



SAHNA NUTQIDA IJROCHILIK MAHORATI.

Abdullayeva Gulnoza

O'zDSMIFMF talabasi

B.G'ofurova

Ilmiy rahbar

ARTICLE INFO

Qabul qilindi: 25- mart 2023 yil

Ma'qullandi: 28-mart 2023 yil

Nashr qilindi: 03-april 2023 yil

KEY WORDS

Artekulatsiya, ovoz apparati,
Orfoepiya, diksiya, diafragma,

ABSTRACT

Ushbu maqolada ovoz jarangdorligini shakllantirish va mushtahkamlashning nazariy asoslari sahna nurqi ijrochiligida aktyor uchun kerak bo'ladigan nafas mashqlari haqida malumot beriladi

«Agar biz O'zbekistonimizni dunyoga tarannum etmoqchi, uning qadimiy tarixi va yorug' kelajagini ulug'lamoqchi, uni avlodlar xotirasida boqiy saqlamoqchi bo'lsak, avvalambor, buyuk yozuvchilarni, buyuk shoirlarni, buyuk ijodkorlarni tarbiyalashimiz kerak»⁴. Chunki san'atkor — tarix va kelajak o'rtasidagi o'ziga xos ko'priq, ajdodlar va avlodlar merosini, an'analarni bir-biriga bog'lovchi vositadir. San'atning yana bir asosiy xususiyati — bu uning eng muhim tarbiya vositasi ekanligi bilan belgilanadi.

Mamlakatimiz Prezidenti 1.A.Karimov o'zining «Yuksakma'naviyat — yengilmas kuch» asarida «Insonni, uning ma'naviy olamini kashf etadigan yana bir qudratli vosita borki, u ham bo'lsa so'z san'ati, badiiy adabiyotdir. Adabiyotni insonshunoslik deb, shoir va yozuvchilarning esa inson ruhining muhandislari deb, ta'riflanishi bejiz emas, albatta», deb ayni haqiqatni aytdi. Bu esa, o'z navbatida, ana shu badiiy adabiyot zamiridagi so'z san'atini yanada jonlantirib, xalqning yuragiga yetkazib beradigan ijrochilik san'ati zahmatkashlari - rejissor va aktyorlarga ham birdek mas'uliyat yuklaydi. Sahna nutqi o'zining shakllanishi tarixida «sahna nutqi», «badiiy so'z», «adabiy o'qish», «ifodali o'qish» kabi bir talay nomlar bilan atalib, anchagina boy nazariy va amaliy tajribalar bilan mustahkamlandi. Bu predmet teatr va so'z bilan aloqador boigan ijrochilik san'ati sohalarida yetakchi rol o'ynab keladi. Shubhasiz, bu mavqe istiqbolda ham o'z qimmatini yo'qotmaydi va mazkur fanning nazariy-amaliy taraqqiyoti bilan birga, emotsional, jonli so'zning ta'sir doirasi yanada kengayib boradi», deb yozgan edi o'zining «Badiiy o'qish asoslari» kitobida xassos olim S.Inomxo'jayev. Darhaqiqat, keyingi vaqtlarda «Sahna nutqi» nomi bilan ataluvchi fan g'oyat muhim va ahamiyatli o'rinni egallab bormoqda. Ayniqsa, teatr sahnasidagi yaratilgan obrazlar nutqining ravonligi va ommaviy bayramlarning teatrlashtirilgan sahnaviy lavhalaridagi sahnaviy nutqning rivojini nutq texnikasisiz tasavur etib bo'lmaydi.

Nutq organlari anotomiyasi quyidagicha:

1.Havo o'tuvchi a'zolar (kekirdak,bronx va o'pka)2.Ovoz paychalarini o'z ichiga olgan hiqildoq (bo'g'iz)3.Havo bo'shliqlari (xalqum,burun bo'shlig'i, og'iz bo'shlig'i).Nafas apparati-ko'krak qafasi, o'pka, bronx va traxyeyadan iborat bo'lib,nafas chiqarishda va tovush paydo bo'lishida ko'maklashadi. Nafas olganda pauza paydo bo'ladi va bu tovushni tinishi o'z navbatida nutqning fonetik bo'laklanishiga olib keladi.Bo'g'iz-tog'aydan iborat. Qalqonsimon kemirchak (xryash) devorlariga va kichkina piramidasimon kemirchak devorlariga tushgan ovoz paychalari bo'g'izga joylashgan.Ovoz paychalari-bo'g'iz (xiqildoq)ichida oldindan orqaga ketuvchi ikki tashilliq parda burmalaridan iborat. Ovoz xosil bo'lishida bu paylar muhim rolo'ynaydi.Og'iz bo'shlig'I - turli nutq a'zolari til, lab, tanglay, jag'dan iborat bo'lib,kombinatsiyalariga ko'ra hajmi va ko'rinishi turli shaklga kirib turadi.Til - og'iz bo'shlig'idagi eng muhim a'zodir. U o'zining harakatchanligi tufayli qariyb barcha tovushlar yaratilishida ishtirok etadi. Tilning ust qismi uch bo'lakka bo'linadi: 1. Orqa qismi. 2. O'rta qismi. 3. Oldingi qismi. Har bir qism o'z imkoniyatiga ko'ra tovushlar paydo bo'lishi paytida turlicha me'yorda qatnashadi.Ovoz va nutqning faoliyati o'z navbatida nafas olish faoliyati bilan bog'liqdir.

NAFAS, NAFAS MASHQLARI

1.Nafas olish va nafas chiqarish. Og'irlikni ikkala oyoqqa berib tik turibolamiz. Ko'krak qafasimiz salgina oldinga ko'tarilib, elkalar erkin holdakengaytiriladi. Bunda bosh va bo'yin erkin holatda turishi lozim. Bunday texnikmashqlar paytida qomatni tik tutishga alohida e'tibor berish kerak, aks holdabajarilgan mashqlar biz kutgan natijani bermaydi.

2.Diafragma nafas olish. Birinchi mashqdagi holatda turib olamiz. Qo'llarbo'shashtiriladi keyin bukiladi kerishishdagi holat (astoydil kerishish emas!)danafas olinadi. Nafas olish jarayonida qo'llarimiz bukilganicha ko'tariladi vabarmoqlar yuqoridan elkalarga tegib turishi kerak. Shundan so'ng nafas chiqariladiva o'sha jarayonning o'zida qo'llar ham bo'shashtirilganicha tushirilad .Burun kataklari yon tarafidan ikkinchi ko'rsatkich yoki o'rta barmoq bilan silanadi va nafas olinadi. Nafas chiqarayotib,barmoqlar bilan ohista uriladi va nafas chiqariladi. Mashq 4-6 marta takrorlanadi.3.Gavda to'g'ri holatda. Nafas olamiz va nafas chiqarayotganda asta-sekin erkin, yengil boshni o'ngga so'ngra chapga buramiz va asl holatga kelimiz. Nafas olganda boshni tepaga, pastga tushiramiz. Yana asl holatga kelimiz. Mashqlar 4-6 marta takrorlanadi.

Artikulatsiya — nutq a'zolari faoliyatini takomillashtiruvchi omil sifatida. Lab, til va jag' artikulatsiyasi haqida ma'lumot. Artikulatsion mashqlar tizimi va ularning ahamiyati.

2. Diksiya — so'z va bo'g'inlardagi unli va undosh tovushlarning to'g'ri hamda aniq bo'lishini o'rgatuvchi va ta'minlovchi muhim vosita sifatida. Diksion mashqlar haqida ma'lumot. Yaxshi diksiyaning so'z san'atidagi o'rni va roli. Artikulatsion mashqlar, ya'ni lab, til va jag' mashqlarining muntazam bajarilishi — diksiya ustida ishlash demakligi

.3. Unli tovushlar va ularning ohangdorligi, jarangdorligini his etish uchun har bir unli yordamida artikulatsion harakatlar (lab, til, jag'laming faolligi) yordamida mashqlarni bajarish.

4. Unli va undosh tovushlarning qo'shib kelishi. Masalan: pi-bi, pe-be, po-bo, pu-bu, bi-pi, be-pe, ba-pa, bo-po, bu-pu yoki yanada murakkabroq mashqlar tuzish: titi, diti, eiti, ko'zlab biror niyat bilan ijro etiladi.iti, kiti, giti, zisi, risi, lisi, gisi, dissi, kpti, gipti va h.k.Bulardan tashqari,

doimiy yakka mashqlar uchun maqol. matal va tez aytishlar, folklor asarlardan olingan parchalardan foydalanish mumkin. Boshlang'ich davrda bu mashqlar asta-sekinlik bilan bajariladi. Keyinchalik esa artikulatsion jarayon faollashtiriladi. Boshida murakkabroq tuyulgan bu mashqlar pirovardida odat tusiga kiradi.

«O'zingni san'atda emas, san'atni o'zingda sevgin», deb ta'lim beradi teatr san'ati asoschilaridan biri K.S.Stanislavskiy. Y a'ni sahnaga chiqib qaddi-qom ating, chiroying yoki boshqa fazilatlaringni namoyish qilma, aksincha, san'atga bolgan cheksiz mehr-muhabbating, u siz tura olmaganing uchun chiqqin, deydi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Nosirova A, Sahna nutqi, Toshkent-2013y.
2. Xoliqulova G. Sahna nutqi. Toshkent – 2007 y.
3. G'ofurova B.Sahna nutqi, Toshkent-2022 y.

