SAXNA HÁREKETI HÁM GÚRESI PÁNINDE AKROBATIKALÍQ SHÍNÍĠÍWLARDÍŃ TEORIYALÍQ HÁM ÁMELIY ÁHMIYETI

Baxiyeva Bibinaz – *oqıtıwshı*
bakhieeva@gmail.com
Ózbekstan mámleketlik kórkem óner hám mádeniyat institutı Nókis filialı

ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ И ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗНАЧЕНИЕ АКРОБАТИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ В СИСТЕМЕ СЦЕНИЧЕСКОГО ДВИЖЕНИЯ И СЦЕНИЧЕСКОГО БОЯ

Бахиева Бибиназ – *преподаватель*
Нукусский филиал Государственного института искусств и культуры Узбекистана

THEORETICAL AND PRACTICAL SIGNIFICANCE OF ACROBATIC EXERCISES IN THE SYSTEM OF STAGE MOVEMENT AND STAGE COMBAT

Baxiyeva Bibinaz – *teacher*
Nukus branch of the Uzbek State Institute of Arts and Culture

Tayanch so‘zlar: sahna harakati, akrobatik mashqlar, aktyorlik mahorati, jismoniy tayyorgarlik, koordinatsiya, plastika, sahna kurashi, tana erkinligi, teatr san’ati.

Rezyume. Mazkur maqolada sahna harakati va kurashi fanida akrobatik mashqlarning o‘rni, ularning aktyor jismoniy tayyorgarligini rivojlantirishdagi ahamiyati ilmiy-nazariy jihatdan tahlil qilinadi. Akrobatik elementlarning sahnaviy ifoda vositasi sifatidagi roli, koordinatsiya, muvozanat va tana plastikasini shakllantirishdagi ahamiyati yoritiladi. Tadqiqot natijasida akrobatik mashqlar aktyor ijrosining ishonchliligini oshiruvchi muhim omil ekanligi asoslab beriladi.

Ключевые слова: сценическое движение, акробатические упражнения, актёрское мастерство, физическая подготовка, координация, пластика, сценический бой, телесная выразительность, театральное искусство.

Резюме. В данной статье рассматривается роль акробатических упражнений в системе сценического движения и сценического боя, а также их значение в развитии физической подготовки актёра. Анализируется влияние акробатических элементов на формирование координации, равновесия и пластики тела. Подчёркивается значение акробатики как выразительного средства сценического действия. В результате исследования обосновано, что акробатические упражнения являются важным фактором повышения достоверности актёрского исполнения и сценической выразительности.

Key words: stage movement, acrobatic exercises, acting skills, physical training, coordination, body plasticity, stage combat, physical expressiveness, theatrical art.

Summary. This article examines the role of acrobatic exercises in the system of stage movement and stage combat, as well as their importance in developing an actor’s physical training. The study analyzes the impact of acrobatic elements on coordination, balance, and body plasticity. The expressive function of acrobatics in stage performance is also highlighted. The research concludes that acrobatic exercises are an essential factor in enhancing the credibility and expressiveness of an actor’s performance.

Kirisiw. Zamanagóy teatr kórkem óneri jıldam rawajlanıp atırǵan bir dáwirde aktyordan tek psixologiyalıq terenge emes, bálkim joqarı dárejedegi fizikalıq tayarlıq ta talap etiledi. Sahnalıq obrazdı tolıq hám isenimli jaratıw úshin aktyor denesin erkin basqara alıwı, plastikalıq háreketlerdi anıq hám maǵınalı orınlay alıwı zárúr. Usı jaǵdayda saxna háreketi hám gúresi pánleri teatr táliminiń ajıralmas bóligi retinde úlken áhmiyetke iye bolıp tabıladı.

Akrobatikalıq shınıǵıwlar bolsa usı fizikalıq tayarlıqtıń eń nátiyjeli qurallarınıń biri esaplanadı. Olar aktyordıń dene múmkinshiliklerin keńeytip qalmay, bálkim onıń saxnadagi ekspressivligini, ritm seziwin hám dinamizmin de rawajlandıradı. Ásirese, urıs sahnaları, plastik spektakllar hám eksperimental teatr túrlerinde akrobatikalıq elementlerdiń roli ayırıqsha seziledi. Sonıń menen birge, akrobatika tek texnikalıq sheberlik emes, bálkim aktyordıń psixofizikalıq jaǵdayın birlestiriwshi faktor retinde de qaraladı. Dene hám sezim uyǵunlıǵı sahnalıq isenimliliktiń tiykarı bolıp tabıladı. Usı maqala saxna háreketi hám gúresi sistemasında akrobatikalıq shınıǵıwlardıń teoriyalıq negizlerin hám ámeliy áhmiyetin tereńirek ashıp beriwge qaratılǵan.

Metodlar: izertlew procesinde tómendegi ilimiy metodlardan paydalanıldı:

Analitikalıq metod - saxna háreketi hám akrobatikaǵa tiyisli ilimiy ádebiyatlar úyrenildi.

Salıstırıw metodi - túrli teatr mekteplerindegi fizikalıq tayarlıq sistemaları salıstırıldı.

Baqlaw usılı - saxna shınıǵıwları hám ámeliy shıǵıwlar tallandı.

Ámeliy metod - akrobatikalıq shınıǵıwlardıń aktyorlar tayarlıǵına tásiri úyrenildi.

Nátiyjeler: Izertlew nátiyjeleri akrobatikalıq shınıǵıwlardıń aktyor tayarlıǵına kompleks tásir etetinligin kórsetti. Olardıń tiykarǵı nátiyjeleri tómendegishe tolıqtırıldı:

1. Fizikalıq qabiletlerdi kompleks rawajlandırıw

Akrobatika kúsh, shıdamlılıq, tezlik hám epchillikti bir waqıtta rawajlandıradı. Bul komponentler saxnalıq háreketlerde stabil hám isenimli orınlawdı támiyinleydi.

2. Koordinaciya hám kinestetik sezimni jetilistiriw

Akrobatikalıq shınıǵıwlar dene bólimleriniń uyǵunlı háreketin qáliplestirip, aktyordıń keńislikti sezew qabiletin arttıradı. Bul bolsa murakkap mizanscenalardı dúzgenizde áhmiyetli.

3. Plastikalıq ekspressivlikti rawajlandırıw

Dene plastikasınıń jetiliswi aktyorǵa sózden tısqarı ifoda quralların paydalanıw imkaniyatın beredi. Natıyjada sahnalıq obraz terengeyedi.

4. Psixologiyalıq isenimlilik hám erkinlik

Qıyın elementlerdi úyreniw hám orınlaw aktyorda óz kúshine senimdi arttıradı. Bul sahnadaǵı qorqınsh hám qısılıwdı azaytadı.

5. Saxna gúresi úshin bazalıq tayarlıq

Akrobatika qáwipsiz qulaw, sekiriw, teńsalmaqlılıqtı saqlaw sıyaqlı elementler arqalı saxna sawashlarınıń texnikalıq negizin jaratadı.

6. Jaralanıw qáwpin azaytıw

Turaqlı shınıǵıwlar muskullar men baylamlardı bekemlep, saxnalıq jaraqatlanıw ihtimalın tómenletedi. Ámeliy nátiyjeler. Tómendegi akrobatikalıq shınıǵıwlar nátiyjeli dep tabıldı: alǵa hám artqa aylanıw (gimnastikalıq oramlar), qol ústinde turıw shınıǵıwları, sekiriw hám teńsalmaqlılıq shınıǵıwları, juplıqta orınlanatuǵın elementler.

Talqılaw: Alınǵan nátiyjeler teatr pedagogikası teoriyası men ámeliyatında akrobatikalıq tayarlıqtıń universallıǵın tastıyıqlaydı. Dúnya teatr mekteplerinde (Stanislavskiy, Meyerhold, Grotowski sistemasında) fizikalıq tayarlıqqa beriletin úlken áhmiyet bul bağıttıń ilmiy negizge iye ekenligin kórsetedi. Ásirese, Meyerholdtıń biomekanika teoriyası hám Grotowskiniń “fizikalıq teatr” kontseptsiyası dene arqalı ifodalawdıń tiykarı retinde akrobatikalıq elementlerdi qollanıwdı kúshli qollap-quwatlaydı. Bul jaǵday akrobatikanı tek qosımsha mashq emes, bálkim aktyorlıq texnikanıń ajıralmas bóligi retinde qaraw kerek ekenligin kórsetedi.

Sonıń menen birge, zamanagóy teatrda multimediya hám plastik teatr túrleriniń keńeyiwine baylanıslı, aktyordan talab etiletin fizikalıq qabiletler de artıp barmaqta. Bul bolsa akrobatikalıq tayarlıqtı oqıw protsessine sistemalı túrde engiziwdi talap etedi.

Ámeliy baqlawlar sonı kórsetedi, eger shınıǵıwlar metodikalıq dúzilis penen alıp barılsa, olar tek fizikalıq emes, bálkim psixologiyalıq stabillikti de qáliplestiredi.

Juwmaq. Juwmaqlap aytqanda, akrobatikalıq shınıǵıwlar saxna háreketi hám gúresi sistemasınıń tiykarǵı komponentleriniń biri bolıp tabıladı. Olar aktyordıń fizikalıq tayarlıǵın kompleks rawajlandırıp qalmay, bálkim onıń saxnalıq ekspressivligi hám obraz jaratıw múmkinshiliklerin de keńeytedi.

Izertlew nátiyjeleri sonı tastıyıqlaydı: akrobatikalıq shınıǵıwlar koordinaciya, plastika, teńsalmaqlılıq hám psixofizikalıq uyǵunlıqtı rawajlandırıw arqalı aktyorlıq sheberlikti joqarı basqışqa kóteredi. Sonday-aq, olar saxna gúresi elementlerin qáwipsiz hám isenimli orınlaw úshin zárúr tiykar jaratadı. Bul bolsa teatr praktikasında úlken áhmiyetke iye.

Keleshekte akrobatikalıq tayarlıqtı oqıtıwda innovaciyalıq pedagogikalıq texnologiyalardı engiziw, individual yondasıwlar negizinde shınıǵıw dasturların jetilistiriw hám teatr tálimine integraciyalaw máseleleri aktuallı bolıp qala beredi.

Paydalanılǵan ádebiyatlar

1. Stanislavskiy K.S. — Aktyorning o‘z ustida ishlashi.
2. Meyerhold V.E. — Teatr biomekanikasi asoslari.
3. Chexov M.A. — Aktyor texnikasi.
4. Grotovski J. — Kambag‘al teatr sari.
5. O‘zbekiston teatr san’ati bo‘yicha ilmiy to‘plamlar.
6. Aktyorlik mahorati va sahna harakatiga oid o‘quv qo‘llanmalar.