

INCLUSIVE CHOREOGRAPHY AS A TOOL OF SOCIALIZATION

Shukrona Kamoliddinova,
O‘zDXA San’atshunoslik ta’lim yo‘nalishi 4-kurs talabasi
Ilmiy rahbar: f.f.bo‘yicha falsafa doktori (PhD)
To‘maris Butunbayeva

Abstract. This article examines the proportional aspects of inclusive education with choreography and the role of dance.

Key words: Inclusive education, choreography, disabled people, dance, rhythmicity.

Xoreografiya psixoterapiya vositalaridan biridir. Raqs bilan shug‘ullanish qo‘rquv yoki o‘ziga ishonmaslik hissi kuchayganlarga, shuningdek, depressiyaga moyil bo‘lganlar uchun tavsiya etiladi. Shu sababli ham xoreografiya san’atining imkoniyati cheklanganlar hayotida tutgan o‘rni katta ahamiyatga ega.

Xoreografiya san’atining har bir janri atrofdagi olamni, odamni va inson munosabatlarini bilish uchun o‘z imkoniyatlarini beradi. Raqs to‘g‘ri pozitsiya mahoratini tarbiyalaydi, butun vujudni uyg‘un rivojlantiradi, haraktni yengil va ozod qiladi. Mashg‘ulotning mashg‘ulotga kiritilishi mushak-skelet tizimini tarbiyalashga yordam beradi, badan va oyoq-qo‘llarning barcha muskullarining o‘ng va chap tomonlama rivojlanishini muvozanatlash, harakatlarning murakkab koordinatsiyasini rivojlantirish, harakatlanish doirasini kengaytirish, nafas olish va yurak-qon tomir tizimlari, shu bilan hayotiy faollikni oshiradi.

Xoreografiya san’atining imkoniyati cheklanganlar hayotidagi o‘ziga xos xususiyati uning insonga ko‘p qirrali ta’siri bilan belgilanadi, bu san’atning sintetik shakli sifatida raqsning o‘ziga xos xususiyatiga bog‘liq. Shaxsning hissiy sohasini rivojlanishiga ta’sir qilish, inson tanasini jismonan takomillashtirish, musiqa, xoreografiya orqali ma’naviy tarbiyalash, o‘ziga ishonchini oshirishga yordam beradi, o‘z-o‘zini rivojlantirishga, doimiy harakatda bo‘lib o‘z ustida ishlashga turtki beradi. Insoniyat o‘z taraqqiyotining turli bosqichlarida doimo inson tanasi va ruhini tarbiyalashning universal vositasi – shaxs ta’limini uyg‘unlashtirish vositasi sifatida raqsga aylanib kelgan. Xoreografiyani o‘rganish, boshqa san’at turlari singari, o‘quvchining shaxsiy rivojlantirishga yordam beradi. Boshqa san’atlar singari, raqs ham estetik didni rivojlantiradi, ko‘tarilgan tuyg‘ularni tarbiyalaydi, ammo boshqa san’atlardan farqli o‘laroq, bolaning jismoniy rivojlanishiga kata ta’sir ko‘rsatadi.[1;80]

Xoreografiyaning nazariy mohiyati inson tanasining raqs ekspressivligini rivojlantirishdir. Asosiy vazifa – raqs texnologiyasini estetik jihatdan chiroyli harakatlar bilan o‘zlashtirishning barcha murakkabligini xoreografik plastmassada ifoda etishni xalq raqsi vositasida tarbiyalash, ijrochining epchil, egiluvchan va harakatchan, jismoniy tayyorgarligi folklor raqs orqali jismoniy rivojlanishning asosiy yo‘nalishini aniqlashga yordam beradi. Bolalarning rivojlanishi xoreografiya

yordamida xalq raqsining nafis uslubida, barkamol rivojlangan tana tomonidan bajariladigan imo-ishoralarning to'liqligi va kengligi bilan pozalar nisbati asosida o'qitish tizimiga asoslanadi. Talaba plastisitika asoslariga ega bo'lib, unga chiroyli, jismonan rivojlangan tanani yaratishga imkon beradi. Bu birinchi pedagogik jihat. Ikkinchi jihat – xalq raqsi yordamida rivojlanish mohiyatini ochib beradi.

Texnologiyani o'rganayotganda xalq raqsi vositalari yordamida xoreografiya bilan shug'ullanish jarayonida bolalarda jismoniy rivojlanishga bo'ysunadigan barcha vazifalarni bajarish uslubini asta-sekin rivojlantirish kerak. Shuni esda tutish kerakki, xalq raqsi elementlarining ijrosi raqs plastmassasining rivojlanish yo'nalishini davom ettiradi. Texnik va hissiy mazmuni tufayli ular bolalarning umumiy jismoniy rivojlanishiga qadam qo'yadi. Hajmi jihatdan kichik, ammo xarakteri jihatdan har xil bo'lgan xalq raqslari elementlari o'quvchilar uchun harakatlarni tanlashda qarama-qarshilik yaratadi. Ushbu koordinatsiya va reaksiya tezliginj mashq qiladi, bu bolalarda plastisitni rivojlantirish uchun juda muhimdir. Raqs mashqlarini bajarish bolalarning jismoniy rivojlanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatishi unutmazlik kerak.

Folklor raqslarini o'rganishda boshlang'ich kasbiy mahorat, shuningdek, artikulyar-ligmentli apparatni rivojlantirish, plastisitni rivojlantirish, mushaklarning kuchi va oyoq tarangligi shakllanadi.

Jismoniy jihatdan rivojlangan bolani yaratish bo'yicha amaliy ish usuli muvofiqlashtirish va reaksiya tezligini o'rgatadi. Texnologiya va psixofizik tabiat jihatdan ular talabani plastik apparatlariga tayanadi. Jismoniy rivojlanish metodologiyasi shunday qurilish kerakki, siz raqs mashqlarni o'rganayotganda u raqs vazifalariga bo'ysunadi.

O'quv jarayonida to'g'ri tanlangan va tashkil etilgan raqs mashqlari ishlash qobiliyatiga hissa qo'shadi, darsga qiziqishni uyg'otadi, shuning uchun o'qituvchi bolalarni o'qitish uchun to'g'ri metodikani tanlashi juda muhimdir. Ta'lim jarayonini doimiy ravishda yangilab bo'rish, o'qitilayotgan bolalarning xususiyatlarini hisobga olgan holda ma'lum tuzatishlarni kiritish, xalq raqsi harakatlarni muvofiqlashtirishni yaxshilashga yordam beradi, mushak apparatini yanada kuchaytiradi, mashg'ulotlarda qatnashadigan mushak guruhlarini rivojlantiradi.

Inklyuziv ta'limda xoreografiyani o'qitishning o'ziga xosligi doimiy jismoniy faoliyat bilan bog'liq. Shu sababli ham imkoniyati cheklangan shaxlarning raqs bilan muntazam shug'ullanishi kata ahamiyatga ega. O'qituvchi-xoreografning vazifasi – bolalarda ijodiy o'zini namoyon qilish, hissiyotlarni malakali egallash va go'zallikni tushunishga intilish tarbiyalash.

Raqs harakatlari amaliy namoyishlar va og'zaki tushuntirishlar orqali o'rgatiladi. Xoreografiya mashg'uloti — bu raqs mashqlarining jismoniy rivojlanishiga ta'sir etishning uzoq davom etadigan jarayoni. Pozitsiyalar, harakatlar va ularning turli xil versiyalaridagi birikmalari – bu tanada yangi bo'lgan motor qobiliyatlari, yangi psixologik va jismoniy stresslar. Shu bilan birga o'qituvchi har

doim motorli ko‘nikmalarni o‘zlashtirish har doim ma’lum bir hissiy kayfiyat bilan birga bo‘lishi kerakligini yodda tutish kerak. [2;90]

Raqs harakatlarini o‘zlashtirishga prinsipial yondashuv quyidagicha: takroran bajariladigan harakat sodda va qulay bo‘ladi. Tananing ixtiyoriy ikki xil harakat turi mavjud: ixtiyoriy va ixtiyoriy bo‘lmagan. Birinchisini o‘z xohishiga ko‘ra boshqarish mumkin, ikkinchisi esa bunday nazoratga berilmaydi.

Oyoq-qo‘llar, tana, bo‘yin, yuz, ko‘z, lablar harakatlari o‘z boshimchalik bilan amalga oshiriladi. Ixtiyoriy bo‘lmagan harakat odatda tanadagi mushaklar bilan chegaralanadi. Biz yurakning qanday ritmik urishini, qanday ritmik nafas olayotganimizni, qanday yurishimizni sezmaymiz. Har qanday xalq raqsi darsi zalning o‘rtasida mashq bajarishdan iborat. Raqsda darsla barcha o‘qish yillarida katta amaliy ahamiyatga ega. Jismoniy mashqlar ustida ishalash, zalning o‘rtasida, barcha harakatlarni ham bir oyoq bilan, ham boshqa oyoq bilan bajarish, bu nafaqat raqs texnikasini takomillashtirishga, balki o‘quvchining harakatlanuvchi apparatini teng ravishda rivojlantirishga va kuchaytirishga imkon beradi. Raqs mashqlarining asosiy maqsadi jismoniy chidamlilikni rivojlantirishdir.

Bugungi kunda ijtimoiy munosabatlarni demokratlashtirish, ijtimoiy-iqtisodiy sohadagi o‘zgarishlar, madaniyat va ta’lim sharoitida yosh avlodni ijodiy tarbiyalash masalalari alohida ahamiyat kasb etadi. Jamiyatda paydo bo‘layotgan qiyinchiliklarni mustaqil hal qila oladigan, nostandart qarorlarni qabul qiladigan va ularni amalga oshiradigan yuqori intellektli ijodiy shaxslarga ehtiyoj tobora ortib bormoqda. Bularning barchasi yosh avlodni tarbiyalashning yangi usullarini ishlab chiqishni talab va ijodiy ta’limga noan’anaviy yondashuvlarni keltirib chiqaradi. Bu borada boshlang‘ich maktab o‘quvchilari eng katta qiziqish uyg‘otmoqda, chunki aynan shu yoshda shaxsning poydevori yaratiladi, ma’naviyatni rivojlantirish, o‘zini o‘zi anglash, o‘zini mnamoyon qilish va keying istiqbollarda faol rivojlanadi. Xoreografik ijod— bu boshlang‘ich sinf o‘quvchilarini har tomonlama rivojlantirish vositalaridan biridir. Xoreografiya yordamida bolalarni ijodiy tarbiyalashning mahsuldorligi musiqa, ritm, tasviriy san’at, teatr va plastik harakatlarni birlashtirgan xoreografiyaning sintezlovchi xususiyati bilan bog‘liq. Kichik maktab o‘quvchilarining ijodiy ta’limi amaliyotni tahlil qilish, bolalarning ijodiy ta’limida xoreografiyaning mumkin bo‘lgan imkoniyatlari va undan yetarli darajada samarali foydalanmaslik o‘rtasidagi ziddiyatlardan dalolat beradi. Bu qisman ijodiy ta’lim imkoniyatlaridan foydalanmaganlik bilan bog‘liq. Shunday qilib, ko‘plab maktablar asosan bilimlarni uzatishga e’tibor berishadi va axloqiy va hissiy tuyg‘ularni shakllantirish ikkinchi darajali bo‘lib qoladi.

Xoreografiya san’atida bolalarni ijodiy tarbiyalashning ko‘plab shakllari yotadi. Aynan xoreografiya san’ati dunyoni vizual, eshitish va harakatlantiruvchi shakllarini rivojlantirishni eng muvaffaqiyatli amalga oshiradi, aqliy charchoqni ketkazadi va aqliy faoliyat uchun qo‘shimcha turtki beradi.

Madaniyat muassasalari va umumta’lim maktablarining yosh, maktab o‘quvchilarini ijodiy tarbiyalash bo‘yicha faoliyatini tahlil qilish shuni ko‘rsatadiki,

ular xoreografiya orqali bolalarni ijodiy tarbiyalash bo' yicha yetarlicha keng va samarali ishlarining asosi bo' lib yetishmagan.

Ijtimoiy hayot tarkibiy qismi sifatida xoreografiyaning jamiyatda tutgan o'rni, jamiyatning mazmuniga va tahlil qilinayotgan ijtimoiy borliqning xususiyatlariga bog'liqdir. Ijtimoiy jarayon, kishilarning xatti-harakati, ya'ni sotsial faoliyati madaniy ideallarni, qadriyatlarni, normalari qaror toptirilishi yoki barham berilishida vosita vazifasini, shuningdek kishilarning ijtimoiy va shaxsiy munosabatlarning shaxslararo va guruhlararo aloqalar shakli vazifasini ham bajaradi.

Xoreografiya ijtimoiy hayotning tarkibiy va funksional jabhalarida ifodalanadi. Shu jihatdan jamiyatda xoreografiya vujudga kelgan. Jamiyatda vujudga kelgan xoreografiya qanchalik murakkablashib boyib borsa, uning insonga va jamiyatga ta'siri mukammalashib va nisbiy mustaqilligi kuchayib boradi. Masalan, Antik jamiyat allaqachon o'tmish, tarixga aylangan bo'lsa, uning xoreografiya madaniyati hozirgi kunda o'z ahamiyatini saqlab kelmoqda yoki biz bu davr xoreografiya madaniyatini o'sha vaqtdagiga nisbatan ko'proq bilamiz. Shuning uchun xoreografiya jamiyatning mahsuli, faoliyat uslubi sifatida qaralsada, har bir jamiyatni u yoki bu madaniyatning konkret shakllanish manbai tarzida ham qarash mumkin. Ijtimoiy taraqqiyot faoliyat bilan xoreografiya madaniyatining o'zaro munosabatlarida o'zgarishlar olib keladi. Agarda dastlab madaniyat faoliyatining mazmuniga to'liq bog'liq bo'lgan bo'lsa, sivilizatsiya jarayonlari oqibatida faoliyat madaniyatni tobora ko'proq shakllanishi kuzatilmoqda. Jamiyat taraqqiyotida tarixiy inersiyaning katta ta'sirini ham hisobga olish kerak. Inersiyaning ta'sirida insoniyat bajarilishi lozim bo'lgan vazifalardan tamoman boshqa narsalar bilan mashg'ul bo'ladi. Chunki jamoa tafakkuri qiyinchiliklar bilan qayta quriladi. Moddiy boyliklarni qisqa vaqt ichida yo'q qilish va buzib tashlash mumkin, lekin ma'naviy qadriyatlar xoreografiya san'atidan tezda voz kechib uning yangisini qabul qilib bo'lmaydi. Rossiya va sovetlar imperiyalarining milliy ma'naviy qadriyatlarimiz, urf-odatlarimiz va an'alarimizni "zamonaviylashtirish" sohasida olib borilgan siyosati oqibatida nima bilan tugaganligi ko'pchilikka ma'lum. Biz xoreografiya va ijtimoiy faoliyat bir-biridan mustaqil mavjud bo'lmisligi, xoreografiyaning shaxs faoliyatidagi o'rni va ahamiyati masalasiga to'xtalsak. Xoreografiya va shaxs nafaqat mazmunan bir-biriga yaqin bo'lgan, balki ichki va tashqi tomonlari jihatdan o'zaro mos keluvchi tushunchalardir. Shaxs muayyan xoreografiya muhitda yashaydi va faoliyat ko'rsatadi. [3;45]

Xoreografiya san'atining yana muhim vazifalaridan biri bu – kishida ijodiy qobiliyatni rivojlantirishdir. Xoreografiya faqat moddiy va ma'naviy qimmatlar yig'indisidan iborat emas, balki ijodiy faoliyatdir. Xoreografiya insonni zavqlantirish bilan birga yoshlarda madaniyat voqeliklari bilan munosabatda bo'lish malakasini hosil qiladi. Xilma-xil ma'lumotlar berish bilan birga tomoshabinlarda ilmiy tafakkur qilish uslublari uzluksizligini, mantiqiyiligini shakllantiradi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

<https://confrencea.org>

1. Пуляева Л.Е. Некоторые аспекты методики работы с детьми в хореографическом коллективе: Учебное пособие. Тамбов: Изд-во ТГУ им. Г.Р Державина, 2001.-80 с.
2. Пуртурова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать: Учебное пособие для студентов учреждений среднего профессионального образования. – М.: Владос. – 2003. – 256 с.: ил.
3. [Inklyuziv ta'limga bo'lgan ehtiyojlar va sabablar, inklyuziv ta'limga jalb qilish – тема научной статьи по наукам об образовании читайте бесплатно текст научно-исследовательской работы в электронной библиотеке КиберЛенинка \(cyberleninka.ru\)](#)