AKTYOR TAYYORLASH JARAYONIDA MUSIQA TERAPIYASI VA MUSIQA TA’LIMINING INTEGRATSIYASI: PEDAGOGIK MUAMMOLAR VA AMALIY YECHIMLAR

Komilov Mo‘minjon Abduraximjon o‘g‘li
Orcid id: 0009-0006-5875-1095
Qo‘qon davlat univesiteti
“San’atshunoslik” kafedrasi o‘qituvchisi

Annotatsiya
Mazkur maqolada aktyor tayyorlash jarayonida musiqa terapiyasi va musiqa ta’limining integratsiyasi pedagogik va psixologik nuqtai nazardan tahlil qilinadi. Musiqaning terapevtik xususiyatlari orqali talabalarning psixofizik holatini rivojlantirish, sahnaviy ifodani kuchaytirish va ijodiy salohiyatni oshirish masalalari yoritiladi. Shuningdek, integratsiya jarayonidagi muammolar va ularni bartaraf etish bo‘yicha amaliy takliflar ishlab chiqiladi.
Kalit so‘zlar: *musiqa terapiyasi, aktyorlik mahorati, sahna nutqi, sahna harakati, psixofizik tayyorgarlik, teatr pedagogikasi.*

KIRISH

Zamonaviy teatr pedagogikasida aktyorni har tomonlama tayyorlash masalasi ustuvor ahamiyat kasb etmoqda. Aktyor nafaqat matnni ijro etuvchi, balki psixologik, jismoniy va emotsional jihatdan mukammal shakllangan ijodkor bo‘lishi lozim. Shu nuqtai nazardan musiqa terapiyasining aktyor tayyorlash jarayoniga integratsiyasi dolzarb ilmiy-amaliy muammo sifatida namoyon bo‘lmoqda.

Musiqa insonning ruhiy holatiga bevosita ta’sir ko‘rsatadi va bu xususiyat teatr san’atida keng qo‘llanish imkoniyatiga ega[1]. Ayniqsa, sahna nutqi va harakatida musiqaning roli beqiyosdir.

Musiqa va harakat integratsiyasi g‘oyalari Émile Jaques-Dalcroze tomonidan ishlab chiqilgan bo‘lib, unda ritm orqali tananing erkinligi va ichki uyg‘unlikka erishish asosiy maqsad qilib qo‘yilgan[2].

Shuningdek, Carl Orff tizimida musiqa, nutq va harakatning uyg‘unligi asosiy pedagogik tamoyil sifatida qaraladi[3].

Aktyorlik tizimida esa Konstantin Stanislavski psixofizik holat va ichki kechinmalar orqali obraz yaratish zarurligini ta’kidlaydi[4]. Bu esa musiqa terapiyasi bilan bevosita bog‘liqdir.

Metodologiya

Tadqiqot davomida quyidagi metodlardan foydalanildi:

- nazariy tahlil
- pedagogik kuzatuv
- tajriba-sinov mashg‘ulotlari

[1] Bruscia K. *Defining Music Therapy*. – Barcelona, 2014.
[2] Jaques-Dalcroze E. *Rhythm, Music and Education*. – London, 1921.
[3] Orff C. *Orff Schulwerk*. – Mainz, 1930.
[4] Stanislavski K. *An Actor Prepares*. – New York, 1936.

- qiyosiy yondashuv

Shuningdek, aktyorlik yo‘nalishida tahsil olayotgan talabalar bilan musiqa asosidagi trening mashg‘ulotlari o‘tkazildi.

Natijalar va muhokama natijasi quyidagicha tasnif etildi:

1. Musiqa terapiyasining aktyor psixofizikasiga ta’siri

Ilmiy tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, musiqa insonning psixofizik holatiga sezilarli darajada ta’sir ko‘rsatadi. Aktyor tayyorlash jarayonida musiqa terapiyasi emotsional holatni boshqarish va jismoniy ifodaviylikni rivojlantirishda samarali vosita sifatida namoyon bo‘ladi.

Avvalo, musiqa stress va ichki zo‘riqishni kamaytirishga xizmat qiladi. Sahnaviy erkinlikka erishishda asosiy to‘siqlardan biri bo‘lgan psixologik tanglik musiqa yordamida bartaraf etiladi. Ritm, melodiya va temp orqali aktyor ruhiy muvozanat holatiga keladi va bu uning sahnadagi tabiiyligini ta’minlaydi.

Ikkinchidan, musiqa emotsional holatni boshqarishga ijobiy ta’sir ko‘rsatadi. U aktyorga turli hissiy kechinmalarni his qilish va ularni nazorat qilish imkonini beradi. Natijada obrazga kirish jarayoni chuqurlashadi va ijro yanada ishonchli bo‘ladi.

Uchinchidan, musiqa diqqat va xotirani rivojlantiradi. Ritmik tuzilmalar va eshitish orqali qabul qilinadigan axborot aktyorning sahnadagi harakatlari va nutqini aniq va izchil bajarishiga yordam beradi.

Bundan tashqari, musiqa terapiyasi tana sezgirligini va harakat koordinatsiyasini rivojlantiradi. Bu esa aktyorning ichki kechinmalari bilan tashqi ifodasi o‘rtasida uyg‘unlikni ta’minlaydi.

Shunday qilib, musiqa terapiyasi aktyorning psixofizik tayyorgarligini shakllantirishda muhim omil bo‘lib, uning sahnaviy ifodasi, emotsional nazorati va ijodiy imkoniyatlarini sezilarli darajada kengaytiradi.

Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, musiqa: stress va ichki zo‘riqishni kamaytiradi, emotsional holatni muvozanatlashtiradi, diqqat va xotirani kuchaytiradi. Bu esa aktyor uchun muhim bo‘lgan sahnaviy erkinlikni ta’minlaydi.

2. Sahna nutqi va harakatida musiqaning o‘rni

Musiqa terapiyasi sahna nutqida: ovozning tabiiy chiqishini ta’minlaydi, nafasni boshqarishni yaxshilaydi, intonatsion rang-baranglikni oshiradi.

Sahna harakatida esa: koordinatsiyani rivojlantiradi, ritm hissini shakllantiradi, plastika va tana erkinligini kuchaytiradi.

Sahna nutqi va sahna harakati aktyorlik san’atining asosiy ifoda vositalari hisoblanadi. Ushbu ikki komponentning uyg‘unligi aktyorning obraz yaratish jarayonida hal qiluvchi ahamiyatga ega. Shu nuqtai nazardan musiqa ushbu jarayonni muvofiqlashtiruvchi va chuqurlashtiruvchi muhim omil sifatida namoyon bo‘ladi.

Avvalo, musiqa sahna nutqining tabiiyligi va ifodaviyligini oshirishda muhim rol o‘ynaydi. Ritm va intonatsiya o‘rtasidagi uzviy bog‘liqlik aktyorning nutqida ohangdorlikni ta’minlaydi. Musiqa yordamida ovoz diapazoni kengayadi, nafas olish jarayoni me’yorlashadi va nutqning emotsional rang-barangligi kuchayadi. Ayniqsa, musiqiy mashqlar orqali artikulyatsiya va diksiya ustida samarali ishlash imkoniyati yaratiladi.

Ikkinchidan, musiqa sahna harakatining ichki ritmini shakllantiradi. Har bir sahnaviy harakat ma’lum bir temp va ritmga ega bo‘lib, bu ritmni his qilish aktyorning plastika va koordinatsiyasini rivojlantiradi. Musiqa bilan bajariladigan mashqlar tana erkinligini ta’minlab, harakatlarning mantiqiy va estetik jihatdan mukammal bo‘lishiga yordam beradi.

Shuningdek, musiqa sahna nutqi va harakatining o‘zaro uyg‘unligini ta’minlaydi. Nutq va harakat bir-biridan ajralmas holda, yagona ritmik va emotsional tizim sifatida namoyon bo‘ladi. Bu esa aktyorning sahnadagi yaxlit obraz yaratish qobiliyatini oshiradi.

Bundan tashqari, musiqa aktyorning ichki hissiy holatini tashqi ifoda bilan bog‘lovchi vosita sifatida xizmat qiladi. U orqali aktyor nafaqat matnni talaffuz qiladi yoki harakatni bajaradi, balki uni his qiladi va tomoshabinga yetkazadi.

Musiqa sahna nutqi va harakatini rivojlantirishda nafaqat yordamchi vosita, balki ularni uyg‘unlashtiruvchi va badiiy jihatdan boyituvchi muhim pedagogik omildir. Uning to‘g‘ri qo‘llanilishi aktyorning sahnaviy mahoratini sezilarli darajada oshiradi.

3. Integratsiya jarayonidagi muammolar

Musiqa terapiyasiga oid maxsus teatr pedagogik dasturlar kam. Bu yo‘nalishda tayyorlangan pedagoglar soni yetarli emas. Ko‘proq nazariya, kamroq amaliyot kuzatiladi.

4. Amaliy yechimlar

a. **Integrativ trening tizimini joriy etish**

- musiqiy ritm mashqlari
- ovoz va nafas terapiyasi
- improvizatsion mashg‘ulotlar

b. **Fanlararo yondashuvni kuchaytirish**

Musiqa terapiyasini:

- sahna nutqi
- sahna harakati
- aktyorlik mahorati

fanlari bilan bog‘lash.

Teatr pedagoglari uchun maxsus kurslar tashkil etish hamda amaliy darslarda musiqiy terapiya usulidan foydalangan holda darslarni tashkil etishniga o‘gatish ham ushbu muammolarni amaliy yechimi hisoblanadi.

5. Teatr pedagogikasida innovatsion yondashuv sifatida

Musiqa terapiyasi aktyor tayyorlashda innovatsion metod sifatida quyidagi imkoniyatlarni yaratadi:

- psixologik bloklarni yechish
- sahnaviy ishonchni oshirish
- obraz ustida ishlashni chuqurlashtirish

Xulasa sifatida aytish mumkinki musiqa terapiyasi va musiqa ta’limining integratsiyasi aktyor tayyorlash jarayonida muhim pedagogik vosita hisoblanadi. U aktyorning psixofizik rivojlanishini ta’minlab, sahnaviy ifoda imkoniyatlarini kengaytiradi.

Mazkur yondashuvni teatr ta’lim tizimiga keng joriy etish kelajakda yuqori malakali va ijodiy aktyorlarni tayyorlashga xizmat qiladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Bruscia K. *Defining Music Therapy*. – Barcelona, 2014.
2. Jaques-Dalcroze E. *Rhythm, Music and Education*. – London, 1921.
3. Orff C. *Orff Schulwerk*. – Mainz, 1930.
4. Stanislavski K. *An Actor Prepares*. – New York, 1936.
5. Wigram T. *Music Therapy and Stress Reduction*. – London, 2002.
6. Thaut M. *Rhythm, Music, and the Brain*. – New York, 2005.
7. Levitin D. *This is Your Brain on Music*. – New York, 2006.
8. Komilov Mo'minjon, Komilova Mushtariybegim - "ZAMONAVIY YOSHLAR MA’NAVIY INQIROZI VA UNING TEATR SAN’ATIDAGI BADIIY IFODASI: IJTIMOIY-FALSAFIY TAHLIL" “Oriental Art and Culture” scientific methodical journal Volume 7 Issue 3/ Mart 2026
9. Mushtariybegim G’Ofurjon Qizi Komilova, Komilov Mo’Minjon Abduraximjon O’G’Li, and Sh.Usmonov. "AKTYORNING OBRAZ USTIDA ISHLASHI (QO‘QON SHAHAR MUSIQALI DRAMA TEATRI AKTYORI, MARHUM USTOZ SAN’ATKOR, RAXMANJON PO’LATOV ROLLARI TALQINIDA)" Oriental Art and Culture, vol. 4, no. 3, 2023, pp. 262-269.
10. Mushtariybegim G‘Ofurjon Qizi Komilova, Mo’Minjon Abduraximjon O’G‘Li Komilov, and Sh.Usmonov. "MUSIQIY SPEKTAKLLARDAGI BADIIY YAXLITLIK OMILLARI" Oriental Art and Culture, vol. 4, no. 5, 2023, pp. 117-122.