



VOKAL IJROCHILIGIDA NAFAS TEXNIKASI VA UNDAN TO'G'RI FOYDALANISH SAMARASI

Yuldashov Asliddin Pardaevich

Samarqand Davlat pedagogika instituti o'qituvchisi

Annotatsiya. Maqolada vokal ijrochiligida nafas texnikasining o'rni, uning fiziologik va badiiy jihatlari hamda nafasni to'g'ri boshqarishning ijro sifatiga ta'siri tahlil qilingan. Vokal nafasining diafragmal xususiyati, havo oqimini taqsimlash, musiqiy frazalarni barqaror kuylash, ovoz apparatini himoya qilish va ijodiy ifodani kuchaytirishdagi ahamiyati yoritiladi. Shuningdek, maxsus vokal mashqlari, pedagogik yondashuvlar va sahna harakatlari bilan uyg'un holda nafasni boshqarish metodlari tasvirlanadi.

Kalit so'zlar: vokal ijrochiligi, nafas texnikasi, diafragmal nafas, ovoz apparati, havo oqimi, vokal mashqlari.

KIRISH

Vokal ijrochiligi san'atida nafas texnikasi asosiy o'rinni egallaydi. Nafas — ovozning tabiiy manbai, uning barqarorligi, jarangdorligi, kuchi va badiiy ifodaviylik darajasini belgilovchi eng muhim omildir. Tovushning sifatli hosil bo'lishi, vokal frazalarning ravonligi, kuyning ohangdorligi va ijrochining sahnadagi texnik imkoniyatlari avvalo to'g'ri nafas olish va nafasni boshqarish ko'nikmalariga tayanadi. Shuning uchun vokal ta'limida nafas texnikasini shakllantirish va uni doimiy takomillashtirib borish fundamental pedagogik vazifalardan biri hisoblanadi [1].

ASOSIY QISM

Vokal nafasining o'ziga xosligi shundaki, u insonning odatiy, kundalik nafas olishidan farq qiladi. Oddiy nafas jarayonida inson o'pkani to'ldirishga katta e'tibor qaratmaydi, jarayon tabiiy va nazoratsiz amalga oshadi. Ammo vokal ijrochiligi uchun nafas boshqaruvi ongli, nazoratli, fiziologik jihatdan to'g'ri yo'lga qo'yilgan bo'lishi shart. Vokalchilar uchun eng samarali nafas turi — diafragmal (pastga yo'naltirilgan) yoki aralash nafas bo'lib, bunda qovurg'alar kengayadi, diafragma faol ishlaydi, o'pkaga maksimal



miqdorda havo kiradi. Bunday nafas ovozni qo'llab-quvvatlashni ta'minlaydi, tovushning barqaror chiqishiga yordam beradi va nafasni uzoq davom ettirish imkonini yaratadi.

Nafas texnikasining to'g'ri shakllanishi ovoz apparati faoliyatiga bevosita ta'sir qiladi. Diafraktik nafas jarayonida ovoz bog'lamlariga ortiqcha zo'riqish tushmaydi, bu esa ijrochining sog'lig'ini saqlashda nihoyatda muhimdir. Noto'g'ri nafas yoki nafasni haddan tashqari tez chiqarish ovoz bog'lamlarining shikastlanishiga, fonasteniya va boshqa vokal kasalliklarning paydo bo'lishiga olib kelishi mumkin. Shuning uchun vokal nafasini to'g'ri yo'lga qo'yish nafaqat ijrochilik sifatini, balki ijrochining vokal umrboqiyligini ham belgilaydi [2].

Vokal ijrochiligida nafasni to'g'ri taqsimlash ham alohida ahamiyatga ega. Frazani boshlashdan oldin nafasni o'z vaqtida olish, uni musiqiy jumlaning davomiyligiga mos ravishda sarflash, ohangning past-balandligiga qarab nafas bosimini boshqarish — bularning barchasi ijroning badiiy-ifodaviy sifatini belgilaydi. Ayniqsa uzun frazalarni kuylashda, legato texnikasida, yuqori notalarga ko'tarilishda nafasni me'yorida ushlab turish ijrochidan katta tajriba va mashq talab qiladi. Tajribali vokalchilar nafasni sezilmas darajada tabiiy tarzda boshqaradi, tomoshabin esa faqat chiroyli, barqaror ovozni eshitadi.

Nafas texnikasining samarali bo'lishi uchun vokal mashg'ulotlarida maxsus mashqlar majmuasi qo'llaniladi. Masalan, havo oqimini tekis chiqarish, diafragmani faol holatda ushlab turish, "s" yoki "f" tovushlari orqali nafasni nazoratlash, qisqa va uzun intervalli nafas mashqlari, rezonatorlarni uyg'otishga qaratilgan mashqlar vokal nafasining sifatini oshiradi. Bu mashqlar muntazam takrorlanganda nafas mushaklari mustahkamlanadi, ovoz ustida nazorat ortadi va ijro imkoniyatlari kengayadi.

Nafas texnikasi vokalning badiiy ifodasiga ham katta ta'sir ko'rsatadi. O'quvchi yoki ijrochi nafasni to'g'ri boshqarishni o'zlashtirgach, tovushning tembri ravshanlashadi, jarangdorligi oshadi, ovozning ijodiy imkoniyatlari kengayadi. Nafas orqali his-tuyg'ularni ifodalash — vokal san'atining eng yuksak darajalaridan biridir. Nafasning yumshoqligi, keskinligi, uzunligi yoki qisqaligi musiqiy obrazning mazmunini kuchaytiradi, tinglovchi qalbiga ta'sir qiladi. Demak, nafas nafaqat texnik, balki badiiy vosita sifatida ham xizmat qiladi [3].



Nafas texnikasidan to'g'ri foydalanish sahna madaniyatida ham muhim o'rin tutadi. Sahna qo'shiqlarini ijro etishda ijrochi ko'pincha harakat qiladi, sahnada turli kompozitsion vazifalarni bajaradi va bu jarayonlar nafasni boshqarishni yanada murakkablashtiradi. To'g'ri nafasga ega vokalchi sahnadagi jismoniy harakatlar davomida ham ovoz sifatini pasaytirmaydi, barqaror ijroni ta'minlaydi va tinglovchi bilan emosional aloqani saqlab turadi.

Vokal ijrochiligida nafas texnikasi san'atning asosiy poydevoridir. To'g'ri shakllangan nafas ovozning sifatini belgilaydi, ijro imkoniyatlarini kengaytiradi, vokal apparatini himoya qiladi va badiiy ifodaning tabiiy chiqishiga yordam beradi. Shuning uchun vokal ta'limida nafas texnikasiga alohida e'tibor qaratish, mashqlarni muntazam takrorlash, pedagogning professional yondashuvi va ijrochining intilishi bir butun jarayon sifatida qaralishi zarur. Nafas texnikasini puxta egallagan ijrochi sahnada erkin, ishonchli va badiiy yetuk ijro namoyish eta oladi — bu esa vokal san'atining eng ulkan yutug'idir [4].

XULOSA VA MUNOZARA

Vokal ijrochiligida nafas texnikasi san'atning poydevori hisoblanadi. To'g'ri nafas olish va uni boshqarish jarayoni ijrochining ovoz barqarorligini, tembr sifatini, jarangdorlikni va badiiy ifodaviylik darajasini belgilaydi. Diafragmal nafas vokal apparatini ortiqcha zo'riqishdan himoya qiladi, ovozning sog'lom shakllanishini ta'minlaydi va ijro imkoniyatlarini kengaytiradi. Maxsus mashqlar, pedagogik yo'naltirish va muntazam mashg'ulotlar orqali nafas texnikasini puxta o'zlashtirgan ijrochi uzun frazalarni ravon kuylash, yuqori notalarga bemalol chiqish va musiqiy obrazni his-hayajon bilan ifodalash imkoniga ega bo'ladi. Shuning uchun vokal ta'limida nafas texnikasini mukammallashtirish eng muhim vazifa bo'lib, uning samarali yo'lga qo'yilishi ijodkorning sahnadagi muvaffaqiyatini ta'minlaydi.

ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. Abdurahmonova M. Vokal san'ati asoslari. – Toshkent: O'qituvchi, 2017. – 180 b.
2. Karimova L. Nafas texnikasi va vokal pedagogikasi. – Toshkent: San'at, 2020. – 152 b.



3. Sadullayeva D. Ovoz fiziologiyasi va vokal mashqlari. – Toshkent: Universitet nashriyoti, 2019. – 210 b.
4. Miller R. The Structure of Singing: System and Art in Vocal Technique. – New York: Schirmer Books, 2016. – 320 p.

