

Ovozdagı qusurlar va ularni yengish yo'llari, ovoz gıgienasi va xonanda tartibi

Liza Aximbetova

O'zbekiston davlat san'at va madaniyat instituti Nukus filiali

Annotatsiya: Tovush sifatini ko'zlangan natijada tarbiyalashda ovozni ko'rsata bilish katta ahamiyat kasb etadi. Ko'rgazmali qurollar ko'ra oladigan va sodda bo'lgani uchun ham kerakli kunikmalarni shaxsan topishga majbur etadi. Buning uchun o'qituvchining o'zi yaxshi ovozga ega bo'lishi lozim, o'quvchi esa taqlid qobiliyatiga ega.

Kalit so'zlar: Tovush, o'qituvchi, badiiy asarlar, vokal, ovoz tuzilishi, mashq

Voice defects and ways to overcome them, voice hygiene and singing routine

Liza Akhimbetova

Nukus branch of Uzbekistan State Institute of Arts and Culture

Abstract: The ability to display the voice goes a long way in teaching the expected sound quality outcome. Demonstration weapons also allow you to personally acquire the necessary skills, as they are visual and simple. For this, the teacher himself must have a good voice, and the student must have the ability to imitate.

Keywords: Sound, teacher, artwork, vocals, sound structure, exercise

Ko'plab xonandalar ovoz tembrida tabiatan yoki avvalgi o'qish natijasida yo'l qo'ygan kamchiliklarga ega. Bir muncha tez uchrab turadigan tabiiy tembrdan qochish holatiga to'xtalib o'tamiz. Bu eng avvalo vibrato buzilishi bilan bog'liq kamchiliklar bo'lib, u termolyasiya, chayqalish tovushlardir.

Termolyasiyada vibrato juda xususiy va kichkina. Avvalo, bu hiqildoq ishidagi ortiqcha zoriqishlar bilan bog'lik. Bu zoriqishlarni yengish jarayoni uzoq muddatli va hamma vaqt ham kerakli samara bermaydi, shuningdek vibrato chastotasidagi nurlarni bartaraf etish, uning chuqurligidagi nuqsonlariga nisbatan bir muncha qiyin kechadi.

Juda chuqur vibrato ovozning «chayqalishi» bilan ajralib turadi. Odatda u xonandalarning muskul zoriqishi va toliqishi oqibatida o'zlarining tabiiy tonusini yo'qotishiga, keksayib borayotganlarda asab-muskul tizimidagi umumiy tonus

pasayishi oqibatiga olib keladi. Ovoz chayqalishining jadallashishida bu yo'ldosh holat hisoblanib, uning sababi jadallashishga yashiringan bo'ladi. Xuddi mana shu holatga o'quvchi diqqatini tortish kerak.[1.B.31-33]

Qo'ng'iroq sifatli ovozda vibrato mavjud emas. Uning sababi - bitta hiqildoqning zo'riqishi, siqiligi. O'quvchi diqqatini tabiiy jarangdorlikni izlashga qaratish kerak. Ammo vibrato ishlab chiqarishga qiyinchilik tug'diruvchi qattiq ovozlar ham uchrab turadi. Bunday hollarda umuman ravonlik ustida va qisman ovozning titrab chiqishi ustida ishlash lozim.

Jadal kuylash - bu shunchaki qattiq, aytish emas, balki tovush apparatining ortiqcha faollik bilan ishlashidir. Jadal kuylash natijasida asta-sekin tembr uchirilib, vibrato buzilib, tovush qattiq tebrana boshlaydi. Uni tuzatish juda qiyin kechadi. Jadallashdan jarangdorlik zararini aniq tushunib yetgandagina biror bir natijaga erishish mumkin. Kuch va qattiq kuylash bir xil tushuncha emasligini tushunib yetmak zarur. Jadallashgan tovush xonanda tomonidan katta kuch sarflanganiga qaramay tembrni yo'qota borib, sezilarli darajada kam parvozli bo'ladi. Repertuarni o'zgartirish eng yaxshi vosita hisoblanib, bu xonandaning bir muncha tinch yoki elastiklik va nafislikni talab etuvchi tez asarlarni ijro etishga o'tishi bilan bog'liqdir. His-tuyg'uni kuzatuvchi qattiq (baqirib) aytishga undovchi asarlarni tavsiya etish taklif etilmaydi.

Jadallikka karshi kurashishning eng yaxshi vositasi-ravonlik ustida ishlash. U eshitish apparatini ortiqcha keskinlikdan xalos etadi. Dimog' tovushi ashula aytish paytida yumshoq tanglayning tushishi va tovushning dimog' bilan erkin munosabatda bo'lishiga bog'liq. Bunday hollarda o'quvchi diqqat-e'tiborini yumshoq tanglayni ko'tartirishga qaratmog'i lozim.

Tomoq siqiq tovush xonandalar - milliy kadrlar uchun juda xarakterli, negaki undan an'anaviy ijro uslubida kuylashda foydalaniladi. Siqiq tovushga hiqildoqning noto'g'ri ishlashi sabab bo'lib, u juda ham cho'zilgan bo'ladi. Bu bilan kurashishning eng yaxshi vositasi nafas tovushi shiddati hisoblanadi, biroq uni suiste'mol qilish kerak emas, aks holda u tovush shahobchalarini keltirib chiqarishi mumkin.

Ovozdagi bo'g'iqlik eng avvalo ovoz boylamlarining nosog'lom holati bilan bog'liq. Biroq tovushdagi bo'g'iqlik ovoz apparati ishining muvofiqlashtirilmaganidan, hiqildoq muskullarining sust ishlashidan ham yuzaga kelishi mumkin. Bunday hollarda nafas olishni to'xtatib turish, jarangli va portlovchi undoshlarning qattiq shiddatidan foydalanish yaxshi samara beradi.[2.B.90]

Ovoz gigienasi va xonanda tartibi. Xonandalik faoliyati barcha mehnat kabi ishlash va hordiq chiqarishda o'zining me'yoriga amal qilishini, ularni vaqt bo'yicha to'g'ri taqsimlashni talab etadi. Xonanda - bu eng avvalo sog'lom, ruhiyati tetik, asablari baqquvat, muskul faoliyati yaxshi va ichki a'zolari sog'lom inson. Ishga layoqatlilikini tiklash uchun 7-8 soatlik uyqu zarur. To'g'ri ovqatlanish juda muhim.

Xonanda so'lak pardalarini qitiqlovchi o'tkir taomlardan qochishi, shuningdek, o'ta issiq yoki o'ta sovuq ichimliklar iste'molidan o'zini tuta bilishi kerak. Tunda to'yib ovqatlanmasligi muhimdir. Har qanday xonanda o'zining tashqi ko'rinishiga e'tibor berishi lozim, negaki u saxna ko'rinishini o'zida mujassamlashtirishi kerak.

Organizmni chiniqtirish katta ahamiyat kasb etib, xonanda doimo sog'lom, saxnaga chiqishga tayyor bo'lishi shart. SHamollash kabi tez uchraydigan kasalliklar xonandaning ish me'yorini uzoq muddatga buzib yuboradi.

Ashula aytishni o'rganayotganlar, o'zini shu kasbga bahshida etganlar spirtli ichimliklar iste'moli va chekishdan o'zlarini saqlab borishlari shart. O'quvchi har kuni ashula aytishga tayyor bo'lishi kerak. Buning uchun u ma'lum gigienik qoidalarga amal qilishi lozim. Tovush apparatini toliqishdan asray bilishi kerak: ko'p gapirmaslik, ortiqcha kuylamaslik, yuqori notalarni suiste'mol qilmaslik. Hech qachon tayyorgarlik ko'rmay turib ashula aytish kerak emas. Mashg'ulotlarni shunday taqsimlash kerakki, ashula aytish bir soatdan ortmasligi shart.

Kuylashni boshlash (hiringoyi). Bosh va gavdaning asosiy qolatlari: kuylash chog'ida gavdaning to'g'ri, tabiiy, erkin bir muncha yoyilgan, qo'llar bo'sh qo'yiladi. Boshni to'g'ri, erkin tutish, pastga tushirmay va baland ko'tarmaslik kerak, yuz va bo'yin mushaklari kuchlanmasligi, oldinga qarab turish lozim.[3.B.147-148]

Dastlabki mashg'ulotlar uchun sodda, xonandaga tovush hosil qilish jarayonida diqqatni jalb qilish imkonini beradigan mashqlarni tanlash lozim. Oldinda turgan ijroga ichki tayyorgarlik bilan bir qatorda yaxshi hiringoyi, ya'ni mushak tizimini ishchi holatga keltirish zarur. To'qri hiringoyi - keyingi kuylovchilik topshirig'ini muvaffaqiyatli bajarilishi. Amalda o'z ishini hurmat qilgan har bir xonanda har kuni hiringoyi qilishni majburiy biladi, toki to'liq asarlarni kuylash chiroyli bo'lsin. Hiringoyi uchun mashqlar vokalsizlar yoki ovoz funktsiyasini yaxshi sozlovchi muvaffaqiyatli asarlar tanalanadi. Bu xonandaning didi, odati va tayyorgarligi darajasiga bog'liq.

Xonanda yaxshi mashq qilgan bo'lsa, hiringoyi kam vaqt egallashi mumkin. Katta tanaffuslardan so'ng hiringoyi ko'proq vaqt egallaydi. Tajribali professionalning nerv sisitemasi funktsional imkoniyatlari yuqori va shuning uchun ishga kirish davri minimal, ayrim professionallar hiringoyi qilmasdan ham sahnaga chiqa oladilar. Biroq har bir xonanda hamisha o'z ovozi «sinash», ya'ni uni ishchi «tayyor» holatga keltirishga intiladi. Bu murakkab asarlarni birdan kuylash kerak paytda ayniqsa zarur. Yaxshi ma'lumki, faqat hiringoyi qilib olgach, tobora murakkab ijro vazifalarini bajarish mumkin.

Vokal funktsiyada hiringoyi qarakati ikki yoqlama xarakterga ega. Bir tomondan, hiringoyi natijasida (inertnost) juftlik bartaraf etiladi va nerv jarayonlarining zarur faolligiga erishiladi. Boshqa tomondan, hiringoyi xarakteri, mashqlar sur'ati xonanda o'z oldiga qo'ygan vazifalar va tegishli nerv koordinatsion mexanizmlarni ishga tushiradi. Mashqlar tempi, ijro ritmi, dinamik, xarakteri - kerakli stereotiplarini ishga

kiritadi va keyingi kuylashga ta'sir etadi. Masalan, e.Karuzo lirik partiyalarni kuylagan yorqin, yengil jarang, harakatchanlikni talab etgan mashq va vokalistlarni hirgoyi qilsa, dramatik partiyalar ijrosidan oldin hirgoyi mashqlar xarakteri mos ravishda o'zgargan. Ular keng jarangli, to'qroq, massivroq tovush bilan kuylangan.

Amaliyotchilar ta'kidlaganki, hirgoyi xarakterli ayniqsa keyingi kuylash uchun maqbul. Xarakterga ko'ra hirgoyi xonandani tegishli asarlar ijrosiga tayyorlashi lozim. SHunday qilib, hirgoyi ma'lum planda tovush va psixologik tayyorlikni yaratadi. Bundan doim foydalanish kerak. Bu hirgoyi xonanda ijro etadigan asarlar xarakterida bo'lishi shart, degani emas. Uning koordinatsiya doirasi keng bo'lishi mumkin, zero xonanda qamma vaqt turli plandagi asarlarni kuylashga to'g'ri keladi.

Inertlik qissasi va keyingi ishga avvalgisining ta'siridan kontsert dasturini tuzishga oid xulosalar qilinadi. Doimo asarlarning ketma-ket ijrosidagi sozlik (tayyorlik)ni hisobga olish lozim. SHu sababli, birinchidan, ovoz apparati ishining bir xarakteridan boshqasiga tez o'ta olish lozim, bunga mashq qilganlik bilan erishiladi. Ikkinchidan, kontsertdan oldin dasturni estrada bajariladigan ketma-ketlikda hirgoyi qilish lozim.[4.B.213]

Darsning hirgoyi qismi. Kuylashga o'rgatish metodikasida hirgoyi qismiga alohida katta e'tibor qaratiladi. Biroq ikki tushunchani farqlash lozim: hirgoyi-ovoz apparatini qizdirish, ya'ni organizmga umumiy ta'sir va hirgoyi ovoz kiritish texnikasini ishlash. Vokal pedagogikasi amaliyotida ba'zan shunday aralashtirish kuzatiladi. Uni sport bilan qiyoslasak, bu chigalyozdi va mashq (mashg'ulot)ni qorishtirish, demak chigalyozdi - sporti organizmni ishchi holatiga keltiradigan umumiy mashqlar, chigalyozdi oxirida mashqlarga, gimnastik 45 kombinatsiya yoki mashg'ulotda bajariladigan boshqa harakat faoliyatiga tayyorlaydigan mashqlar beriladi. Mashg'ulot - yangi koordinatsiyalarni ishlash, mushak faoliyati oliy natijalarga erishishi.

Xonandalik ham shunday. Dastlabki mashqlar murakkab vazifalardan holi bo'ladi. Mashqlarning birinchi qismi turli o'rganuvchilar uchun tor ma'noda hirgoyi (ya'ni, chigalyozdi) bo'lishi kerak, keyin esa vokal texnik vazifalarni qo'yadigan hirgoyiga o'tiladi. Sifatli xonandalik ovozini shakllantirish, boshqa barcha asosiy vokal harakatlar: legato, stakkato, katta intervalga sakrash va sh.k., odatda, mashqlarda ishlanadi. Ovoz silliqligi, unlilar silliqligi, to'liq diapazon rivoji, dinamikasi - bu hammasi avvalo maxsus - tanlangan mashqlar tizimi bilan ishlash samarasi.

Fiziologiya nuqtai nazaridan buni shunday talqin qilinadi; bugun nerv tizimi yetarlicha faol holatda emas, maksimal qiyin vazifalarni bajara olmaydi. Yetarlicha faol emaslik yo nerv hujayralari inertligi (kuylash holatida emasligi) yo oldingi haddan ziyod, uzoq va kuchli ta'sir oqibatida tormozlanganlikka (charchoqqa) bog'liq.

Mashg'ulotni tashkil etayotib, o'rganuvchiga hirgoyi uchun zarur vaqtni, texnikani takomillashtirish mashqlariga o'tish vaqtini hisobga olish muhim. Bu o'rinda metodik yondoshuv turlicha bo'ladi. O'rganuvchi ovoz apparatiga asta-sekin yuklama berish lozim bu vokal pedagogikasi alifbo haqiqati ekanini aytmasa ham bo'lar.

Mashg'ulot (dars)ning «hirgoyi» va «ishchi» qismlari orasidagi metodik tafovut shundan iboratki, hirgoyi qismida boshida odatiy, alohida e'tibor talab qilmaydigan, doim to'g'ri bajariladigan. Ya'ni yaxshi kuylangan mashqlar berilishi kerak. Ovozning me'yordagi kuchi va diapazon markazida ishlash bu mashqlar to'g'ri, barqaror bajarilishi omilidir. SHunday qilib, ovoz apparatini «qizdirish» va nerv sistemasi faoliyatini oshirish odatiy, sodda mashqlar davomida kechadi. SHu tariqa inertlikni yengish va yaxshi o'rnatilgan koordinatsiyani mustahkamlash uchun sharoit yaratiladi.[5.B.90-93]

Hirgoyining bu birinchi bosqichda pedagog ko'p tanbeh bermasligi, haddan ziyod talabchan bo'lmasligi, jarangning oldin eshitilgan maksimal yaxshi sifatini ko'zlamasligi lozim. Inertlik tugalmas ekan, bu yaxshi sifatlar, «so'nggi muvaffaqiyatlar» namoyon bo'lmasligi mumkin.

O'rganuvchini shu jarangni izlashga qat'iy majburlash yetarlicha «kuylash» holatida bo'lmasa, topilgan koordinatsiyalar mustahkamlanishiga emas, balki qo'shimcha kuchlanish, har qanday qilib izlanayotgan tovushni topish istagiga olib keladi. Jarangning eng yaxshi sifati o'z-o'zidan, izchil hirgoyi natijasida namoyon bo'lguncha tinch hirgoyi qilib, o'rganuvchini qizdirish ma'qul. Bu holatda avval topilgan ko'nikmalar hisobiga shu sifatida yuzaga keladi va ularning mustahkamlanishiga xizmat qiladi.

Faqat ovozni «kuylash» holatiga yetishga ko'ra pedagog murakkabroq vokal vazifalari berishi va maksimal talabchanlik va qat'iyat ko'rsatish kerak. Ayniqsa murakkab farqlashlar, o'ta murakkab kombinatsiyalar (trel, filillash va sh.k.), diapazonning o'ta baland, alohida safarbarlik talab etadigan tovushlarni mashg'ulotning ikkinchi yarmi, darsning kulminatsion fazasida berish lozim. Bu paytda to'liq kuylash holati kuzatiladi va hatto yengil charchoq ham sezilmaydi. SHunday qilib, xonandaning hirgoyi ikki turli fazasidan iborat bo'lib, ularning o'ziga xosliklarini dars metodikasini qurishda hisobga olish kerak.[6.B.159-160]

Hirgoyi mashqlari ketma-ketligi va xarakterini ko'p o'zgartirib borish kerak. Aynan bir ketma-ketlikdagi mashqlar odat - ularni takrorlash stereotipiga olib keladiki, bu keyinchalik ulardan alohida foydalanishni qiyinlashtiradi. Bundan tashqari, o'zaro bog'liq mashqlarga qui bo'lgan xonanda hirgoyini mashqlarni odatiy ketma-ketlikda kuylashdan iborat hirgoyiga aylantiradi. SHuning uchun ularni variatsiyalash va xarakterini o'zgartirish ma'qul.

Hirgoyi mashqlari ma'lum ketma-ketligi faqat o'rgatishning dastlabki, ya'ni asosiy texnik ko'nikmalar o'zlashtiriladigan bosqichda maqsadga muvofiq bo'lish mumkin. Bu holda stereotiplash kecha o'zlashtirilganni mustahkamlashga, shuningdek talaba pedagog yo'qligida darsda qilganini yanada aniq takrorlashga yordamlashadi.

Pedagog o'quvchisi ovoz apparati ishida sinfda foydalangan koordinatsiyadan mustaqil kuylashda foydalanishning ishonch hosil qilgandan keyingina yosh xonanda mustaqil hirgoyi qilish mumkin.

Ishlash (o'rganish) vaqti xonandalarda turlicha bo'ladi. Juda uzoq hirgoyi qilish kerak bo'lgan individuallar bor, ular qancha ko'p kuylasa, ovozi shunga jaranglashadi. Boshqalari aksincha sifatlarga ega.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Аспелунд Д. Развитие певца и его голоса. -М.: МУЗ.ГИЗ, 1952.
2. Бризгалов И.О. Школа пения для баритона и баса. - .: Г.Гулям, 1987.
3. Бўриева К. Аңанавий хонандалик (аёллар овозлари учун). - Т., 2008
4. Муллахандов Д.Х. Некоторые вопросы узбекского вокального образования. - Т.: Г.Гулям, 1954.
5. Дмитриев Л.Б. Основы вокальной методики. - М.: Музыка, 1968.
6. Baltaniayazov S. Vokal. Monografiya. Qaraqalpaqstan 2022.