekanligini tasdiqlaydi. Bu muzey davlatimiz tomonidan o'zbek san'ati tarixidan so'zlovchi, moddiy meros sifatida saqlanib kelinmoqda.

4. Mukarrama Turg'unboyeva



M. Turg'unboyeva 1913-yilda Farg'ona yaqinida, o'rtahol oilada tug'ilgan, otasi kichkinaligidayoq olamdan o'tgan, onasini eslaydi. U tog'asini uyida tarbiyalangan.

M. Turg'unboyeva kelinoyisining onasi avval xalq maktabida, keyinchalik pedagogika texnikumiga berib o'qittirgan. (1913-y. – 1978-y.)

Yoshligidan musiqaga ishtiyoqi baland bo'lgan Mukarrama texnikumdagi bir qancha to'garaklarga qatnashsada, ashula va raqs to'garagiga mehri bo'lakcha edi. To'garak rahbari Fotima Yo'ldoshboyeva boshchiligida konsert dasturlarini tuzib, texnikumda har juma kuni konsert berishgan. ///yilda etnografik truppa bilan uchrashuv bo'ladi. Ular o'zlarining dasturini namoyish qiladilar. Shunda Tamaraxonim va Zuhur Qobulov

Mukarrama va uning o'rtog'i Halima Rahimovani teatrda ishlash uchun birga ketishni taklif qiladi. Juda tashvishli paytlar bo'lgani sabab, ular botina olmaganlar. Tamaraxonim «Dilxiroj» raqsini ijro etgan. Qo'llari hasratli tebranib, ko'zlarida azaliy chuqur qayg'u aks etgan bu raqsdan keyin, sho'x «Usmoniya» marshiga raqsga tushib ketadi. Bundan Mukarrama qattiq ta'sirlanib san'atkor bo'lishga qat'iy ahd qilib, diliga tugib qo'yadi. 1929-yili Toshmat Qodirov rahbarligidagi to'garakni Samarqand va Toshkentga «gostrol»ga taklif qilishdi. Gostrolga ketish oldidan «Samarqandga borganda teatrda qolaman», deb o'ziga maqsad qilib qo'yadi va maqsadiga yetadi. Samarqandga kelib, teatrda aktrisa sifatida «yangicha hayot» boshlaydi. Nurxon, To'faxon va Tursunoylarning bosqinchilar tomonidan o'ldirilib ketilgani bir tomondan yuragiga xavotir solsa, bir tomondan teatrda aktrisalik qilgani, qo'shiq va raqs ijro etishi unga dadillik baxsh etar edi. 1929–1933-yillarda Birinchi O'zbek davlat musiqali teatr studiyasining aktrisasi va o'quvchisi bo'lgan. O'zbek raqsidan Usta Olim Komilov, Tamaraxonimlardan, klassik raqs bo'yicha K.Bek, E.Obuxova, A.Tomskiy, I.Arbatovlardan, vokal bo'yicha Sayanov, aktyorlik bo'yicha M.Muhamedov va S.Eshonto'rayevalardan saboq olgan. Ilk rollarida Holjon xola, Fazilatning onasi, Yosuman, Yalmog'iz bonu kabi kampirlar obrazini, keyinchalik Osiyo, Zebo, Anorxon, Asalxon, Paxtaoy, Dilbar, Manija, Oqbilak kabi ko'plab yosh qizlarning obrazlarini yaratadi.

Shu bilan birga Usta Olim Komilov va Tamaraxonim sahnalashtirgan «Zang», «Buxorocha», «Iroq ufori», «Eroncha», «Layli va Majnun» kabi ommaviy raqslarda, «Duchava», «Katta o'yin», «Usmoniya», «Sadr», «Qari navo», «Ufori soxta», «Dilxiroj» kabi yakka raqslarni ijro etadi.

1933-yildan boshlab Respublika 1-balet maktabida o'qituvchi bo'lib ish boshlaydi. Dars berish jarayonida ustozlari Usta Olim Komilov bilan birga farg'ona raqs usullariga oid harakatlar va doira usullaridan foydalanib «Doira darsi va raqs» qo'llanmasini

yaratdi. Hozirgi kungacha shu qoilanma asosida o'zbek raqs fanini o'qitishda foydalanilib kelinmoqda.

1957-yillarda o'zi ham «Nog'ora», «Uyg'urcha», «Munajat», «Tanovar», «Abdurahmonbegi», «Andijon polkasi», «Terimchi qiz», «Rohat», «Raqqosa», «Gulruh», «Pomircha», «G'ayratli qiz», «Sho'x qiz» kabi yakka raqslar va «Ulug' kanal», «Tinchlik uchun», «Shodiyona», «Muhayyir», «Paxta», 3 qismli syuita, «Pilla», «Tinchlik kaptari», «Sharflar bilan raqs», kabi ommaviy raqslar sahnalashtira boshlaydi.

1957-yilda Moskvada bo'lib o'tadigan IV Jahon demokratik yoshlar va talabalar festivalida qatnashish uchun qizlar raqs ansamblini tashkil etadi. Ularga «Ufori sanam» va «Paxta» ommaviy raqslarini qo'yadi. Ansamblga bastakor M.Mirzayev «Bahor vals» kuyini bastalaydi va qizlar ansambliga «Bahor» deb nom beriladi. 1957-yildan umrining oxirigacha (1978-yilgacha) M.Turg'unboeva ansamblning badiiy rahbari bo'lib ishlaydi. Shu yillar davomida 600 ga yaqin milliy va jahon xalqlari raqslarini sahnalashtiradi. 40 nafar raqqosa qizlari bilan O'zbekistonning barcha viloyatlarida, chekka qishloqlarida o'z konsert dasturlarini namoyish etib el mehrini qozonadilar. Qardosh davlatlarning Moskva, Leningrad, Lugansk, Krasnodon, Murmansk, Arxangelsk, Kiyev, Zakarpate, Sochi, Suxumi, Tbilisi, Erevan kabi shaharlariga qilgan safarlarida tomoshabinlarni o'zbek raqsi bilan tanitadi. Dunyoning juda ko'plab davlatlarida gostrol safarlarida bo'ladi. Hindiston, Xitoy, Eron, Singapur, Pokiston, Malayziya, Avstriya, Afg'oniston, Vengriya, Mongoliya, Gennaniya, Albaniya, Italiya, Kambodja, Tailand, Sudan, Misr, Liviya, Jazoir, Tunis, Marokash, Polsha, Chexoslovakiya, Bolgariya, Shvetsiya, Laos, Angola, Irlanlandiya, Malta kabi shaharlari shular jumlasidandir.

Mukarrama Turg'unboevaning sharaffli mehnati bejiz va beiz ketmadi. «Xalq artisti» unvoni, «Shavkatli mehnati uchun» medali, «Hurmat belgisi» ordeni, davlatning ko'plab orden va

medallari bilan taqdirlandi. Uning yorug' hotirasi uchun xar yili 31-may kuni «Yil raqqosasi» Respublika ko'rik-tanlovi o'tkaziladi.

Mukarrama Turg'unboyeva o'zbek san'ati tarixida uning rivojiga ulkan hissasini qo'shgan buyuk san'atkor sanaladi. Dramatik aktrisa sifatida milliy teatrning poydevorini qurganlar qatorida, hamda o'zbek raqs san'atini butun jahonga tanitgan, o'zbek raqs maktabi asoschisi sifatida ardoqlanadi.

5.1. Farg'ona raqs maktabi

Reja:

1. O'zbek raqs san'atining qayta ishlangan shakllari.
2. Amaliy mashg'ulot mazmuni.

Tayanch iboralar: bayram, marosim, sahnaviy, ansambl, raqqosa, baletmeyster, pedagog, holat, harakat

1. O'zbek raqs san'atining qayta ishlangan shakllari.

O'zbek raqsi XX asr davomida xalq orasida bayram va marosimlar bilan bog'liq holda an'anaviy va zamonaviy sahna talablari asosida qayta ishlangan shakllarda yashab keldi. Xalq raqsi va sahnaviy raqs bir-birini to'ldirgan hamda ta'sir ko'rsatgan holda muayyan bosqichlarni bosib o'tdi. O'zbek raqs maktabi asoschilari Usta Olim Komilov, Tamaraxonim, Mukarrama Turg'unboyeva va ularning safdoshlari Isohor Oqilov, Roziya Karimova, Gavhar Rahimovalarning mashaqqatli mehnati, sa'y harakati, ijodiy izlanishlari natijasida tashkil qilingan «Bahor», «Shodlik», «Lazgi» raqs ansambllari butun jahonni lol qoldirib zabt etdi. Ular tarbiyalagan Qunduz Mirkarimova, Yulduz Ismatova, Taymuraz Tekoyev, Qodir Mo'minov, Gavhar Matyoqubova va boshqa ko'plab shogirdlari ustozlar an'anasiga qat'iy tayangan holda, ularning ishlarini davom ettirib, raqs san'atining faoliyat doirasini kengaytirish orqali yanada

boyishiga, professional darajaga yetishiga o'z hissalarini qo'shdilar. O'zbek raqs san'ati ta'limining yangicha uslublarini izlab topdilar. Musiqa va san'at maktablari, kollejlari, litseylari iqtidorli, iste'dodli yoshlarning qobiliyatlarini ro'yobga chiqarish uchun xizmat qilgan bo'lsa, institutda minglab raqqosalar, baletmeysterlar, pedagoglar yetishib chiqib xalq xizmatiga safarbar qilindi. Istiqloq sharofati bilan umumxalq bayramlarining tiklanishi, turli ko'rik-tanlovlarning o'tkazilishi natijasida folklor janri rivojlandi. Katta maydon raqslari, bolalar raqslari vujudga keldi. Mahoratli, izlanuvchan, tashabbuskor baletmeysterlar tomonidan juda ko'plab professional va havaskor raqs ansambllari tashkil qilindi. O'zbek raqs san'ati badiiy ijodiyot taraqqiyotini harakatlantiruvchi kuchining bir bo'g'iniga aylandi.

Farg'ona raqs maktabi

O'zbek raqs san'atini o'qitishda Farg'ona raqs maktabi asosida bosh, gavda, qo'l, barmoqlar, yelka uchun mashqlar bajariladi. Sahna nuqtalari, uning sxemasi tushuntiriladi. Aylanishlarning yengil ko'rinishlari bajariladi. Ita erkin, 7 ta qo'l va 7 ta oyoq holatlari o'qitiladi. Holatlar o'z qoidasi bo'yicha o'zlashtirilganidan so'ng 5 qismdan iborat «Doira dars» harakatlari o'rgatiladi. So'ng, Buxoro va Xorazm maktablarini o'qitishga o'tiladi. Holatlar va harakatlardan foydalanib talabalar imkoniyatlarini inobatga olgan holda etyudlar sahnalashtiriladi.

2. Amaliy mashg'ulot mazmuni. O'zbek raqsi mashqlari

Qo'lning kaft va barmoqlari uchun mashqlar – kaft va barmoqlarni ko'tarib-tushirish. Bunda qo'llar tayyorlov holatidan boshlab, 1-holat orqali 2-holatgacha ko'tariladi va yana shu holatlar orqali dastlabki holatga qaytiladi. Barmoqlaning to'lqinli, titratmali, qirsillatish, ichkariga va tashqariga aylantirish kabi turaridan foydalaniladi.

«Qanot», «Gul bargi», «Yirik to'lqin», «Mayin sabo», «Labi g'uncha», «Labi shakar» kabi harakatlardan foydalaniladi.

Mashq vaqtida kaft va barmoqlarning mayin bajarilishiga e'tibor berish kerak.



Yelka uchun mashqlar. Ikkala yelkani bir vaqtning o'zida yuqoriga va pastga ko'tarib-tushirish hamda birin-ketin oldinga va orqaga harakatlantirishi. Bunda ylkalarni qizlar mayinlik va noz bilan («Titratma» harakati), yigitlar esa keskin va viqor bilan bajarishlari kerak.

Bosh uchun mashqlar. Boshni qo'llarning harakatlanishiga qarab to'g'riga, o'ng va chap tomonlarga, yuqori va pastga qarab burish. Bosh va bo'yinning «Qiyg'ir bo'yin», «lyak qoqish», o'ng va chapga egish harakatlaridan foydalaniladi.

Yuz uchun mashqlar. Yuzdagi a'zolar raqs obrazi xarakterini ochib berishda muhim o'rin egallagani bois, mashqlar alohida o'rgatiladi. Jilmayish, nim tabassum, qosh chimirish, qoshni kerib olish, qosh qoqish, ko'zni suzish, yumib olish, o'qrayib qarash kabi mimik harakatlarni bajarish. Bunda mavzuga oid kuy va ko'zgudan foydalanib, yuz a'zolari harakatlantiriladi.

Ko'z uchun mashqlar. Sahnaning sakkizta nuqtasiga qarash. To'g'riga, yuqoriga, pastga, o'ng tomonga to'g'riga, yuqoriga, pastga, chap tomonga to'g'riga, yuqoriga, pastga «lyak qoqish» harakati bilan qarash. O'ngdan chap tomonga «Qiyg'ir bo'yin» harakatini bajarib «lyak qoqish» harakati bilan tugatish, siui harakatni chapdan o'ngga takrorlash.

Oyoq uchun mashqlar. Oyoqlarni juftlab oyoq uchiga ko'tarilish, oyoq uchini ko'tarib tovonda turish, tizzalami oldinga ko'tarish, oyoqlarni bukish, sakrash, otish kabi turlari bajariladi. «Nuqtai yurish», «Yon yo'rg'a», «Oddiy qadam tashlash», «Oqsatma», «Ufori», «Chalmash ufori» harakatlardan foydalaniladi.

Gavda uchun mashqlar. Tebranish, silkinish, egilish. Gavda qo'l, yelka, oyoq, bosh harakatlariga mos holda tebranadi, oldinga va orqaga egiladi, o'ng va chapga buriladi. «Belquchar», «Sildirma»,

«Polda yotib aylanish», «Tik turib orqaga, yon tomonlarga egilish», «O'turib orqaga, yon tomonlarga egilish» kabi harakatlardan foydalaniladi.

Aylanishlar uchun mashqlar. Avval 4 ta nuqtaga qarab, keyin 2 ta nuqtaga qarab, so'ngra 1 ta nuqtaga qarab aylanishga moslashish. O'ng va chap tomonlarga, oldinga, orqaga, bir joyda turib o'ng va chapga, katta aylana bo'ylab qo'llarning 1,3,7 holatlarida aylanish mumkin. O'ng tomonga aylanganda gavda og'irligi o'ng oyoqqa o'tadi va o'ng oyoq uchi bilan aylanadi. Chap tomonga aylanganda gavda og'irligi chap oyoqqa o'tadi va chap oyoq uchi bilan aylanadi. Gavdani tik tutish lozim. Aylanishlarning «Charx», «Tizzalab», «Belquchar», «Spiral» ko'rishli, turli holatlardagi turlari bor:

a) Qollar 1-holatda, bosh to'g'rida. 3-sanoqda uch marta o'ng tomonga, o'ng oyoq uchi bilan aylanish. 4-sanoqda dam olinadi, Qo'llar 6-holatga kelib «Gul bargi» harakatidan yana 1-holatga ochiladi. Aylanish chap tomondan qaytariladi. Har safar aylanishda oyoqlar tayyorlov holatida qoladi;

b) Qo'llar 3-holatda, bosh to'g'rida. 1 sanoqda bir marta o'ng tomonga, o'ng oyoq uchi bilan aylanib 6-holatda bitta qarsak chalinadi. Aylanish chap tomondan qaytariladi. Har safar aylanishda oyoqlar tayyorlov holatida qoladi;

d) Qo'llar «Belquchar» holatda (dumoloq shakldagi o'ng qo'l oldida, chap qo'l orqada). Ikkala oyoq uchiga ko'tarilgan. O'ng tomonga sakkiz sanoqqa «Spiral» shaklida pastdan yuqoriga o'sib aylanish. Qo'llar «Belquchar» holatdan asta-sekin 1-holatga ochiladi. Aylanish chap tomondan qaytariladi. Har safar aylanishda oyoqlar tayyorlov holatida qoladi;

e) «Sho'x-sho'x» aylanish. Qo'llar o'ng 4-holatda, bosh to'g'rida. 3 sanoqda uch marta o'ng tomonga, o'ng oyoq uchi bilan aylanish. 4-sanoqda qo'llar chap 4-holatga ochiladi. Aylanish chap tomondan qaytariladi. Har safar aylanishda oyoqlar tayyorlov holatida qoladi.

f) O'ng qol 1-holatda, chap qo'l 6-holatda, bosh to'g'rida. 3-sanoqda uch marta, chap oyoq uchi bilan chap tomonga aylanish. 4-sanoqda qo'llar almashadi. Aylanish o'ng tomonga qaytariladi.

Oyoq holatlari

Oyoq holatlari yettita. (Rasmiy turishdan tashqari).

Oyoq tovonlari bir-biriga yaqin bo'lib, uchlari sal yonga ochiladi.

- 1-holat** Rasmiy holatdan tovonlar sal ko'tarilib, ikki yonga ochiladi. Tovonlar orasi yarimtovoncha (polstupni). Gavda og'irligi ikkala oyoqda.
- 2-holat** Chap oyoq birinchi holatda qoladi, o'ng oyoq tovonni ko'tarilib, chap oyoq tomoniga ro'para kelib, to'liq bosiladi. O'ng oyoq uchi o'ngga buriladi.
- 3-holat** Chap oyoq birinchi holatda qolib, o'ng oyoq uchi bilan o'ng yonga suriladi, tovon orqaga burilgan bo'lib, oyoqlar orasi 10–12 sm. bo'lishi kerak.
- 4-holat** Chap oyoq joyida qolib, o'ng oyoqning uchi oldinga sirpantirib olib boriladi. Gavda og'irligi chap oyoqda.
- 5-holat** Chap oyoq joyida qoladi. O'ng oyoqning tovonni tushib, gavda og'irligi ikkala oyoqda bo'ladi.
- 6-holat** Chap oyoq tovonni ko'tariladi .
- 7-holat** Chap oyoq tovonni tushib, o'ng oyoq tovoniga bosib, uchi ko'tariladi. So'ng o'ng oyoq sirpanib, rasmiy holatga qo'yiladi.

Oyoq harakatlaridan namunalari:

«*Oddiy qadam tashlash*»:—o'ng oyoq uchini tortib oldinga qadam qo'yiladi, so'ng chap oyoq uchi tortilib oldinga qadam qo'yiladi. Qadam tashlash shu tarzda davom etadi. Tizzalarni bukmay bajarilishiga e'tibor berilishi kerak.

«*Nuqtali yurish*» O'ng oyoq uchini tortib oldinga polga tegizib, so'ng yarim otirish orqali oyoq to'liq polga qo'yiladi. Bu harakat chap oyoqdan davom ettiriladi.

«*Oqsatma*»—bir sanoqqa o'ng oyoqni orqaga sal ko'tarib oyoq uchi polga uriladi. *Ikki* sanoqqa chap oyoq tizzalarni bukilmagan holatida polga qo'yiladi. Chap oyoqda bajarilganda harakatni chap oyoq boshlaydi. Bu harakatni bir joyda turib, oldinga, orqaga, yon tomonlarga yurib bajarish mumkin.

Qo'l holati

Qo'l holatlarida holatlardan-holatlarga o'tishda yelkalar rasmiy holatda bo'lishi kerak.

Rasmiy holat Qo'llar yonida bo'lib, qo'ldastalar rasmiy holatda.

1-holat Rasmiy holatda tirsaklar sal bukilgan, barmoqlar uchi pastga qaragan, yelka balandligiga mayin ko'tariladi. So'ng kaftlar yonga qarab, barmoq uchlari yuqoriga qaratilib, balandligi yelka barobar bo'ladi. Bosh barmoq bilan o'rta barmoq bir-birlariga egilganroq bo'lib, qolgan barmoqlar erkin holatda.

2-holat Qo'llar birinchi holatdan barmoqlar pastga qaratilib, bosh ustiga mayin ko'tariladi. So'ng kaftlar yuqoriga qaratiladi, barmoqlar va tirsaklar birinchi holatdagicha qoladi. Boshni ko'tarmagan holatda ko'z qo'llarni ko'rishi kerak.

3-holat Chap qo'l ikkinchi holatda bo'lib, o'ng qo'l birinchi holatga tushadi. Qo'ldastalar o'zgarmaydi.

4-holat Chap qo'l ikkinchi holatda qoladi. O'ng qo'l chap ko'krakdan sal pastga keladi. Qo'ldastalar o'zgarmaydi.

5-holat O'ng qo'l o'sha holatda qolib, chap qo'l birinchi holatga tushadi.

6-holat Ikkala qo'l oldinga, barmoqlar pastga qaragan holda qoladi. So'ng kaftlar oldinga qaratilib, barmoq uchlari yuqoriga qaragan bo'lishi kerak. Qo'llar oralig'i yelka kengligida bo'lib, barmoqlar uchi yelka balandligida bo'lsin.

7-holat Oltinchi holatdan kafti o'ziga qaratilib, barmoqlar uchlari bir-birlariga ro'para bo'lib, yonbelga qo'yiladi. Bosh barmoq orqada, qolgan barmoqlar oldinda bo'ladi, tirsaklar yonga qaragan. Qo'l holatlarida erkaklar ayollar holatidan farqli tarzda tirsaklar kamroq bukilib, barmoqlar to'g'ri bo'ladi.

Qo'l harakatlaridan namunalar:

«*Qanot yoyish*»: Qo'llar 1-holatda ikki tomonga to'liqlantirilib bajariladi. Barmoqlar, kaftlar, bilak va tirsaklar, yelkalar juda mayinlik bilan harakatlanadi.

«*Cul bargi*»: Qo'llar 1-holatdan 6-holatga keladi. Kaftlar 1-holatda tashqariga qaragan bo'lsa, 6-holatda iclikariga qaragan holda bajariladi. Bu harakatni 6-holatda kaftlarni iclikariga yopib va tashqariga ochib bajarish ham mumkin.

«*Yirik to'liqin*»: Qo'llar o'ng tomon 5-holatdan 6-holat orqali chap tomon 5-holatga harakatlantiriladi va ikkinchi tomonga takrorlanadi. Harakatni bajarganda suvning kuchsiz yirik to'liqinini tasvirlash kerak.

«*Mayin sabo*»: Qo'llar 2-holatda o'ng va chap tomonlarga harakatlantiriladi. Harakatni bajarganda esib turgan mayin shabodani tasvirlash kerak. Barmoqlar, kaftlar, bilak va tirsaklar, yelkalar juda mayinlik bilan harakatlanadi.

«*Labi g'uncha*»: Qo'llar 6-holatda bir-birining ustida kaftining ichki qismi o'ziga qaratilib turiladi. Kaftlar ichkari tomoniga bir-birining ustidan 3–4 marta aylantirilib to'xtaydi. To'xtagan vaqtda bir qo'l ustida ikkinchi qo'l qoladi. Kaftlar tashqariga qaragan, kichik barmoq yuqorida, bosh barmoq pastda bo'lishi lozim.

«*Labi shakar*»: Chap qo'l belquchib, o'ng qo'l kaftining ichki tomoni labga yaqin turgan holda barmoqlar noz bilan lablarga tegar-tegmas silkinadi. So'ng, qo'l 1-holatga ochiladi, kaft tashqariga qaragan. Bu harakat ikkinchi tomonga bajariladi.

«*Uzum uzish*»: Qo'llar o'ng tomon 4-holatdan 1-holat orqali chap tomon 4-holatga harakatlantiriladi va ikkinchi tomonga takrorlanadi. Harakatni bajarganda kaftlar aylantirilib, barmoqlarni qarsillatish kerak. Qaysi qo'l yuqorida bo'lsa, ko'z nigohi shu tomonga qaratiladi. Harakatni bajarganda uzumni uzib olganini tasvirlash kerak.

«*Novda egilishi*»: Qo'llar o'ng tomon 3-holatdan chap tomon 3-holatga harakatlantiriladi va ikkinchi tomonga takrorlanadi.

Harakatni bajarganda kaftlar aylantirilib, barmoqlarni qarsillatish kerak. Qaysi qo'l yuqorida bolsa, ko'z nigohi shu tomonga qaratiladi. Harakatni bajarganda novdaning egilganini tasvirlash kerak.

Farg'ona raqs maktabi qo'l va oyoq holatlari



Rasmiy holat



1- holat



2- holat.



3-holat



4- holat



5- holat.



6-holat

7- holat.

5.2. Xorazim raqs maktabi . Xorazm raqsi – o‘zbek xalq raqs maktabining biri. Xorazm necha asrlardan buyon o‘z buyukligini saqlab kelgan va tarix sahifasidan joy olgan o‘lkadir. Xorazmda paydo bo‘lgan ilk raqslar diniy marosimlar bilan bog‘liq bo‘lgan. Qadimiy Xorazm o‘yinlari to‘g‘risida Avesto kitobida anchagina ma‘lumotlar berilgan. Xorazm raqsida yigitlarda qo‘llar cho‘zilgan, tirsaklar ba‘zan to‘g‘ri, ba‘zan tirsakdan egilgan bo‘lib, barmoqlar yuqoriga, pastga, kaftlari yonga, yuqoriga, pastga qaratiladi.

Gavdaning beldan yuqori qismi orqaga tashlanganroq, kuraklar bir-biriga yaqin, tizzalar biroz egik, oyoq uchlari yonga ochilganroq bo'ladi. Yigitlar ustiga to'q rangli kamzul, boshlariga chugurma kiyib o'ynaydilar. Xotin-qizlarda rasmiy holatda barmoq uchlari pastga qaratiladi, tirsaklar biroz bukiladi, bilaklariga zang (mayda qo'ng'iroqchalar) taqib o'ynaydilar. Boshlaridagi ukki, o'rdak gajagi (*bosh kiyimning chap tomoniga, ya'ni yurak tarafga taqilgan. Bu yurakdan chiqqan olov timsolini anglatadi*) bezakli, dudorli, popukli, parli taqyatuzi, peshonalariga bog'langan manglay tuzi, ko'kraklariga osilgan shavkalalar, quloqlaridagi sirg'alar, bilaklaridagi bilaguzuklar ham raqs usullariga mos tushib, umumiy raqs obrazini yaratishga xizmat qiladi. Raqs jarayonida barmoqlarni qarsillatib, g'oz turib o'ynash, gavda, qo'ldastalarni titratish, yelka qoqish, cho'kka sakrash, qayroqlarda usul berish ayollar va erkaklar raqsiga birday xos. Xorazm raqsi harakatlarga boy. Bizgacha yetib kelgan «Chag'alloq», «Norim-norim», «Aliqambar», «Orazibon», «Mo'ri», «Xo'bbimboy», «Shirinnovvot» o'yinlari ijrosida o'g'lon raqqoslar va masxarabozlar o'zini ko'rsatgan bo'lsa, «Ashshadaro», «Maqom ufori» kabi raqslarda raqqosalar ustunlik qilgan. «Lazgi» raqs turkumi ijrosida erkak va ayol raqs ustalari birday mahorat bilan o'ynaydilar. Xorazmda «Lazgi»ning 9 xili mavjud: «Olov», «Dutor», «Qayroq», «Masxaraboz», «Garmon», «Surnay», «O'g'lon bola», «Xorazm lazgisi», «Zamonaviy lazgi»lar. Eng mashhur Onajon xalifa Sobirova (Anash cho'loq 1885–1952) xalifa tomoshasi tarkibini saqlash, garmon chalish va kuylash, raqqoslarini o'ynatishda, ayniqsa, xotin-qizlar raqsini sahnaga olib chiqishda katta xizmat qilgan. Soraxon Ollaberganova, Reymajon Temirova, Raviya Otajonova, Oliya Otamurodova, Rahima Hakimovalar Onajon xalifa ansambli ishtirokchilaridir. Xorazm raqsi ijro uslubi, an'analarini, yangi ijtimoiy sharoitlarda saqlash va rivojlantirishda Bekjon Madrimov, Sulton Otaniyozov, Reyim ota, Qambar bola, Qodir bola, Kanarak bola Saidov, Jummi shix, Qodirbergan Otajonov, Karim Ollaberganov, Rimajon Matkarimova, Matlatif

Saidov, Zarif Latifov, Xudoybergan to‘qto‘q, Gavhar Matyoqubova va boshqalarning xizmatlari katta o‘rin egallaydi. Xorazm raqsi uslubi Xorazm viloyat teatri, xalq ansambllari, «O‘zbekraqs» birlashmasi tasarrufidagi «Lazgi» ansambli faoliyatida davom etib kelmoqda.

Xorazm raqs maktabi qo‘l va oyoq holatlari



Rasmiy holat



1- holat.



2-holat



3- holat



4- holat.



5-holat



6- holat



7- holat.

5.3. Buxoro raqs maktabi

Buxoro raqs maktabi boshqa raqs maktablari qatori o‘z rivojlanish jarayonida mahalliy kuy va qo‘shiqlarning bir-biriga o‘xshamaydigan ohanglari bilan to‘lgan. Buxoro raqsi qomatni adl tutishi, shiddatli oyoq depsinishi, keskin qo‘l harakatlari, panjalarning sho‘x aylanishi va barmoqlarning musiqaga mos qarsillatilishi, samimiy tuyg‘ularga boy qarashlari, mayda va katta titratmali yelka harakatlari bilan zavq bag‘ishlaydi. Gavdaning beldan tepa qismi viqor bilan orqaga tashlanishi buxoro xalqining xarakterini anglatish bilan birga, qo‘lning erkin harakatlanishiga yordam beradi. Ayniqsa, betakror “Buxorocho” hamda “Mavrigi ” raqs turkumlari bilan ajralib turadi. “Buxorocho” raqs asosan xotin-qizlar ijrosida 6–8 ta sozanda, xonanda, raqqosalar tomonidan doira, nog‘ora, zang, qayroq bilan ijro etilgan. “Mavrigi” esa faqat erkaklar tomonidan doira cholg‘usi ijrosi bilan shakllangan. “Qayroq ufori”(qayroq jo‘rligidagi quvnoq harakatli ijro), “Ravona”(xonanda jo‘rligidagi ijro), “Ufor”(yakka raqqosa ijrosi), “Larzon”(bir yoki bir nechta doira jo‘rligidagi ijro), “Zang” (Qo‘l va oyoqlarga zang qo‘ng‘iroqchalar taqilib qo‘shiq aytuvchiga jo‘r bo‘luvchi ijro) raqslari ko‘rinishida qaror topgan.

Buhiro raqs maktabi qo'l va oyoq holatlari



Rasmiy holat



1- holat.



2-holat



3- holat



4- holat.



5-holat



6- holat



7- holat

Mavzuni mustahkamlash uchun savollar:

1. O'zbek raqs maktablari nimasi bilan farqlanadi?
2. Farg'ona raqs maktabi holatlarini sanab bering.
3. Farg'ona raqs maktabi mashqlari haqida tushunchangiz.
4. O'zbek raqs san'ati janrlarini bilasizmi?
5. Farg'ona raqs maktabi mazmuni va mohiyati nimada?
6. Xalq va sahna raqslarining farqini izohlab bering.
7. Farg'ona raqs maktabining xarakterli jihatlarini bilasizmi?

6- mavzu. Jahon xalq raqslarini o'rganish

Reja:

1. Xalq sahna raqsi fani haqida.
2. Jahon xalq raqsarlari va uning mashqlari. Oyoq uchun mashqlar.

Tayanch iboralar: *mashq, temperament, ekzersis, holat, harakat, raqs, san'at, baletmeyster, jest, tana, sahna, iste'dod, raqqos, musiqa, uzluksiz harakat, tezlik, zig-zag, temp, ritm, janr.*

“Xalq sahna raqsi” fan sifatida XIX asr oxirida Piterburg imperatorligining xoreografiya bilim yurtida vujudga keldi. Uning paydo bo‘lishi balet spektakllarida ispancha, vengercha, polyakcha va boshqa xalqlar raqslarining ijro etilishi bilan bog‘liqdir. Xoreograflar tomonidan xalq raqsi ijrochilari uchun klassik raqs tizimi kabi maxsus tizim shakllandi. A.Lopuxov, A.Shiryayev, A.Bocharovlarning ijrochilik tajribasi mahsuli bo‘lgan “Xarakter raqsi asoslari” kitobi 1939-yilda nashrdan chiqdi. Katta hodisa sifatida qabul qilingan bu kitob xalq sahna raqsini o‘rgitish bo‘yicha birinchi darslik hisoblanadi. Oyoq va qo‘l atamallari 1966 va 1971-yillarda xalq sahna raqsi bo‘yicha Butunittifoq seminarlarida qabul qilingan atamalarga asoslangan. Ushbu fan “Xalq sahna raqsi”, “Xalq xarakter raqslari”, “Jahon xalqlari raqslari” kabi turlicha nomlarda yuritilishiga qaramay maqsadi, vazifasi va ta’lim metodikasi tan olingan yagona tizimda olib boriladi.

Xalq raqsida oyoqning 5 ta ochiq, 5 ta to‘g‘ri, 5 ta erkin va 2 ta yopiq pozitsiyalari va turli holatlari mavjud. Qo‘lning 7ta pozitsiyasi va 3 ta holati bor. Gavdaning to‘g‘ri, oldinga, orqaga va yon tomonlarga egilgan holatlari mavjud.

«Jahon xalq raqslari» fani ikki qismda o‘rgatiladi.

Stanok yonida ekzersis.

Zal o‘rtasida ekzersis.

Jahon xalq raqsi ekzersisi klassik raqs ekzersisiga asoslanadi. Ammo uning maqsadi asosiy xalq raqslarining elementlarini, qo‘llar, oyoq, gavda va boshning asosiy holatlarini o‘rganish orqali xalq musiqasi va xarakteri bilan tanishrishdan iborat. Xalqning fe‘li, ichki dunyosi, temperamentiga xos jihatlarini aks ettirish qobiliyati ustida ishlash stanok yonida bajariladigan mashqlardan boshlanadi.

Stanok yonidagi ekzersis tartibi quyidagicha:

- Yarim va to‘liq o‘tirish (Demi va grand plie).
- Oyoq uchini tortib polda sirpantirish (Battement tandyu).
- Kichik otishlar (Battement tendyu jette).

- Havoda yoki pol bo‘ylab oyoq bilan aylana harakat (Ronde-jambe par terre).
- Poshnali mashqlar.
- Oyoqlarning past va baland burilishlari (Battement fondvu).
- Mayda keskir urishlar.
- Kuchlanishsiz oyoq kafti mashqlari (flik-flyak).
- «Arqoncha»ga tayyorgarlik.
- Zig-zaglar (ilon izi).
- Oyoqni 90 gradusga ochish (Battement releveant).
- Katta otishlar (Grand battement jette).

Har bir kombinatsiya «preparatsiyon», ya’ni mashqlarga muvofiq musiqiy kirish va qo‘llarni tayyorlash harakati bilan boshlanadi. Stanok oldida rus, ukrain, venger, ispan, polyak, moldava, sigan, ozarbayjon, tatar kabi millatlar raqs harakatlarining elementlaridan foydalaniladi. Mashqlar qo‘l kaftlarini burish, oyoq kafti, tovoni, uchi bilan depsinish, tik va bukilgan oyoqlarda harakatlanish, keskin o‘tirib-turishlar, sakrashlarni o‘z ichiga oladi. Stanok oldida o‘rgatilgan harakatlar va elementlar zal o‘rtasidagi ijro uchun tayyorgarlik vazifasini o‘taydi. Zal o‘rtasida murakkablashtirilgan yangi harakatlar qo‘shilib raqs kombinatsiyalari tuziladi. Sahnalashtirilgan raqs asosan guruhli (o‘ntadan ortiq) va raqs syujeti mazmuniga qarab 3, 4, 6 kishilik ijrochilardan iborat bo‘lishi mumkin. Musiqiy jo‘rlik darsning asosini tashkil etadi. Bayan, akkordion, royal kabi cholg‘u asboblardan foydalaniladi. Pedagog va konsertmeyster doim ijodiy hamkorlikda bo‘lib, har bir mashg‘ulotning maqsadi, xoreografik va musiqiy jihatlarini tushuntirishlari kerak. Musiqa raqsning milliy koloriti, xarakteri, harakatlar ijrosiga mos kelish kerak.

Xulosa qilib aytganda, jahon xalqlari raqs san’ati o‘zining xalqchilligi, oddiy va soddaligi, lekin kuchli ijro texnikasiga va katta merosiy boylikka egaligi bilan qadrlanadi.

Jahon xalq raqslari va uning mashqlari. Oyoq uchun mashqlar:

Mashq–Uzatilgan oyoq holati (oyoqning tizza va kaft yuzu cho‘zilgan) – 1-pozitsiyadan oyoq barmoqlari uchli tortilib yonga, oldinga, orqaga polda siljitib ochiladi. Bu mashqni yarim o‘tirgan holatida ham bajarish mumkin.

Mashq–Biroz bukilgan oyoq holati (yarim o‘tirish holati)- tizzalar sal bukilgan va yonga ochilgan. Oyoqning tagi polga to‘liq tegib turadi. Gavda og‘irligi 4- ochiq holat orqali yarim o‘tirish bilan orqa oyoqqa bo‘ladi, tizzalar tortiladi va oldingi oyoqqa qaytadi.

Mashq – Kaft yuzi qisqargan holati (oyoq kaft yuzi qattiq qisqargan, barmoq uchlari yuqoriga ko‘tarilgan) 5 – ochiq holatdan oyoq oldinga havoga biroz ko‘tarilib tovon polga uriladi, keyin shu harakat yonga, orqaga va yana yonga bajarilib 5 – holatga yopiladi.

Mashq – 1-pozitsiyadan oyoq barmoqlari uchli tortilib oldinga, yonga, orqaga havoga otiladi. Bu mashqni yarim o‘tirgan holatida ham bajarish mumkin.

Mashq – Tayanch oyoq 1- ochiq holatida, ishchi oyoqning tashqi qirradi bilan orqaga va oldinga polda suriladi, barmoq uchlari qattiq tortiladi va bosh barmoq bilan yonga ochiladi. So‘ngra orqaga olib borilib ichki tomoni bilan 1-ochiq holatga qaytadi.

Qo‘l uchun mashqlar: Qo‘lning 7 ta pozitsiyasi va 3 ta holatidan turli xil harakatlar bajariladi.

Mashq–1 -pozitsiyadagi qo‘llar oldinga ochilib 1- holatga kecladi. So‘ngra, qo‘llarning biri oldidan bukilib barmoq uchlari ikkinchi qo‘lning tirsagi tagiga tegib turadi, kaft ishi pastga qaragan. Ikkinch qo‘l esa, tirsakdan yuqoriga bukiladi. Ko‘rsatkich barmoq yuzga tegib turadi. Qolgan barmoqlar erkin holatda. Bu mashqni ikkinchi tarafdan qaytarish mumkin.

Mashq–Qo‘llar tayyorlov holatdan 1-holat orqali 2-holatga ko‘tariladi. Kaftlar yuqoriga qaragan. Keyin shu holatlar orqali tayyorlov holatidan o‘tib, orqaga salgina ko‘tariladi. Kaftlar ichi orqaga qaragan.

Mashq—Qo‘llar 4- pozitsiyada. O‘ng qo‘l 4-pozitsiyada qoladi, chap qo‘l esa, ochiq kaft bilan oldindan o‘tib 1-pozitsiyaga ochiladi. So‘ng, yopiq kaft bilan oldinga yarimoy shaklida yopiladi. Bu mashqni ikkita qo‘l bilan bajarish mumkin va bir necha marta takrorlanadi.

Mashq—Qo‘llar 1-pozitsiyadan 2 va 3-orqali o‘tib, 5- pozitsiyasiga keladi. Navbat bilan tirsaklar o‘z holatini o‘zgartmagan holda pastga va yuqoriga k‘otarilib-tushiladi.

Mashq—Chap qo‘l 4-pozitsiyada, o‘ng qo‘l tayyorlov holatidan yopiq kaft bilan chap tarafga suzib o‘tadi va 2–3- pozitsiyalar orqali katta aylana shaklini hosil qilib aylantiriladi. Bu mashqni ikkita qo‘l bilan ham bajarish mumkin.

Mavzuni mustahkamlash uchun savollar

1. “Xalq raqsi” fan sifatida qachon va qayerda vujudga keldi?
2. “Xalq raqsi” fani necha qismda o‘rgatiladi?
3. “Xalq raqsi” fani boshqa turdosh fanlardan nimasi bilan farqlanadi?

7- mavzu. Tarixiy-maishiy raqslar va uning mashqlari

Reja:

1. Tarixiy-maishiy raqs elementlari: «Pas balanse», «Pas shosse», «Pas eleve».

2. Tarixiy-maishiy raqs turlari.

Tayanch iboralar: *pas balanse, pas shosse, pas eleve, element, xoreografiya, raqs, xorovod, kombinatsiya, kompozitsiya,*

1. Tarixiy-maishiy raqs elementlari: «Pas balanse», «Pas shosse», «Pas eleve» elementlari.

Raqs san’ati vujudga kelganidan boshlab xalq raqslari uning asosiy janri bo‘lib qoldi. U qadim davrlarda yaratilib va rivojlana borganligi, xalqning hayoti, maishiy va mehnatning ajralmas qismi bo‘lib qolganligi tabiiy holatdir. Xalq raqsi xoreografiya

vositalari bilan insonning ko'p qirrali xarakteri, uning ichki kechinmalarini ochib beradi.

Xoreografiyani o'qitish ta'limiga kiruvchi fanlardan biri, bu tarixiy-maishiy raqslardir. Tarixiy-maishiy raqs ta'limi harakatlar va kompozitsiyalar asosida tuziladi. Undan ko'zlangan maqsad «Raqs» fani bo'yicha ta'lim olayotgan talabalarni ushbu fan bilan tanishtirish, raqs kombinatsiyasi va kompozitsiyasini yaratishda yordam berishdan iboratdir.

Ta'lim dasturining birinchi qismida tarixiy-maishiy raqsar elementlari, bu elementlarni birlashtiruvchi kichikroq kompozitsiyalar va ancha sodda raqsar hisobga olinadi. Pedagog talabalarni bu elementlar va raqsarlarga o'rgatishi, ularda muvofiqlik, musiqa- viylik, ifodaviylik va muloyim ijroni rivojlantirish lozim.

Birinchi qismda quyidagilar o'rganiladi:

- Tana, bosh, qo'llar, oyoqlarni to'g'ri tutish;
- Qo'l va oyoqlar vaziyati (tarixiy-maishiy raqsarlarda qo'llaniladi);
- Qadamlar: maishiy, turli musiqa o'lchami, ohangi va sur'atida yengil (raqsbop);
- 3/4 va 4/4 musiqa o'lchamlarida ta'zim va reverans;
- 2/4 va 3/4 da pas glisse (sirpanuvchi qadam);
- 2/4 da pas chasse (ikkilama sirpanuvchi qadam);
- Pas eleve (yonga qadam);
- Sakrab chopish;
- Pas chasse barcha shakllari (I, II, III, IV va pas double chasse);
- Pas balance: Joyida hamda 45 va 90 gradusga aylanib, qadamlar va ta'zimlar bilan aralashtirib.
- Pas de basque
- Polonez: Polonez pas, zalda aylana bo'ylab juftlikda, polonezning sodda chizmasi.

Tarixiy- maishiy raqs fanini o'qitish ikki qismdan iborat. Birinchi qismda mavzu tarkibiga kiruvchi «Pas balanse», «Pas shosse», «Pas eleve» elementlari o'rganiladi. Bunda ayrim elementlarni bajarilishiga ko'proq e'tibor qaratildi, o'rganilgan harakatlardan raqs kompozitsiyalari tuzishga misollar beriladi. Ikkinchi qismda o'tilgan materiallar va talabalarning imkoniyatlarini hisobga olib raqs va raqs kompozitsiyalariga tuziladi.

O'rta asrlarda «Branl» va uning turli ko'rinishlaridan «Quvnoq branl», «Dehqonlar branli», «Oddiy branl», «Qo'ng'iroq branli», «Farandola», «Burre» kabi raqslar xalq orasida ijro etib kelingan. Uyg'onish davrida «Pavana», «Menuet», «Sarabanda», «Volta», «Allemanda» raqslarisiz biror ballar, kechalar, ko'cha bayramlari o'tmagan. XVIII asrga kelib tarixiy-maishiy raqs elementlari nafaqat murakkablashdi, balki yangicha «Polonez», «Tampet», «Kontrdans» turlari ham yaratildi. Hatto, «Gavot» raqsi ikki kishi uchun yaratilgan kichik balet spektakli darajasiga yetdi. XIX asrga kelib o'tgan asrlarda ijro etib kelingan tarixiy-maishiy raqsning ko'pchiligi saqlanib qolingan va o'zgacha kayfiyat va usulda ijro etilgan. «Fransuzcha kadril», «Kotilon», «Ekosea», «Lanse», «Vals», «Aleman», «Mazurka», «Padegras», «Shakon», «Minon», «Pa-de-trua» kabi raqslar xalq orasida sevib ijro etilgan. Rossiya-da qadimgi slovyan xalqi hayotida bayramlar alohida o'rin egallaydi. Dala ishlaridan, ovdan qaytgach yoki oilaviy marosimlarni nishonlashda aylana bo'lib raqsga tushadigan «Shirnol xorovodi», «xayrlashuv raqsi», «XVIII asr rus ayollar raqsi» kabi raqs qo'shiq jo'rligida ijro etilgan.

2. Tarixiy-maishiy raqs turlari

Tarixiy-maishiy raqsda qo'l va oyoqlar holati klassik raqs holatlariga mos keladi. Faqat u yerda oyoqlar holati biroz burilgan bo'ladi. Bunda V holat qo'llanilmaydi, II va IV holatlar esa o'tuvchi sifatida ko'proq qo'llaniladi. Ijro chog'ida tana to'g'ri tutiladi, bosh yuqoriga ko'tariladi.

Tarixiy-maishiy raqsdan epaulement croise, epaulement effsce holatlaridan foydalaniladi. Raqs qadami dastlabki ta'lim elementlaridan biri hisoblanadi. Tarang cho'zilgan oyoqni asta va yengil tushirilishiga e'tibor qaratish zarur bo'ladi.

2/4, 3/4 va 4/4 singari turli musiqiy hajmlarda mashq qilish foyda beradi. Bunda har chorak, har nimchorak, butun takt bo'yicha qadam tashlash, ularni almashtirish, to'xtash mashqlarini bajarish mumkin. Juftlik holati va qo'llarni uzatish «polonez» misolida o'rganiladi. Bunda yigit yetakchi, ayol esa undan oldinda bo'ladi.

«Polonez»

Polonez tarixi «zona yurishi» polyak xalq raqsi bilan bog'liq. Xalqdan bu raqs kambag'al shlyaxtaga o'tdi, so'ngra boy polyak magnatlari saroylarida ijro etildi. Fransuz raqs ustalari unga «polonaise» – polyakcha nomini berdilar va XVIII asr boshidayoq u butun Yevropa bo'ylab ijro etila boshladi, barcha kechalar, dab-dabali ballarda ijro etildi. Tantanavor ohangli musiqa, nisbatan yengil ijro uni ommabop qilib qo'ydi. Ko'plab juftliklar turli xilda raqs tushushlari, har doim viqor bilan qadam tashashlari, har bir chorak taktida o'tirib turishlari mumkin bo'lgan. XIX asr boshiga kelib polonez o'zining dastlabki xalqona xususiyatini yo'qotdi. Faqat adl qo'lat, juftlikdagi o'ziga xos holat va uyg'un qadam kabilar saqlanib qoldi, qadamlar ancha yengil va ohista tashlanadigan bo'ldi. Polonez klassik dramaturgiya sahnalashtirayotgan dramatik teatrlarda ham zarur bo'ladi. Teatr va kino aktyorlarini tarbiyalanayotganda polonez raqsini o'rgatish ayniqsa muhimdir.

Polka:

- A) Pas o'rnida polka: oldinga va orqaga, u yondan bu yonga;
- B) Oldinga, orqaga jilib;
- D) O'ng tomonga doira bo'ylab aylanish solo;
- E) O'ng tomonga doira bo'ylab juft aylanish;
- F) Juftlikda oddiy kombinatsiyalar.

Doira bo'ylab mayda yurish.

Mavzuni mustahkamlash uchun savollar

1. Tarixiy- maishiy raqs turlarini bilasizmi?
2. Polonez qaysi xalq raqsi hisoblanadi?
3. Polka raqsi harakatlari necha xil?

8- mavzu. “Vals” va uning turlari.

Reja:

1. Valsning paydo bo‘lishi va rivojlanish jarayonlari.
2. Uch pas vals. “Figurali vals”

Tayanch iboralar: *Plastika, xoreografik, polka, harakat, vals, raqs, san’at, teatr, jest, tana, sahna, musiqa, juftlik, tezlik, temp, ritm, janr.*

1. Valsning paydo bo‘lishi va rivojlanish jarayonlari

Vals – eng ommabop, suyuqli va o‘lmas raqslardan biri. U xalq orasida paydo bo‘lgan, raqs san’atida XVIII asr oxirida paydo bo‘ldi, ammo ajoyib musiqa paydo bo‘lishi bilan uning shuhrati olamga ketdi. Bunday musiqalari eng yaxshi kompozitorlar yaratardi. Dastlab vals «axloqsiz» raqs hisoblandi, u o‘sha paytda salon raqslarining qonunlarini buzdi. XX asr boshlarida modern fokstrot va charlston valsni bir muddatga siqib chiqardi, ammo tez orada u o‘zining abadiyligini isbotladi.

Vals tarkibiy qism sifatida kiradigan «Vals – mazurka», «Vals-gavot» singari ko‘plab raqsalar yaratilgan edi, ammo mustaqil raqs shakli sifatida hozirgi kunda ham raqs ommabopdir. U Koralli, Perro, Ivanov, Petipalar tomonidan tuzilgan o‘lmas xoreografik kompozitsiyalar yaratilgan Adan, Deliba, Chaykovskiy, Glazunov baletlari sahnasidan ham katta o‘rin egalladi. Valsni o‘qitish metodikasi turli xil ko‘rinishlardan iborat. Birinchi kursdan talabalarga valsni ko‘rsatayotib undagi harakatlarning silliqligi va uyg‘unligi, keskin plie va «sakrovchi» qadamlarning yo‘qligini ta’kidlash lozim. Ijro paytida oyoqlar poldan uzilmay, oyoq kaftlari pol bo‘ylab sirpanadi.

2. Uch pas vals:

- A) Doira bo‘ylab o‘ng va chap tomonga aylanish;
- B) Doira bo‘ylab o‘ng va chap tomonga juft aylanish;
- D) Boshqa raqs elementlaridan sodda kombinatsiyalar.

Tarixiy-maishiy raqslar uchun mashqlar va ularning xususiyatlari:

- tarixiy-maishiy raqsda oyoq va qo‘l holatlari va ularning klassik raqsdagi aynan shu holatlardan farqi;
- klassik raqs qadamining tarixiy-maishiy raqs qadamidan farqi;
- «Epaulement croise» va «Epaulement efface» raqs holatlari;
- bir-biriga qo‘l uzatish, juft bo‘lib yurish va harakat qilish.

Teatrlar repertuaridan joy olgan Yevropa klassik asarlarida tarixiy-maishiy raqs alohida o‘rin tutadi.

Tarixiy-maishiy raqsda qo‘l va oyoqlar holati klassik raqs holatlariga mos keladi. Faqat u yerda oyoqlar holati biroz burilgan bo‘ladi. Bunda V holat qo‘llanilmaydi, II va IV holatlar esa o‘tuvchi sifatida ko‘proq qollaniladi. Ijro chog‘ida tana to‘g‘ri tutiladi, bosh yuqoriga ko‘tariladi.

“Figurali vals”–Bu raqsda ko‘pgina vals harakatlaridan foydalaniladi. Ushbu vals turining eng ommalashgan turi bu–S. Jukov sahnalashtirgan valsdir. Mazkur figurali vals 32 takt, 4 figuradan iborat bo‘lib, o‘rtacha tezlikdagi musiqa o‘lchovi $\frac{3}{4}$.

1-figura. 8 takt-dastlabki holat “Yopiq holat”.

1-takt- Katta aylana yo‘nalishi bo‘yicha yigit chapga, qiz o‘ngga “balonse” bajaradi.

2-takt- Katta aylana yo‘nalishi bo‘yicha yigit o‘ngga, qiz chapga “balonse” bajaradi.

Ikkala qo‘l 2-holatga keladi.

3-takt- Katta aylana yo‘nalishi bo‘yicha yigit chapga, qiz o‘ngga “yarim aylanish”

bajaradi. Aylanish davomida qo‘llar bir-biridan uziladi.

4-takt- Katta aylana yo‘nalishi bo‘yicha yigit chapga, qiz o‘ngga “yarim aylanish” bajaradi. Aylanish yakunida qo‘llar birlashadi.

2-figura. 8 takt-dastlabki holat “Yopiq holat”.

1-takt- O‘ng oyoqdan “balonse” oldinga bajaradi. O‘ng qo‘l 3-holatga keladi.

2-takt- Chap oyoqdan “balonse” orqaga bajaradi. O‘ng qo‘llar oldinga cho‘zilgan.

3-takt- O‘ng tomonga yigit va qiz o‘ngga “yarim aylanish” bajarib o‘z joylari bilan almashadilar. Aylanish davomida qo‘llar 3-holatda bo‘ladi.

4-takt- Chap oyoq bilan orqaga “glissad qadam” orqali yana o‘z joylariga qaytadilar. Aylanish davrida qo‘llar 1-holatga keladi.

3-figura. 8 takt-dastlabki holat “Yopiq holat”.

1–7 taktlar- Yigit katta aylana yo‘nalishi bo‘yicha chap oyoqdan oldinga 7ta vals qadamini bajaradi. O‘ng qo‘l 3-holatda.

8-takt- Aylanib dastlabki holatga keladi.

1–7 taktlar- Qiz katta aylana yo‘nalishi bo‘yicha o‘ng oyoqdan oldinga 4ta vals aylanishini bajaradi. O‘ng qo‘l 3-holatda.

8-takt- Aylanib dastlabki holatga keladi.

4-figura. 8 takt-dastlabki holat “Yopiq holat”.

1–8 -takt- Katta aylana yo‘nalishi bo‘yicha juftlikda 4 ta vals aylanish bajariladi.

Valsni boshidan boshlab yana qaytarish mumkin.

Mavzuni mustahkamlash uchun savollar

1. Valsning paydo bo‘lishi va rivojlanish jarayonlari turlarini bilasizmi?

2. Figurali vals qaysi xalq raqsi hisoblanadi?

3. “Vals” boshqa raqslardan nimasi bilan farqlanadi?

4. “Vals” raqsi harakatlari necha xil?

9- mavzu. Lotin Amerika raqslari.

Reja:

1. Lotin Amerika raqsi haqida ma'lumot.
2. "Cha-cha-cha" raqsi harakatlari.
3. "Samba" raqsi harakatlari.

Tayanch iboralar: *Plastika, rumba, xoreografik, takt, polka, harakat, vals, raqs, san'at, teatr, jest, tana, sahna, musiqa, juftlik, tezlik, temp, ritm, janr.*

1. Lotin Amerika raqsi haqida ma'lumot

XIX asrning 20–30 yillarida Yevropaning raqs zallarida lotin-amerika raqslari paydo bo'ldi. Ularning barchasi hind, ispan va negr xalqlarining qo'shiqlar va raqslari asosida hamda uch xil madaniy an'analar uyg'unligida vujudga keldi. Yangi ijro uslubi-ning shakllanishida sezilarli darajada o'z ta'sirini ko'rsatib, ushbu raqslarning yorqin va o'ziga xosligi bir butun raqs musiqasining yaratilishiga va rivojlanishiga asos bo'ldi. Vaqtlar o'tishi bilan lotin-amerika raqs ijrochiligi usullari o'zgardi, ular takomillashib mayin va cho'ziluvchanlik bilan ijro etila boshlandi. Lotin-amerika raqslari turli xil usul va templarda (sekinlikdan toki jadal tezlikgacha), harakatning o'ziga xos plastikligi bilan farqlanib turadi. Barcha erkin tarzdagi kompozitsiyalar, ya'ni harakat va figuralar hech qanday aniq belgilangan uzluksiz ijro tartibiga rioya qilmaydi. Lotin-amerika raqslari yangi ko'rinishlar va badihago'ylik (improvizatsiya) iste'dodini talab etadi. Ijrochilarning (aylana bo'ylab yoki markazga tomon) harakatlanish yo'nalishlarini o'zlashtirish oson bo'lishi uchun raqsni yozishda raqs maydonining taraflari aniq yoziladi. Lekin harakatlarda o'zgartirishlar qo'shilsa ham, yigit va qizning holatlari aniq yozilishi shart. Lotin-amerika raqslari tabiati jihatdan turlichadir. Shuning uchun ular turli guruhlariga ajratilgan. Birinchi guruh "Rumba" va "Cha-cha-cha"ni o'z ichiga oladi. Juftlikda ijro etuvchilarning asosiy harakatlari bu–qo'llarning birlashuvidir.

2. “Cha-cha-cha” raqsi harakatlari.

Lotin amerika raqsi “Cha-cha-cha”ning nomi ma’lum bir xalq raqsi bilan bog‘liq emas. Uning musiqasi aniq, quruq maraka cholg‘u asbobiining tovushini eslatib turuvchi kuba ohanglarning ritm xususiyatlarini alohida ta’kidlab o‘tganday tuyuladi. Raqskvadrat rumbadan ko‘proq harakatchanligi bilan farqlanadi. Dinamizm, yorqinlik va harakatlarning xilma-xilligi tufayli raqs cha-cha-cha keng tarqaldi.

Raqsning asosiy harakatlari 1–2-3, 1–2 ritmda, musiqaning to‘rtinchi takt bo‘lagida o‘ng oyoqqa urg‘u berib ijro etiladigan oyoq qadamlariga qurilgan.

Tezlik o‘rta darajada. Raqsning “cha-cha-cha” harakati murakkablik darajasi bo‘yicha uch guruhga bo‘linadi. Birinchi guruh asosiy yurish, o‘ngga va chapga burilish, oldinga va orqaga qayrilish harakatlarini o‘z ichiga oladi. Bu harakatlar raqs o‘rganuvchilarning boshlang‘ich bosqichidagilar uchun bo‘lib, o‘rganish jarayonida raqsning ozgacha, noodatiy ritmini, ijroning xarakteri va uslubini o‘zlashtiradilar.

Raqs juftlikda ijro etiladi. Dastlabki holati-6 holat. Harakatlar nomi: aylanib o‘tish (hip-twist), spiral, aleman, xokkey tayog‘i, kuba breyki, oldinga va orqaga yurishlar, o‘ngga va chapga burilishlar, oldinga va orqaga egilishlar.

1. “Yopiq holat”–juftliklar bir-biriga yuzma-yuz turadi:

A) Yigitning o‘ng qo‘li qizning chap kuragida, chap qo‘li yonda ikkinchi holatda qizning o‘ng qo‘lini tutgan. Qizning chap qo‘li yigitning yelkasida, o‘ng qo‘li yigitning chap qo‘lida.

B) Yigit va qizning ikkala qo‘llari 2-holatda tutashgan.

D) Yigit va qizning bir qo‘li tutashgan, ikkinchisi 2-holatda ochiq.

2. “Yarim ochiq holat”–juftliklar bir-biriga 90 gradus burchak bilan turadi: Yigit va qizning bir qo‘li ikkinchi holatda tutashgan, bo‘sh qo‘llari esa yon tomonlarida erkin turadi.

3. “Ochiq holat”–juftliklar bir-xil tomonga qarashgan (faqat oldinga yoki faqat orqaga):

А) Bir qo‘li bilan tutashgan, ikkinchi qo‘li 2-holatda ochiq.

Б) Bir qo‘li 2-holatda, ikkinchisi oldinga uzatilgan.

Lotin-amerika raqslarida asosan oyoq kafti harakatlanadi va no‘ng tovon ko‘tarilib tushadi. Gavdaning tos-bo‘ksa qismi yon tomonlarga mayin burilishi va aylanishlari bilan xarakterlidir. Tananing yuqori qismi holati o‘zgarishsiz qoladi, yelkalar har doim bir hil holatda turadi. Tos-bel qism harakatlarida har doim his-tuyg‘u chegarasi nazorat qilinishi shart. Tayyorgarlik mashqlari talabalar-da qadamlar ijrosining o‘ziga xosliklarini o‘zlashtirishga yordam beradi. Musiqa o‘lchovi 4/4.



3. “Samba”–bu aniq va tez ritmli raqs. “Samba”ning vatani- Braziliya.

“Samba” aylana bo‘ylab harakatlanish bilan ijro etiladi. Ba’zi harakatlari bir joyda turib bajarilishi tufayli raqs maydonining aniq yo‘nalishiga amal qilinishi shart. Asosan harakatlar oyoq kaftida ijro etiladi, ba’zan masalan, “korta-djak”da tovon urish harakatlardan ham foydalaniladi. “Samba” uchun “prujina”li harakatlar xarakterlidir. “Cha-cha-cha” va “Rumba”dan farqli tomoni ularda

asosan tos-bo'ksa qismi ishlasa, "Samba"da tananing yuqori qismi harakatlanadi. "Samba"ning ritmi noan'aviy va turli xildir. Harakat 1-i, 2-i sanog'ida bo'ladi. Lekin shuni unutmaslik kerakki, "bir" sanog'idagi harakat "i" sanog'idagi harakatdan ko'ra cho'zi-libroq ijro etiladi. Shuning uchun bu harakat avval juda sekin ijro etiladi. To'la o'zlashtirilganidan so'ng, bir daqiqada 54–56 takt o'rtacha tezlikdagi $\frac{2}{4}$ musiqa o'lchovida ijro etiladi. Juftlikdagi asosiy holatlar: "Yopiq holat", "Promenad holat", "Samba oldinga yurish", "Samba yonlama yurish", "Samba joyida turish", "Yakka aylanish", "Samba o'ngga aylanish", "Boto-fogo"(diagonal, zigzag ko'rinishli tasvir), "Kontr boto-fogo", "Botofogo kumbatu", "Korto djaka".

Mavzuni mustahkamlash uchun savollar

1. Lotin Amerika raqsi haqida qanday ma'lumotga egasiz?
2. "Cha-cha-cha" raqsi harakatlari boshqa raqslardan nimasi bilan farqlanadi?
3. "Samba" raqsi harakatlari necha xil?

10- mavzu. Tango va zamonaviy ritmdagi raqslar.

Reja:

1. "Djayv" raqsi haqida.
2. "Tango" raqsi haqida.

Tayanch iboralar: Kompozitsiya, shosse, tebranish, plastika, rumba, xoreografik, takt, polka, harakat, vals, raqs, san'at, teatr, jest, tana, sahna, musiqa, juftlik, tezlik, temp, ritm, janr.

1. "Djayv"—erkin kompozitsiyaning zamonaviy ko'rinishli raqsidir. Ushbu raqs bir joyda va biroz sezilarli darajada harakatlanish bilan bajariladi. Shuning uchun "djayv"ni katta raqs maydonida, juda ko'p sonli juftlikdagi ijrochilar bilan ijro etish talab etiladi. Raqs harakatlari asosiy qadam tashlashning "tebranish" va "shosse" elementlariga qurilgan. "Djayv"ning qadamlari mayda,

ijro oyoq kaftlari bilan boshlanib oyoqqa to‘liq o‘tadi. Oyoqlarning “Cha-cha-cha” kabi harakatlanishi tos-bo‘ksaning yengil harakatlanishi bilan belgilanadi. Tayyorlov holati 6-holatdan. Juftlarning qo‘l holatlari “to‘liq yopiq” va “yarim yopiq” holatlarda bo‘ladi. Birlashib turgan qo‘lning kafti yelkadan pastroqda bo‘ladi. Qo‘llar mustahkam birlashtirilgan bo‘lishi kerak. Sababi, yigit qizga boshlovchilik qilib yetaklaydi. Tirsaklar tanaga yaqin bo‘lib, yon tomonlarga ochilmagan bo‘lishi kerak. Juftliklar bir-biridan uzoqda bo‘lmasligi lozim. Erkin holatda turgan qo‘llar uchun aniq bir holat belgilanmaydi. Raqsning o‘ziga xosligi shunda-ki, o‘z juftlari bilan turli xil o‘tishlar, aylanishlar va qo‘llarning almashinishidadir. Bu raqs akrobatik “Djtitter big” raqsidan kelib vaqtlar o‘tib soddalashtirildi va ommalashuviga olib keldi. “Djayv”ning boshqa raqslardan farqi uning musiqiy o‘lchovidir. Bu 6/4 yoki bir yarim takt “1-2”- “3-i-4”- “3-i-4”. Unda har gal “3-i-4” sanog‘i qaytarilganda “shosse” harakati ikki marta ijro etiladi. 4/4 tez templi zamonaviy musiqalar jo‘rligidan foydalanish mumkin.

2. Tango—argentina va ispan xalq raqslari harakat va holatlaridan kelib chiqqan. Harakatlarning uyg‘unligi, holatlarning tez o‘zgaruvchanligi bilan o‘ziga xoslikka ega. Raqs ijrosining uslub-i janub xalqlarining qiziqqon, qat’iy va jasurligini tasvirlaydi. Tango o‘zining mana shu xususiyatlari bilan dunyoning barcha mamlakatlarida ijro etilishiga sabab bo‘ldi. Yevropaning boshqa raqs harakatlari bilan o‘xshash tomonlari borligiga qaramay (sekin vals, fokstrot), tango ulardan juftliklarning turli holatlari, ijro texnikasi, harakatlar ijrosidagi o‘ziga xos tomonlari bilan ajralib turadi. Masalan: Juftlikdagi ijrochilarning o‘ng oyog‘i partnyorining oyoqlari o‘rtasida erkin holatda turadi. Tizzalar bo‘sh, tana og‘irligi ikki oyoqqa teng tashlanadi. Bunday o‘ziga xoslik tomonlarini ko‘plab keltirish mumkin.

Mavzuni mustahkamlash uchun savollar

1. Tango va zamonaviy ritmdagi raqslar haqida qanday ma'lumotga egasiz?
2. "Djayv" raqsi harakatlari boshqa raqslardan nimasi bilan farqlanadi?
3. "Tango" raqsi harakatlari necha xil?

Talabalar bilimini sinash uchun test savollari

Test topshirig'i	To'g'ri javob	Muqobil javob	Muqobil javob	Muqobil javob
"Klassik raqs" fanida nechta qo'l holati bor?	*uchta	ikkita	to'rtta	beshta
"Klassik raqs" fanida nechta oyoq holatlari bor?	*beshta	oltita	uchta	yettita
"Klassik raqs" fani kombinatsiyalarining nomlari qaysi davlat tilida yuritiladi?	*fransuz	lotin	ingliz	rus
"Pliyе" harakatining turlari?	*ikki xil	to'rt xil	besh xil	uch xil
Yarim o'tirish bu?	*Demi pliyе	yugurish	yurish	otish
"Pliyе" harakati qaysi holatlarda bajariladi?	*oyoqning barcha beshta holatlarida	birinchi va uch holatda	faqat besh holatda	faqat ikkinchi va to'rt holatda
Demi pliyе – harakatining ma'nosi nima?	*yarim o'tirish	sakrash	yugurish	yurish
Grand pliyе harakatining ma'nosi nima?	*to'liq o'tirish	yurish	yotish	dumalash
Grand pliyе harakatini nechanchi holatlarda bajarish mumkin?	*oyoq holatlarining barchasida	ikki va yettida	bir va beshda	bir, ikki va besh holatlarda
"Pliyе" harakatining ma'nosi nima?	*o'tirish	sakrash	yugurish	yurish

“Develope” harakatining ma’nosi nima?	*ishchi oyoq uchini tayanch oyoq bo’ylab tizzagacha ko’tarish	oyoq bukish	siltash	surish
“Battement tendus” harakatining ma’nosi nima ?	* siljitish	otish	siltash	ko’tarish
“Battement tendus” harakatining vazifasi nima?	oyoqlarni kuchli bo’lishiga yordam beradi	mayin qiladi	plastikasini oshiradi	egilishga yordam beradi
“Battement –tendus” harakati oldinga qanday bajariladi ?	*tovon bilan ochiladi, uchi bilan yopiladi	uchi bilan ochiladi va tovon bilan yopiladi	bir vaqtda ochiladi	bir vaqtda yopiladi
Oyoq uchi tortilib polga sanchib olinadigan harakat bu?	*Pikke	polga uriladi	tovon uriladi	oyoq yonga ochiladi
“Battement –tendus” harakati orqaga qanday bajariladi ?	*uchi bilan ochiladi, tovon bilan yopiladi	tovon bilan ochiladi	uchi bilan yopiladi	oyoq otiladi
“Battement tendu jette” harakati nechanchi holatda bajariladi?	*bir, uch, besh	ikki va yettida	to’rt	ikki va uch holatlarda
“Battement tendyu jette” harakatida oyoq necha gradusga otiladi ?	*yigirma besh	yigirma	o’ttiz	o’ttiz besh
Battement-tendus jette harakatining ma’nosi nima?	*kichik otish	yuqoriga otish	katta otish	siljitish
Pikke qanday bajariladi?	*oyoq uchi tortilib polga sanchib olinadi	polga uriladi	tovon uriladi	oyoq yonga ochiladi
Passe par-terre qanday bajariladi?	*oyoq birinchi holat orqali oldinga va orqaga polda sirpanib o’tadi	ikkinchi holatga otiladi	havoga ko’tariladi	to’rtinchi holatga o’iladi
Stanok oldida bajariladigan birinchi harakatning nomi nima ?	*demi va grand plye	jette	tandu	frappe
Ekzersis so’zining ma’nosi nima?	*kombinatsiyalar- ning to’plami	sakrash	birinchi holatda turish	ikkinch uchinchi holatlarda egilish

Stanokdagi kombinatsiyalar to'plami nima deb nomlanadi?	*ekzersis	sakrash	birinchi holatda turish	egilish
"Rond-de-jambe-parterre" harakatining ma'nosi nima?	*oyoq uchi bilan polda aylana chizish	tashqariga aylanish	yarim aylanish	to'g'riga aylanish
Oyoqni 90° otish bu...	*Grand battmen jette	Ronde -jamb parter	Battement fondyu	Adagio
"Ronde -jamb parter" harakatida andeor nima?	ichkariga aylanish	tashqariga aylanish	yarim aylanish	siltash
"Grand battmen jette" harakatining ma'nosi nima?	oyoqni 90° otish	oyoqni ko'tarish	oyoqni 95° dan tushirish	oyoqni 65° otish
"Grand battmen jette" harakati qanday bajariladi?	beshinchi holatda oyoqni 90° otiladi	yuqoriga ko'tariladi	yonga otiladi	balandga sakrash
"Ronde -jamb parter" harakatida andedan nima?	* tashqariga aylantirish	to'liq aylanish	ichkariga aylanish	otish
"Ronde -jamb parter" harakati nechanchi holatda bajariladi ?	*bir holatda	to'rt holatda	yetti holatda	ikki holatda
"Battement fondyu" harakati qanday bajariladi?	*sekin va mayin, oyoqni tizzadan bukib	sekin va qattiq urib	tez va qattiq urib	tez va mayin urib
"Battement fondyu" harakati nechanchi holatdan boshlanadi?	*besh	bir	to'rt	ikki
"Battement frappe" harakati nechanchi holatdan boshlanadi?	*besh holatdan	bir holatda	ikki holatda	uch holatda
"Battement frappe" harakati qanday bajariladi?	*oyoqni tizzadan bukib, to'piqqa tez va qattiq urib	sekin va yumshoq urib	sekin va mayin urib	sekin urib
"Adagio" harakati nechanchi holatdan boshlanadi?	*besh holatdan	uch holatda	to'rt holatda	olti holatda
Oyoqni tashqariga aylantirish nima deb nomlanadi?	*Andedan	Allonje	Assamble	Releve

“Adajio” harakatining ma’nosi nima?	*oyoqni 90°ga ko’tarish va bir nuqtada ushlab turish	oyoqni 90-da otish va yopish	oyoqni 95-da otish va yopish	oyoqni tizzaga ko’tarish
“Battement –tendyu” va battement- jette harakatida qanday farq bor?	*siljitish va otish	surish va ko’tarish	ocbish va ko’tarish	egilish va yoyish
Allonje so’zining ma’nosi nima?	*qo’l barmoqlarining cho’zilgan yoki uzaytirilgan holati	kaftning yopiq holati	barmoqlar yig’ilgan	tizzalar birlashgan
“Porde-bras” harakatini ma’nosi nima?	*egilish	otish	siltash	urish
“Eshappe” harakati qanday bajariladi?	*ikki holatdan besh holatga va beshdan ikki holatga qaytib sakrash	ikkidan oltiga sakrash	uchdan beshga sakrash	birdan beshga sakrash
“Sotte” harakati qaysi holatlarda bajariladi?	*bir, ikki, besh	uch, to’rt, besh	ikki, to’rt, besh	ikki, uch, besh
“Shanjemen – de-pyed” qaysi holatlarda bajariladi ?	*besh	bir	to’qqiz	olti
“Angler” harakatining ma’nosi nima?	*oyoqni 90 ga ko’tarib tizzani bukkan holda havoda aylantirish	oyoqni 45 otish	oyoqni tizzagacha ko’tarish	oyoqni 90 otish va yopish
Angler harakatining turlari nechta?	*ikki xil- andedan va andchor	to’rt hil	olti xil	besh xil
Assamble-bu	*sakrash	cho’zilish	egilish	enkayish
Releve-bu	*oyoqlar uchiga ko’tarilish	tovonda turish	tizza bukish	aylanish
Pas-glissad	*oyoqni sirpanuvchan qadam	oddiy qadam	yonga tashlash	gavda holati
Pas-shosse	*oyoqni sirpantirib qo’sh qadam tashlash	oddiy qadam	yonga tashlash	gavda holati
Kruaze	*oyoqning 5 holatdagi yopiq holati	2 chi yopiq holati	oyoqning 4 holati	oyoqning 5 holatdagi ochiq holati
Oyoqning 5 holatdagi yopiq holati bu....	*Kruaze	Ekarte	Efasse	Pas-shosse

Efasse	*oyoqning 5 holatdagi ochiq holati	oyoqning 5 yopiq holati	3chi yopiq holati	oyoqning 2 ochiq holati
Oyoqning 5 holatdagi ochiq holati bu....	*Efasse	Kruaze	Pas-shosse	Fondyu
Oyoqni polga urish nima deyiladi?	*Drobbi	Kruaze	Pas-shosse	Fondyu
Ekarte	* ishchi oyoqning yon tomonga ochiq holati	qo'lning ko'tarilgan holati	qo'lning yonga ochiq holati	tayanch oyoqning yon tomonga ochiq holati
Stanok oldida bajariladigan ikkinchi harakatning nomi nima?	*battement-ten-dus	battement-tendus jette	Fondu	frappe
Stanok oldida bajariladigan uchinchi harakatning nomi nima?	*battement-ten-dus jette	battement-tendus	pliye	fondyu
Stanok oldida bajariladigan to'rtinchi harakatning nomi nima?	"Ronde -jamb parter"	battement-tendus	pliye	fondyu
Stanok oldida bajariladigan beshinchi harakatning nomi nima?	*Battement fondu	battement-tendus	pliye	"Ron-de -jamb parter"
Stanok oldida bajariladigan oltinchi harakatning nomi nima?	*Battement frappe	battement-tendus	pliye	fondu
Stanok oldida bajariladigan yettinchi harakatning nomi nima?	*Adajio	battement-tendus	pliye	fondu
Stanok oldida bajariladigan sakkizinchi harakatning nomi nima?	*Grand battement jette	battement-tendus	pliye	fondu
Jahon xalqlari raqslarida nechta asosiy qo'l holatlari bor?	*ikkita	to'rtta	oltita	beshta
Jahon xalqlari raqslarida nechta asosiy to'g'ri oyoq holatlari bor?	*beshta	bitta	uchta	to'rtta

Jahon xalqlari raqsida nechta ochiq oyoq holatlari bor?	*beshta	to'rtta	oltita	bitta
Jahon xalqlari raqsida nechta yopiq oyoq holatlari bor?	*ikkita	to'rtta	uchta	beshta
Jahon xalqlari raqsida stanokdagi ekzersis nechta?	*ikkita	to'qqizta	sakkizta	oltita
"Drobbi" mashqining ma'nosi nima?	*oyoqni polga urish	otish	siltash	ko'tarish
"Motalochka" harakati ma'nosi nima?	*oyoqni yondan-yonga urib surish	joyidan sakrash	yugurish	o'tirish
Jahon xalqlari raqsi klassik raqsdan farqi nimada?	*xarakterida	nozikligida	mayinligida	sho'xligida
Xorovod qaysi millat raqs turkumlariga kiradi	*Rus, ukrain	tojik	arab	ispan
"Golubets xarakati qaysi millat raqsiga xos	*ukrain	o'zbek	turk	rus
Kabluchniy mashqining ma'nosi nima?	*oyoqning tovonini polga urish	otish	siltash	ko'tarish
"Flik-flyak" mashqining ma'nosi nima?	*oyoqning uchini polda oldinga, orqaga, yonga sirpantirib olish	oyoqni polga urish	tizzani polga urish	qarsak urish
"Koviryalochka" harakati qaysi millatlar raqsiga mansub?	*Ruscha, ukraincha	Ruscha, armancha	Ispancha, ukraincha	Hindcha, sigancha
"Veryovochka" harakati qaysi raqs fanida o'qitiladi?	*Jahon xalq raqslarida	O'zbek raqsida	Klassik raqsda	Zamonaviy raqsda
Jahon xalq raqsilariga kiruvchi harakat nomi	*Veryovochka	demi-plye	jette	rond
"Bolshiyе broski" harakati qaysi raqs fanida o'qitiladi?	*Jahon xalq raqslarida	O'zbek raqsida	Klassik raqsda	Zamonaviy raqsda
"Mayin sabo" harakati nechanchi holatda bajariladi?	*ikki	besh	yetti	to'rt
"Yirik to'lqin" harakati nechanchi holatda bajariladi?	*olti	uch	besh	bir

“Uzum uzish” harakati nechanchi holatda bajariladi?	*to‘rt	bir	besh	yetti
“Novda egilishi” harakati nechanchi holatda bajariladi?	*uch	ikki	besh	olti
“G‘uncha” harakati nechanchi holatda bajariladi?	*ikki	bir	yetti	to‘rt
“Doira dars” darsligi necha qismdan iborat?	*besh	bir	to‘rt	olti
Qo‘lning “Ilon” harakati nechanchi holatda bajariladi?	*bir	besh	to‘rt	yetti
“Labi g‘uncha” harakatida qo‘llar qayerda turadi?	*Iyak ostida	Quloq yaqinida	Yuzning to‘g‘risida	oltinchi holatda
“Doira dars” darsligining birinchi qismi qaysi harakatdan boshlanadi?	*Qo‘shqarsak	Duchoba	Mayin sabo	Qo‘ldasta o‘yin
“Doira dars” darsligining ikkinchi qismi qaysi harakatdan boshlanadi?	*Duchoba	Qo‘ldasta o‘yin	Qo‘shqarsak	Mayin sabo
“Doira dars” darsligining uchinchi qismi qaysi harakatdan boshlanadi?	*Uzum uzish	Duchoba	Qo‘shqarsak	Qo‘ldasta o‘yin
“Doira dars” darsligining to‘rtinchi qismi qaysi harakatdan boshlanadi?	*Novda egilishi	Uzum uzish	Duchoba	Qo‘shqarsak
“Doira dars” darsligining beshinchi qismi qaysi harakatdan boshlanadi?	*Zang	Qo‘shqarsak	Uzum uzish	Novda egilishi
“Doira dars” darsligi kim tomonidan yaratilgan?	*Usta Olim Komilov, Tamaraxonim, Mukarrama Turg‘unboyeva	Qahramon Dadayev, Qodir Mo‘minov	Yulduz Ismatova, Usta Olim Komilov	Usta Olim Komilov, Qunduz Mirkarimova
O‘zbek raqsida qo‘l holatlari nechta?	*yettita	to‘rtta	ikkita	to‘qqizta

O'zbek raqsida oyoq holatlari nechta?	*yettita	bitta	oltita	sakkizta
O'zbek raqsining maktablari nechta ?	*uchta	ikkita	to'rtta	yettita
"O'zbekraqs" birlashmasi qachon tashkil topgan?	*1997-yil 8-yanvar	2007-yil 10-yanvar	1999-yil 5-mart	1998-yil 10-sentabr
"Bahor" Davlat raqs ansambli nechanchi yil tashkil topgan?	*1957yil	1968-yil	1963-yil	1975-yil
"Lazgi" Davlat raqs ansambli nechanchi yil tashkil topgan?	*1968-yil	1957yil	1963-yil	1975-yil
"Shodlik" Davlat raqs ansamblining birinchi baletmeysteri kim?	*Isohor Oqilov	Yulduz Ismatova	Dilafruz Jabborova	Ma'mura Ergasheva
"Tanovar" raqs ansamblining birinchi baletmeysteri kim?	*Yulduz Ismatova	Qunduz Mirkarimova	Ma'mura Ergasheva	Isohor Oqilov
"Qayroq" qaysi raqs yo'nalishlarida ishlatiladi?	*Xorazm, Buxoro	Surxondaryo-Qashqadaryo	Toshkent-Farg'ona	Xorazm-Qoraqalpoq
"Charx" aylanish harakati nechanchi holatda bajariladi?	*bir	ikki	sakkizta	uch
"Zang" taqinchog'i qaysi raqs yo'nalishlarida ishlatiladi?	*Xorazm, Buxoro	Xorazm-Qoraqalpoq	Toshkent-Farg'ona	Surxondaryo-Qashqadaryo
"Yog'och qoshiq" qaysi hudud raqs yo'nalishlarida ishlatiladi?	*Surxondaryo	Xorazm, Buxoro	Toshkent-Farg'ona	Xorazm-Qoraqalpoq
O'zbek xalq raqs maktabi asoschilari kimlar?	*Usta Olim Komilov, Tamaraxonim, Mukarrama Turg'unboyeva	Yulduz Ismatova, Usta Olim Komilov	Qahramon Dadayev, Qodir Mo'minov	Olim Komilov, Qunduz Mirkarimova
O'zbek raqs san'ati to'g'risidagi o'quv adabiyotlarining birinchi avtori kim?	*Roziya Karimova	Lyubov Avdeyeva	Shokir Ahmedov	Tamaraxonim

Raqs tasviri nima?	*Raqqosalar harakatlanishining geometrik figuralarda tasvirlanishi	Raqs matni	Raqs xarakati	Raqs mazmuni
O'zbek raqsi folklor janrining hududiy yo'nalishlari necha xil ?	*to'rt	ikki	uch	besh
"Masxaraboz" raqsi folklor janrining qaysi hududiy yo'nalishiga mansub?	*Xorazm	Surxondaryo	Buxoro	Farg'ona
"Mavrigi" o'zbek raqsi folklor janrining qaysi hududiy yo'nalishiga mansub?	*Buxoro	Surxondaryo	Xorazm	Farg'ona
"Bahor valsi" raqsini kim sahnalashtirgan?	*Mukarrama Turg'unboyeva	Qodir Mo'minov	Yulduz Ismatova	Usta Olim Komilov
"Lagan" raqsini kim sahnalashtirgan?	*Isohor Oqilov	Yulduz Ismatova	Usta Olim Komilov	Mukarrama Turg'unboyeva
Yulduz Ismatova tashkil qilgan ansambl...	*Tanovar	Bahor	Lazgi	Sumalak
"Tanovar" raqsining ilk ijrochisi?	*Mukarrama Turg'unboyeva	Usta Olim Komilov	Yulduz Ismatova	Qodir Mo'minov
"Xoreografiya" so'zining ma'nosi nima?	*Raqsni yozaman	Xalq raqsi	Jahon raqsi	Milliy raqs
M.Turg'unboyeva nechanchi yil tug'ilgan?	*1913-yil	1906-yil	1924-yil	1931-yil
Tamaraxonim nechanchi yil tug'ilgan?	*1906-yil	1913-yil	1924-yil	1931-yil
Qaysi raqs merosiy raqslar turkumiga kiradi?	*Munajat raqsi	Lazgi raqsi	Surxoncha raqs	Doira raqsi
Juftlikdagi raqslar nima deb ataladi	*Duet	Trio	Guruhli	Yakka
Raqs tasviri necha turda bo'ladi?	*ikki	to'rt	uch	olti
Tamaraxonim "Oltin medal" bilan qayerda taqdirlangan?	*Londonda	Italiyada	Parijda	Germaniyada
Qaysi bandda "Raqs poema" deb nom olgan yakka raqs to'g'ri ko'rsatilgan?	*"Tanovar"	"Rohat"	"Dil kuylasin"	"Pilla"

Bernora Qoriyeva san'atning qaysi sohasida ijod qilgan?	*Raqs san'ati, balet	Sirk	Kino	Teatr
Birinchi o'zbek balerinas kim?	*Galiya Izmailova	Feruza Alimova	Bernora Qoriyeva	Guli Hamrayeva
Birinchi o'zbek baleti qaysi banda to'g'ri ko'rsatilgan?	*"Oq bilak"	"Shopeniano"	Bog'chasaroy fontani"	"Qirq qiz"
M.Turg'unboyeva saxnalashtirilgan raqslar qaysi banda to'g'ri ko'rsatilgan?	*"Tanovar", "Munojot", "Pilla", "Rohat"	"Lagan raqsi", "Dil kuylasin"	"Katta o'yin", "Shodiyona"	Navqironim qani", "Temuriy malikalari"
Charxlarda raqqosa muvozanatini saqlash uchun nima qilishi kerak?	*O'zini yuqoriga tortishi kerak	O'zini bo'sh tutishi kerak	O'zini orqaga tutishi kerak	O'zini oldinga tortishi kerak
Farg'onacha raqsdan tebranish qanday harakatlar turiga kiradi?	*Gavda harakatlariga	Muqomlarga	Qo'l harakatlariga	Oyoq harakatlariga
Aylanishlar nechga turga bo'linadi?	*to'rt	ikki	bir	besh
Qodir Mo'minov kim?	*baletmeyster	xormeyster	rejissyor	aktyor
Isiyor Oqilov kim?	*baletmeyster	xormeyster	rejissyor	aktyor
Bernora Qodirova kim?	*balerina	xormeyster	rejissyor	aktyor
Shokir Ahmedov kim?	*baletmeyster	xormeyster	rejissyor	aktyor
Tempo-ritm tushunchasi?	*xatti-harakatning rivoji va uning vaqt birligidagi mantiqiy yakuni	oliy maqsad uchun qilingan harakatlar miqdori va vaqt o'lchovi	ijrochilik san'atining tezkorlik darajasi	personajlar xatti-harakatning meyori
Ritm nima?	*usul	ashula	replika	ovoz
Yuz ifodasi nima deyiladi?	*minika harakati	ritmika	plastika	pantomima
Pauzalar qaysi qatorda to'g'ri berilgan?	*tyuft pauza, mantiqiy pauza, psixologik pauza, sayyor pauza	grammatik pauza, fonetik pauza, maqsadli pauza, mantiqli pauza	tabiyy pauza, tarkibiy pauza, sayyor pauza, psixologik pauza	psixologik pauza, grammatik pauza,
Usul nima?	*ritm	raqs	replika	nota

Etyud nima?	*kichik raqs	ommaviy raqs	raqsning bir qismi	raqs chizmasi
Mimika nima?	*yuz ifodasi	grim	ko'rinish	chehra
“Tanovor” raqsiga qanday ta'rif berilgan?	*“Raqs poema”	“Oltin raqs”	“Tarixiy raqs”	“Xijron raqs”
Titratma qanday harakat turiga kiradi?	*yelka harakati	qo'l harakati	bosh harakati	oyoq harakati
Iyak qoqish qanday harakat turiga kiradi?	*bosh harakati	qo'l harakati	oyoq harakati	gavda harakati
Oyoq harakatiga kiruvchi harakat qaysi?	*Oqsatma	qo'l dasta o'yin	mayin sabo	to'lqin
“Mayin sabo” harakatining ma'nosi nima?	*mayin shabboda	dovul	shamol	mayin shamol
Oqsatma qanday harakat turiga kiradi?	*oyoq harakati	qo'l harakati	bosh harakati	gavda harakati
Yarim qaychi qanday harakat turiga kiradi?	*oyoq harakati	qo'l harakati	bosh harakati	gavda harakati
Mayda ufori qanday harakat turiga kiradi?	*oyoq harakati	qo'l harakati	bosh harakati	gavda harakati
Ma'mura Ergasheva qaysi san'at turida ijod qiladi?	*raqs	kino	sirk	teatr
Raqs muallifi kim?	*baletmeyster	raqqosa	sozanda	qo'shiqchi
Miya faoliyatini faollashtiruvchi mashq bu...	*Koordinatsiya mashqlari	qo'l mashqlari	oyoq mashqlari	bosh mashqlari
Konsert qanday ma'noni bildiradi?	*bellashuv, musobaqa	sahnaga chiqish	tomosha	yig'ilish
Koordinatsiya mashqlari raqqosaga qanday yordam beradi?	*miya faoliyatini faollashtiradi	muskullarni chiqaradi	plastikani rivojlantiradi	ijro texnikasini o'zlashtirishda yordam beradi
Harakat nima?	*ruhiy va jismoniy jarayon	jismoniy mashqlar	berilgan shart-sharoitda mantiqiy holat	maqsadga yo'naltirilgan jismoniy mashqlar
Baletmeysterlik turlari necha xil?	*to'rt	besh	olti	yetti
Kichik raqs nima?	*etyud	variatsiya	duet	kino

Raqs nima?	*musiqa va harakat orqali badiiy obraz yaratishga asoslangan san'at	o'yin	harakat	ko'rinish
Raqs san'atiga bog'liq san'at turlari	*musiqa va aktyorlik	rassomlik	amaliy san'at	haykaltaroshlik
Sivilya Tanguriyeva kim?	*raqqosa va pedagog	raqqosa	aktrisa	pedagog
"Bahor vals" kuyining avtori kim?	*M.Mirzayev	Q.Dadayev	A. Ismoilov	B. Aliyev
Musiqa va harakat orqali badiiy obraz yaratishga asoslangan san'at turi bu...	*raqs	kino	rassomchilik	kashtachilik
Ustoz Tamaraxonimning san'atdagi asosiy yo'nalishi	*lapar	xonanda	raqqosa	aktrisa
Tamaraxonim ijro etgan raqslar	*to'g'ri javob yo'q	lazgi, tanovor	munojot, tanovor	tanovor, lazgi
Variatsiya nima?	*bir necha raqslar to'plami	yakka raqs	duet	etyud
Raqs san'ati qaysi sport turlariga yaqin?	*gimnastika	boks	kurash	suzish
Raqs san'ati qanday madaniy me'ros hisoblanadi	*nomoddiy	moddiy	tarixiy	arxeologik
"Polonez" raqsi qaysi millat raqsidan kelib chiqqan?	*Polyak	Fransuz	Nemis	Ingliz
"Vals" nechanchi asrdan boshlab raqs sahnasida paydo bo'ldi?	*XVIII asrdan	IX asrdan	XIV asrdan	XXI asrdan
Valsning musiqiy o'lchovi qanday?	*3/4 o'lchov	2/4 o'lchov	6/8 o'lchov	6/4 o'lchov
Qiyg'ir bo'yin qanday harakat turiga kiradi?	*bosh harakati	qo'l harakati	oyoq harakati	gavda harakati
Qosh uchirish qanday harakat turiga kiradi?	*mimika harakati	qo'l harakati	bosh harakati	gavda harakati
Sildirma qanday harakat turiga kiradi?	*gavda harakati	qo'l harakati	bosh harakati	oyoq harakati
Qaychi qanday harakat turiga kiradi?	*oyoq harakati	qo'l harakati	bosh harakati	gavda harakati
Qiyin ufuri qanday harakat turiga kiradi?	*oyoq harakati	qo'l harakati	bosh harakati	gavda harakati

“Pichoq” raqsi qaysi hudud raqs turiga kiradi?	*Surxondaryo	Fargʻona	Xorazm	Buxoro
“Pilla” raqsi qaysi raqs maktabiga xos?	*Fargʻona	Xorazm	Buxoro	Surxondaryo
“Paxta” raqsi qaysi raqs maktabiga xos?	*Fargʻona	Xorazm	Buxoro	Surxondaryo
“Rohat” raqsi qaysi raqs maktabiga xos?	*Fargʻona	Xorazm	Buxoro	Surxondaryo
“Katta oʻyin” raqsi qaysi raqs maktabiga xos?	*Fargʻona	Xorazm	Buxoro	Surxondaryo
“Sindi shox” harakati qaysi raqs maktabiga hos harakati hisoblanadi?	*Xorazm	Fargʻona	Buxoro	Surxondaryo
“Kiyik shoxi” harakati qaysi raqs maktabiga xos harakat hisoblanadi?	*Xorazm	Tojik	Buxoro	Surxondaryo
“Gul oʻyin” harakati qaysi raqs maktabiga xos harakat hisoblanadi?	*Fargʻona	Xorazm	Buxoro	Surxondaryo
“Suv mavji” harakati qaysi raqs maktabiga xos harakat hisoblanadi?	*Fargʻona	Xorazm	Buxoro	Surxondaryo
Oʻzbek raqs maktablarida necha hil kaft turlari mavjud?	*toʻrt	bir	uch	ikki
Raqs sanʼatida tomonlarning asosiy nuqtalari nechta?	*sakkiz	olti	toʻrt	yetti
Raqs sanʼatida sahnaning asosiy nuqtalari nechta?	*toʻqqiz	toʻrt	sakkiz	uch
Fargʻona raqs maktabiga hos harakat	*Gul oʻyin	koviryalochka	Galop	Oʻgʻlon bola
Raqs sanʼatida nechta asosiy hofatlar mavjud?	*toʻrtta: bosh, qoʻl, oyoq, gavda	uchta: bosh, qoʻl, oyoq	ikkita: qoʻl, oyoq	toʻrtta: gavda, qoʻl, oyoq, elka
Tarixiy-maishiy raqslar turkumiga kiruvchi raqs	*Polonez	lazgi	tanovor	mavrigi
“Qayroq lazsi” raqsi qaysi raqs maktabiga xos?	*Xorazm	Fargʻona	Buxoro	Surxondaryo

“(O)‘g‘lon bola” raqsi qaysi raqs maktabiga xos?	*Xorazm	Farg‘ona	Buxoro	Surxondaryo
“Rohat” raqsi qaysi raqs maktabiga xos?	*Farg‘ona	Xorazm	Buxoro	Surxondaryo
“Mavrigi” raqsi qaysi raqs maktabiga xos?	*Buxoro	Xorazm	Farg‘ona	Surxondaryo
“Menuet” qaysi raqslar turkumiga kiradi?	*Tarixiy-maishiy raqslar	Zamonaviy raqslar	Xalq raqslari	Folklor raqslari
“Polonez” qaysi raqslar turkumiga kiradi?	*Tarixiy-maishiy raqslar	Zamonaviy raqslar	Xalq raqslari	Folklor raqslari
“Galop” qaysi raqslar turkumiga kiradi?	*Tarixiy-maishiy raqslar	Zamonaviy raqslar	Xalq raqslari	Folklor raqslari
Tarixiy-maishiy raqslar turkumiga kiruvchi raqs	*Fransuzcha vals	hip-hop	breyk	rok
“Fransuzcha vals” qaysi raqslar turkumiga kiradi?	*Tarixiy-maishiy raqslar	Zamonaviy raqslar	Xalq raqslari	Folklor raqslari
Raqsnı o‘rgatish qaysi harakatdan boshlanadi?	*Musiqaga oyoqni tushirishdan	Qo‘l harakati	Bosh holati	Gavda holati

GLOSSARIY

(ma‘ruza matnida uchraydigan asosiy tushunchalarning o‘zbek rus va ingliz tillaridagi sharhi)

№	Ingliz tilida	Rus tilida	O‘zbek tilidagi ma‘nosi
1	Dance	Tanets	“Raqs” –musiqa va tana harakatlari orqali badiiy obraz yaratishga asoslangan san‘at turi.
2	Ensemble	Ansambl	“Ansambl” – fransuzcha “hamjihatlikda, birgalikda” degan ma‘noni bildiradi. Raqs ansambllari raqqosalarning bir jamoada ijodiy maqsad bilan uzoq muddatda ishlashi natijasida tarkib topadi.
3	Proscenium	Avanssena	“Avanssena”-sahnaning old qismi, peshsahna. Opera va balet spektakllarida keng foydalaniladi.
4	Ballet	Balet	Balet lotincha “balto” raqsga tushaman degan ma‘noni beradi. Asar mazmuni musiqiy xoreografik obrazlar vositasi bilan ifodalanadigan san‘at turi.
5	Baletmeister	Baletmeyster	Baletmeyster nemischa “ballettmeister” balet ustasi. Raqs sahnalashtiruvchi va muallifi, raqs o‘rgatuvchi, raqs jamoasining rahbari.

6	Makeup	Grim	Grim–fransuzcha “grime”, italyancha “grimo”, “ajin”. Qiyofa o‘zgartirish san’ati.
7	Tours	Gastrol	Gastrol – nemischa-“gast” mehmon, “roll” rol. Raqqosa yoki raqs jamoasining doimiy ish joyidan tashqari boshqa shahar yoki davlatda konsert berishi.
8	Improvization	Improvizatsiya	Improvizatsiya–lotincha “kutilmagan” degan ma’noni beradi. Oldindan tayyorgarliksiz raqsni ijro etish.
9	Folklore	Folklor	Folklor–xalq raqslari, xalq ijodi
10	Soloist	Solist	Solist–yakkaxon, yakka ijrochi.
11	Jenre	Janr	Janr–musiqiy asarlarning turlari.
12	Melody	Melodiya	Kuy–ohang, nag‘ma, tovushlarning birin-ketin kelishi orqali yaratiladigan majmua. O‘zbek milliy musiqasida kuy bir ovoqli bo‘ladi. Boshqa xalqlar kuylarida ikki ovozlidan boshlab bir necha ovoqli bo‘lishi ham mumkin.
13	Tempo	Temp	Temp–musiqa asarining ijro etish surati
14	Rhythm	Ritm	Ritm–usul ma’nosini beradi. O‘zbek musiqasida ritm va usul turlicha ma’nolarni anglatadi. Bunda, doira yoki boshqa urma cholg‘uda doimiy takrorlanishi mumkin bo‘lgan ritm usul deyilsa, boshqa xalqlar musiqasida bir yoki bir necha taktda ifodalanadigan tovush cho‘zimlarining birgalikda kelishi tushuniladi.
15	Variation	Variatsiya	Variatsiya–Asosiy raqs musiqasi mavzusi yoki mavzularning ritm, sur‘at, ohang va boshqa bir yoki bir qancha unsurlarining o‘zgartirilgan shakli. Qat’iy va erkin raqs variatsiyalari asosida sahnalashtirilgan ommaviy raqs.
16	Allonge	Allonje	Allonje–Mumtoz raqs ta’limida barmoqlarning uzaytirilgan holati
17	Croise	Kruaze	Kruaze–Mumtoz raqs ta’limida oyoqning V holatda yopiq yoki chalishtirilgan holati.
18	Effase	Efasse -Efasse-	Efasse–Mumtoz raqs ta’limida oyoqning V holatda ochiq yoki chalishtirilmagan holati.
19	Ecarte	Ekarte	Ekarte–Mumtoz raqs ta’limida oyoqning yon tomonlarga ochilgan holati gavda“kruaeze” va “effase” holatlarida.
20	Arabesque	Arabesk	Arabesk–Mumtoz raqs ta’limida gavdaning naqsh yoki bezakli holatlari. Arabesklarning I-II-III-IV turlari mavjud.

Raqslar uchun nota matnlari

Geschichten aus dem Wienerwald – Сказки Венского леса

Op. 325

Introduction
Tempo di Valse

The image displays a piano introduction for the piece 'Geschichten aus dem Wienerwald' (Op. 325). The score is written for piano and is divided into five systems. The first system includes the tempo marking 'Tempo di Valse' and dynamic markings 'p' and 'f'. The music is in 3/4 time and features a characteristic waltz rhythm. The first system shows the right hand playing a melodic line with eighth and sixteenth notes, while the left hand provides a steady accompaniment of eighth notes. The second system continues the melodic development in the right hand. The third system introduces a more complex texture with sixteenth-note patterns in the right hand and a rhythmic accompaniment in the left hand. The fourth system features a prominent sixteenth-note figure in the right hand. The fifth system concludes the introduction with a final melodic flourish in the right hand and a sustained accompaniment in the left hand.

The image displays six systems of musical notation for a piano piece. Each system consists of a treble and bass staff. The notation includes various dynamics and tempo markings:

- System 1: *f*
- System 2: *f*
- System 3: *ff*, *lunga*
- System 4: *Langsam*, *p espr.*, *f*, *fp*
- System 5: *pp*
- System 6: *espr.*, *tr.*

Moderato Ländlertempo

p *pp*

This system contains two measures of music. The first measure is marked 'Moderato' and features a piano (*p*) dynamic. The second measure is marked 'Ländlertempo' and features a pianissimo (*pp*) dynamic. The music is written for piano with treble and bass staves.

This system contains two measures of music. The first measure is marked 'Moderato' and features a piano (*p*) dynamic. The second measure is marked 'Ländlertempo' and features a pianissimo (*ppp*) dynamic. The music is written for piano with treble and bass staves.

Bewegter (Più mosso) rit.

p *f*

This system contains two measures of music. The first measure is marked 'Bewegter (Più mosso)' and features a piano (*p*) dynamic. The second measure is marked 'rit.' and features a forte (*f*) dynamic. The music is written for piano with treble and bass staves.

Vivace

This system contains two measures of music. The first measure is marked 'Vivace' and features a piano (*p*) dynamic. The second measure is marked 'Vivace' and features a piano (*p*) dynamic. The music is written for piano with treble and bass staves.

Tempo di Valse

f *mf* *f*

This system contains two measures of music. The first measure is marked 'Tempo di Valse' and features a forte (*f*) dynamic. The second measure is marked 'Tempo di Valse' and features a mezzo-forte (*mf*) dynamic. The music is written for piano with treble and bass staves.

p

This system contains two measures of music. The first measure is marked 'Tempo di Valse' and features a piano (*p*) dynamic. The second measure is marked 'Tempo di Valse' and features a piano (*p*) dynamic. The music is written for piano with treble and bass staves.

Walzer I

The first system of musical notation for 'Walzer I' consists of two staves. The upper staff is in treble clef and contains a melodic line with eighth-note patterns and slurs. The lower staff is in bass clef and contains a harmonic accompaniment of chords. A piano (*p*) dynamic marking is present at the beginning of the system.

The second system continues the musical notation from the first system, maintaining the same two-staff structure with treble and bass clefs and piano accompaniment.

The third system continues the musical notation, showing further development of the melodic and harmonic themes.

The fourth system includes a *rit.* (ritardando) marking above the treble staff and a *pp* (pianissimo) marking below the bass staff, indicating a change in tempo and dynamics.

The fifth system includes an *a tempo* marking above the treble staff and an *f* (forte) marking below the bass staff, indicating a return to the original tempo and an increase in dynamics.

The sixth system concludes the piece with first and second endings, marked '1.' and '2.' above the treble staff. A piano (*p*) dynamic marking is present below the bass staff.

Walzer II

rit. a tempo

p *p* *mf*

The first system of the musical score for 'Walzer II'. It consists of two staves: a treble clef staff and a bass clef staff. The key signature has two flats (B-flat and E-flat), and the time signature is 3/4. The piece begins with a piano (*p*) dynamic. The first measure is marked 'rit.' (ritardando), and the second measure is marked 'a tempo'. The melody in the treble staff features eighth and sixteenth notes, while the bass staff provides a steady accompaniment of eighth notes. Dynamic markings include *p* at the start, *p* after the first measure, and *mf* (mezzo-forte) in the third measure.

p *f* *pp*

The second system of the musical score. It continues the two-staff format. The treble staff has a melodic line with slurs and accents. The bass staff continues with a rhythmic accompaniment. Dynamic markings include *p* (piano) in the fourth measure, *f* (forte) in the fifth measure, and *pp* (pianissimo) in the sixth measure.

1. 12.

p

The third system of the musical score, featuring first and second endings. The first ending (marked '1.') spans the first two measures, and the second ending (marked '12.') spans the next two measures. The treble staff has a more active melodic line with slurs. The bass staff continues with a steady accompaniment. A piano (*p*) dynamic marking is present in the third measure.

cresc. f

cresc. *f*

The fourth system of the musical score. The treble staff features a melodic line with slurs and accents. The bass staff continues with a steady accompaniment. Dynamic markings include *cresc.* (crescendo) in the first measure and *f* (forte) in the third measure.

1. 12.

p

The fifth system of the musical score, featuring first and second endings. The first ending (marked '1.') spans the first two measures, and the second ending (marked '12.') spans the next two measures. The treble staff has a melodic line with slurs. The bass staff continues with a steady accompaniment. A piano (*p*) dynamic marking is present in the third measure.

Du und Du – Ты и ты
Вальс на мотивы из оперетты «Летучая мышь»
Op. 367

Introduction
Moderato

mf

p

p

un poco animato

cresc. *mf* *fz mp* *cresc.*

f

First system of musical notation, featuring a treble and bass clef. The music consists of chords and melodic lines. A dynamic marking of *f* (forte) is present in the second measure.

Second system of musical notation, featuring a treble and bass clef. The music consists of chords and melodic lines. Dynamic markings of *f* (forte) are present in the second and fourth measures.

Third system of musical notation, featuring a treble and bass clef. The music consists of chords and melodic lines. A dynamic marking of *p* (piano) is present in the second measure.

Fourth system of musical notation, featuring a treble and bass clef. The music consists of chords and melodic lines. Dynamic markings of *f* (forte) and *mf* (mezzo-forte) are present. The system is titled "Walzer I" in the upper left corner.

Fifth system of musical notation, featuring a treble and bass clef. The music consists of chords and melodic lines. Dynamic markings of *f* (forte) are present. The system concludes with a double bar line and the word "Fine" in the lower right corner.

MOEVI VI by Richard Strauss - Thomas Arno - Reg. 519
 Source Editions musicales pour le violon et l'alto
 LES ÉDITIONS MUSICALES
 27, rue de Valenciennes - 75016 PARIS - TD : 8074593
 Tous droits réservés
 © 1995 U

Solo
 Solo
 Solo
 Solo
 Solo
 Trio

ASTOR Piazzolla

BARRIO

11

Partials - 2

B. 0258-E

FIN

1. 2.

8

SOL LAM RE LAM SOL LAM SOL LAM SOL LAM

MI LAM SOL LAM RIMM RIMM

RENN SOL

MI

MI LAM MI LAM MI LAM MI LAM

MI LAM MI LAM MI LAM MI LAM



XULOSA

Ta'lim jarayoni keng tarmoqli bo'lib, yetuk mutaxassislarni tayyorlashni har tomonlama qamrab oladigan ishdir. Xilma-xil ta'lim-tarbiya sohaları, shu jumladan, estetik, axloqiy, jismoniy va ma'naviy tarbiya sohalarini uzviy bog'liq holda olib borilgandagina davr talabiga mos kadrlarni yetishtirish mumkin. Buning uchun yangi innovatsion ta'lim texnologiyalaridan foydalanib, doimo izlanish va ijod qilish, davr bilan baravar qadam tashlash lozim.

Raqs san'ati – o'ziga xos mazmun va chuqur ma'noga egaligi bilan xalq qalbiga yaqindir. Ayniqsa, xalq raqslari orqali xalqning tarixi, turmush tarzi, vodiy, voha va o'lkalariga xos ajib tarovati, mehnat jarayoni, yuksak madaniyati, insoniy fazilatlarini tarannum etilishi bilan qimmatlidir.

XX asrning 60-yillariga kelib nafaqat raqs amaliyotchilari, balki nazariyotchilari ham uning taraqqiyotiga o'z hissalarini qo'shdilar. Ularning mehnati tufayli raqs san'atiga bag'ishlangan qo'llanmalar, darsliklar, monografiyalar vujudga keldiki, bu o'z navbatida raqs ta'limi va tarbiyasini rivojlantirishga o'z hissasini qo'shmay qolmadi. Ayniqsa raqs amaliyotchisi va nazariyotchisi Roziya Karimova yaratgan o'quv adabiyotlari raqs sohasidagi muhim qo'llanmalar bo'lib qoldi. Raqs ta'limi va tarbiyasi jarayoni to'g'ri va aniqlikni, tartib-intizomni talab qiladi. Uslubiy jihatdan to'g'ri tashkil etilgan mashg'ulotlar raqs ijrochilarining ongi, sezgisi va irodasiga ijobiy ta'sir qiladi, intizom, mehnatsevarlik, faollik, talabchanlik kabi sifatlarini shakllantiradi.

Umuman hozirgi raqs ta'limini zamon talablari asosida yanada rivojlantirish, ularni boyitish, jozibadorligini oshirish an'analarini saqlab qolish zarur bo'ladi.

Bugungi kunda akademik va estrada xonandalarini, aktyorlarni raqs san'atini nazariy va amaliy tarzda o'qitish orqali ularning idrokini tarbiyalab, ijrochilik sifatlarini chiniqtirish vazifasi amalga oshirilmoqda.

Ushbu “Raqs” darsligininig asosiy vazifasi raqsning nafaqat nazariy asoslari bilan tanishtirishdan, balki uning harakat elementlarini o‘rgatishdan, tahlil va tavsif etishdian, ijro texnikasini oshirishdan iborat. Yuqori saviyadagi professional ijrochi bo‘lish uchun talabalarga sahnada talab qilinayotgan artistik mahorat haqida mukammal bilimlarni o‘rgatadi hamda ta‘lim yo‘nalishi-ning o‘ziga xos xususiyatlarini yanada chuqurroq o‘zlashtirib olishlariga katta yordam beradi. Tayyorlangan ushbu darslik raqs san‘ati ta‘limining asosiy qismlarini to‘liq qamrab olgan bo‘lib, fanni o‘qitishda qo‘l keladigan o‘quv adabiyoti hisoblanadi.

Darslikda keltirilgan mashqlar talabalarda gavdaning, oyoq va qo‘llarning egiluvchanligini, qayriluvchanligini, erkin va plastik boshqara olishni, tananing barqarorligini, yengillikni, harakatlarni aniq bajarishni shakllantiradi.

Talabalarning bilimini yanada mustahkamlash maqsadida mavzular yuzasidan savollar, baholash maqsadida esa darslikda berilgan mavzular asosida test savollari tuzilgan. Glossariy va qo‘shimcha foydalanish uchun adabiyotlar ro‘yxatining berilgani talabalarning bilimini yanada oshirishga yordam beradi deb hisoblaymiz.

Darslikda fanni o‘qitish uchun berilgan harakatlar shu fan bo‘yicha barcha bilimlar batamom va behato yoritilgan degan fikrdan yiroqmiz. Shu sababdan fikr va mulohazalarni mualliflar bajonudil qabul qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. O‘zbekiston Respublikasining Konstitutsiyasi. – T.: «O‘zbekiston», 2010-y.
2. Karimov I. Ozod va obod Vatan, erkin va farovon hayot – pirovard maqsadimiz. T.8. – T.: «O‘zbekiston», 2000-y.
3. Karimov I. Yksak ma’naviyat –yengilmas kuch. – T.: “Ma’naviyat”, 2008-y.
4. Karimov I. O‘zbekiston mutaqillikka erishish ostonasida. T.: «O‘zbekiston», – 2012-y.
5. Karimov I. A. Ona yurtimiz baxtu-iqboli yo‘lida xizmat qilish–eng oliy saodatdir.T. O‘zb. 2015y.
6. Mirziyoyev Sh.M. Buyuk kelajagimizni mard va olijanob xalqimiz bilan birga quramiz. – T.: “O‘zbekiston”, NMIU, 2017488 b.
7. Mirziyoyev Sh.M. Erkin va farovon, Demokratik O‘zbekiston davlatini birgalikda barpo etamiz. O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti lavozimiga kirishish tantanali marosimiga bag‘ishlangan Oliy Majlis palatasining qo‘shma majlisidagi nutq. – T.: “O‘zbekiston”, NMIU, 2017y.
8. Mirziyoyev Sh.M. Qonun ustuvorligi va inson manfaatlarini ta’minlash–yurt taraqqiyoti va xalq farovonligining garovi. O‘zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasi qabul qilinganining 24 yilligiga bag‘ishlangan tantanali marosimdagi ma’ruza. 2016- yil 7-dekabr. T.: “O‘zbekiston”, NMIU, 2017-y.
9. 2017–2021-yillarda O‘zbekiston Respublikasini rivojlantirishning beshta ustuvor yo‘nalishi bo‘yicha “Harakatlar strategiyasi”. 2017-y.
10. Karimova R. O‘zbek raqslari. T. 2003-y.
11. Hamidova X., Sayfullayeva D., Zokirova S. Merosiy raqs durdonalari.T. 2003y .
12. Sayfullayeva D., Kazakbayeva Z. O‘zbek raqs san’ati tarixi va raqs sahnalashtirish sirlari . T. 2006-y.

13. Karimova R., Sayfullayeva D. O‘zbek yakka ayollar raqsi. T. 2007-y.
14. Avdeyeva L. O‘zbek milliy raqsi tarixidan. T. 2001y.
15. Abraykulova N. Raqs jamoalari bilan ishlash uslubiyoti. Toshkent. 2004-y.
16. Xursandov H., Qurbonova Sh. “Surxon raqs maktabi”. T. 2011y.
17. Vasil’yeva-Rojdestvenskaya. Tarixiy-maishiy raqs. M. 1971y
18. Hamrayeva G. Raqsning milliy qiyofasi. T. 2012y.
19. Zvyozdochkin V.A. Klassicheskiy tanets. M. 2003y.
20. Tarasov N.I. Klassicheskiy tanets. M. 1971y.
21. Saitova E., Abraykulova N. Xoreografiya va raqs san’ati asoslari. T. 2015y.
22. Muxamedova O‘. Uyg‘ur halq raqslari. T. 2009y.
23. Marinella Guatterini. L’ABC DEL BALLETO. Azbuka baleta. M., 2001y.
24. J.J.Nover. “Raqs va balet xaqida bitiklar” asari. 1965y.
25. Nikitin V.Y. Modern djaz tanets. M. 2000-y.
26. Pappasen F. “Karlo Blazis. Raqs san’ati”. Rim. 2008y.
27. Grasiozze Chekketti. Polniy kurs klassicheskogo tantsa. M. 2007-y.
28. Strinanov V., Uralskaya V., Sovremenniy balniy tanets. M. 1978-y.
29. Shulgina A.N. Balniye tantsi s kontsa XIX veka do nashix dney. M. 2012-y.
30. Usnatdinov Sh. Po‘lat Madreymov birinchi qoraqalpoq baletmeysteri. T. 2011y.

MUNDARIJA

KIRISH	3
Fanning maqsad va vazifalari.....	5
Raqs tushunchasining ijtimoiy o‘rni, uning estetik va ma’naviy omillari l	
Raqs ijrochiligi turlari, tarixiy taraqqiyoti va Sharq raqs san’ati	8
Badan harakatlarini rivojlantirishga yo‘naltirilgan mashqlar	25
O‘zbek raqs maktabi va turlari	57
Farg‘ona raqs maktabi.....	65
Xorazim raqs maktabi	73
Buxoro raqs maktabi	76
Jahon xalq raqslarini o‘rganish	78
Tarixiy-maishiy raqs va uning mashqlari.....	82
Vals va uning va turlari	86
Lotin-Amerika raqslari: “Cha-cha-cha”, “Samba”.....	89
Tango va zamonaviy ritmdagi raqslar	92
Test	94
Glossariy	107
Ilovalar	109
Xulosa	153
Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yhati	155

R. Dosmetova N.Abraykulova

RAQS

Darslik

Toshkent – «Barkamol fayz media» – 2017

Muharrir: A. Abdujalilov
Tex.muharrir: A. Kuchkarov
Musahhih: O. Doniyorov
**Kompyuterda
sahifalovchi:** I.Mamarasulov

Litsenziya AI № 284, 03.08.2017-y
Bosishga 2017 yil 15 dekabrda ruxsat etildi. Bichimi 60x84 $\frac{1}{16}$. Ofset qog'oz.
Times New Roman garniturasida. Shartli bosma tabog'i. 10,0. Nashr tabog'i 10,25.
Adadi 200 nusxa. Buyurtma № 35.

“BARKAMOL FAYZ MEDIA” nashriyoti. Toshkent sh.,
Mirobod tum. Shaxrisabz-42

«NOSHIR» O'zbekiston-Germaniya qo'shma korxonasi
bosmaxonasida chop etildi, Toshkent sh., 100020, Langar ko'chasi, 78.

ISBN 978-9943-5142-6-3



9 789943 514263