



*Доира зарбларига
машғулот*

Ўзбекистон маданият ишлари вазирлиги

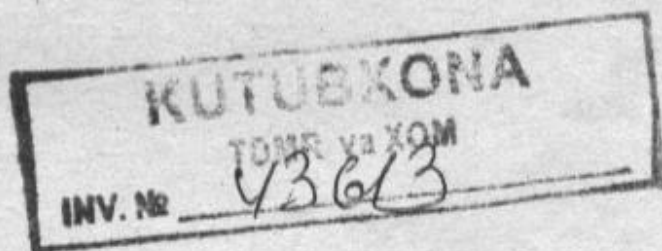
ХАЛҚ ИЖОДИЁТИ ВА МАДАНИЙ-МАЪРИФИЙ

ИШЛАР РЕСПУБЛИКА МАРКАЗИ

ДОИРА ЗАРБЛАРИГА

М А Ш Ғ У Л О Т

/ Хореография билим юртлари, бадиий
ҳаваскорлик тугараклари ва барча
қизиққанлар учун тавсиянома /



1995 йил.

Тошкент шаҳри.

ТУЗУВЧИ:

РОЗИЯ КАРИМОВА -

Ўзбекистон халқ артисти,

Ҳамза ва Мукаррам Турғунбоева

номидаги Давлат мукофотлари соҳибдори.

МУСАВВИР:

ШОКИР ЗОКИРОВ

МУҲАРРИР ва

НАШРГА ТАЙЁРЛОВЧИ: З Е Б О МИРЗАЕВА

Халқ ижодиёти ва маданий-маърифий
ишлар Республика марказининг илмий
кенгашида муҳокама қилинди ва
нашрга тавсия этилди.

Муҳтарам ўқувчим!

Мулигиздаги назкур "Доира зарбларига машғулот" дарслигини 1929 йилда ўзбек миллий рақс санъатининг устозларидан халқ артистлари мархум Тамарахоним ва Уста Олим Комилов яратганлар.

Доира зарблари кўл ва оёқ ҳаракатларига нисбатан. Бу усуллар асосан, халқ орасида оммалашган, давраларда ижро этилган қадимий рақс ҳаракатларидан ташкил топган. Тўнлабда раҳматлик Уста Олим Комилов ва Тамарахоним томонидан киритилган зарб ва ҳаракатлар асл ҳолида киритилган. Бироқ бу ҳаракатлар рақс даврида кўп марта такрорланганлиги туфайли сен (Розия Каримова) ва раҳматлик Мукаррам опа бу зарбларга янгича ҳаракатларни қўшганимиз. Уша пайтдаги машғулотдаги 3-4 таситгина номга эга эди. Масалан, "Дучана", "Душ-қароқ", "Ҳўн Ҳўрға", "Шоҳ", "Садр", "Ҳийғир бўғин".

Қадимий ҳаракатларни асл ҳолида сақлаб қолиш, уни кейинги авлодга тўла ҳолатда етказиш зарурийати ҳаракатларга мос ном бериш, янги ҳаракатлар уйлаб топиш эҳтиёжини туғдирди. Мана шу масъулият менинг зиммамга тушди. Анча йиллар давомида кўҳна рақс ҳаракатларини излаб топиб, янгича ҳаракатлар ижод этиб, уларни маъмунига мос номладим. Бунинг учун, аввало, "Дарғона услубидаги рақс" ларнинг қадимий бўлган системани— кўл ва оёқ ҳаракатларининг 7та ҳолатини уйлаб топдим.

Ҳаракатларим зўр кетмади. Эндиликда бу ҳаракатларни ёдлаш ва ижро этиш осонлашди. 1973 йилгача машғулот 2 га бўлиб ижро этилар эди. Сўнг 5 қисмга бўлиниб, ўрганувчиларга ёд олишга янаям унган бўлиши учун бошланғич ва юқори синфларга бўлинди.

ЎЗИЗЛАРИМ!

Тамарахоним, Мукаррам опа ҳамда ўзим севиб ижро этган бу қадимий рақсни пухта ёдлаб, беҳато ижро этинг. Уни биз севишганча севинг. Машғулотларни ҳар кун и такрорланг. Бу усулларга аҳеийб рух

Хоразм ва Бухоро услубидаги рақоларни ҳам муъжазгина тўплам
сифатида чоп эттиришди.

Биз Розия опага ўз миннатдорчилигини ўзи билдириб,
иллаёт ниятларига етсин, умрлари узок бўлсин деб умид.

Халқ иқодиёти ва маданият-назарий ишлар Республика мар-
кази раҳбарияти ва назорат ходимлари маданиятимиз ва маънавияти-
миз бўлида шу каби ўз хизматлари ва саъй-ҳаракатлари билан
аямайди.

ЗЕБО МИРЗАЕВА

Бағинланг

Машгулотдаги ҳаракатлар тулик тутунтирилиб, ушб ҳаракат лна такрорланса, фақат номиги га келтирилади. Аввал барча ва пардозлов- чи ҳаракатларни ёдлаш керак. Барча рақслар ҳаракатлари пухта ёдлан- гандан сўнг этид рақслар ижро этиш керак.

Доира рақси Ҷарғона услубидаги содда ва мураккаб усул, ҳаракатлардан ташкил топган, маълум мазмунга эга бўлган ва қисмига етган рақс. Уни асл ҳолидан ўзгартириш мумкин эмас. Аммо бу рақс ҳаракатларини уйғунлаштириб, янги рақс ҳаракатларини қўшиб, турли- туман рақсларни йжод этиш мумкин.

1929 йилдан буён шу пайтгача саҳналаштирилган Ҷарғона услубидаги рақслар шу "доира рақси" ҳаракатлари асосида яратилган. Ва шунга аминманки, келажак авлодлар ҳам бу ҳаракатлардан фойдаланиш лари аниқ.

Мен усулларни нотага кучирган профеосор Илёс Акбаровга, доира зарбларини чадиб берган Ўзбекистон халқ артисти Раҳим Ёсохў- жаев ва Шавкат Ниёзовларга, ҳамда рақс ҳаракатларига суратга тулгани учун Ўзбекистонда хизмат кўрсатган раққоса Рўзана Султоновага ўзим- нинг самимий миннатдорчилигимни билдириб қоламан.

РОЗИЯ КАРИМОВА—

Ўзбекистон халқ артисти,
Ҳамза ва Мукаррам Турғунбоева номидаги
Давлат мукофотлари совриндори.

Муҳтарам ўқувчим!

Мулигиздаги назкур "Доира зарбларига машғулот" дарслигини 1929 йилда ўзбек миллий рақс санъатининг устозларидан халқ артистлари марҳум Тамарахоним ва Уста Олим Комилов яратганлар.

Доира зарблари кўл ва оёқ ҳаракатларига нисбатан. Бу усуллар асосан, халқ орасида оммалашган, давраларда ижро этилган қадимий рақс ҳаракатларидан ташкил топган. Тўнлабда раҳматлик Уста Олим Комилов ва Тамарахоним томонидан киритилган зарб ва ҳаракатлар асл ҳолида киритилган. Бироқ бу ҳаракатлар рақс даврида кўп марта такрорланганлиги туфайли сен (Розия Каримова) ва раҳматлик Мукаррам опа бу зарбларга янгича ҳаракатларни қўшганимиз. Уша пайтдаги машғулотдаги 3-4 таситгина номга эга эди. Масалан, "Дучана", "Душ-қароқ", "Ҳўн Ҳўрға", "Шоҳ", "Садр", "Ҳийғир бўғин".

Қадимий ҳаракатларни асл ҳолида сақлаб қолиш, уни кейинги авлодга тўла ҳолатда етказиш зарурийати ҳаракатларга мос ном бериш, янги ҳаракатлар уйлаб топиш эҳтиёжини туғдирди. Мана шу масъулият менинг зиммамга тушди. Анча йиллар давомида кўҳна рақс ҳаракатларини излаб топиб, янгича ҳаракатлар ижод этиб, уларни маъмунига мос номладим. Бунинг учун, аввало, "Дарғона услубидаги рақс" ларнинг қадимий бўлган системани— кўл ва оёқ ҳаракатларининг 7та ҳолатини уйлаб топдим.

Ҳаракатларим зўр кетмади. Эндиликда бу ҳаракатларни ёдлаш ва ижро этиш осонлашди. 1973 йилгача машғулот 2 га бўлиб ижро этилар эди. Сўнг 5 қисмга бўлиниб, ўрганувчиларга ёд олишга янаям унган бўлиши учун боллангич ва юқори синфларга бўлинди.

ЎЗИЗЛАРИМ!

Тамарахоним, Мукаррам опа ҳамда ўзим севиб ижро этган бу қадимий рақсни пухта ёдлаб, беҳато ижро этинг. Уни биз севишганча севинг. Машғулотларни ҳар кун и такрорланг. Бу усулларга аҳеийб рух

3-ҳолат. Чап қўл иккинчи ҳолатда қолиб, унғ қўл биринчи ҳолатга тушади. /4-расм/ Қўл дасталар узгармайди.

4-ҳолат. Чап қўл иккинчи ҳолатда қолади. Унғ қўл чап кукрадан сағал даста келади. Қўл дасталар узгармайди /5-расм/.

5-ҳолат. Унғ қўл уша ҳолатда қолиб, чап қўл биринчи ҳолатга тушади /6-расм/.

6-ҳолат. Иккала қўл олдинга, бармоқлар дастга қараган ҳолда қолади. Сунғ қафтлар олдинга қаралиб, бармоқ учлари ёнрага қараган бўлиши керак. Қўллар оралиғи елка кенглигида бўлиб, бармоқлар учи елка баланлигида бўлсин /7-расм/.

7-ҳолат. 6-ҳолатдан қафти узинга қаратилиб, бармоқлар учи бир-бирларига рупара бўлиб, ён белга қўйилади. Бош бармоқ орқадан, қолган бармоқлар олдинда бўлади, тирсаклар ёнга қараган /8-расм/. Қўл ҳолатларида эркаклар аёллар ҳолатидан фарқи тарзда тирсаклар камроқ бўклиниб, бармоқлар тўғри бўлади.

Оёқ ҳолатлари.

Оёқ ҳолатлари еттита.

Расмий ҳолат. Оёқ тононлари бир-бирига яқин бўлиб, учлари сағал ёнга очилган /9-расм/.

1-ҳолат. Расмий ҳолатдан тононлар сағал кутаралиб, икки ёнга очилади. Тоновлар ораси ярим тоновча /полоступни/. Гавда оғридаги иккала оёқда /10-расм/.

2-ҳолат. Чап оёқ биринчи ҳолатда қолади, унғ оёқ тоновча кутаралиб, чап оёқ томониغا рупара келиб, тўлиқ босилади. Унғ оёқ учи унғга бурилади /11-расм/.

3-ҳолат. Чап оёқ 1-ҳолатда қолиб, унғ оёқ учи билан унғ ёнга жалади, тонов орқага бурилган бўлиб, оёқлар ораси 10-12 см бўлиши керак /12-расм/.

4-ҳолат. Чап оёқ жойида қолиб, унғ оёқнинг учи олдинга сирпалиб олиб борилади /13-расм/. Гавда оғридаги чап оёқдан 5-ҳолат. Чап оёқ жойида қолади. Унғ оёқнинг тонови тушиб, гавда оғридаги иккала оёқда бўлади /14-расм/.

6-ҳолат. Чап оёқ тонови кутарилади /15-расм/.

7-ҳолат. Чап оёқ тонови тушиб, унғ оёқ тоновига босиб, учи кутарилади /16-расм/. Сунғ унғ оёқ сирпаниб, расмий ҳолатга қўйилади.

II БУЛИМ

САЛОМЛАР

Ўзбек рақсларидаги саломлар рақс услубига ва унинг мазмунига, мантикига боғлиқ. Икки қўл билан ёки бир қўл билан салом қилинади.

Масол: Унғ қўл расмий ҳолатдан биринчи, олтинчи ҳолат орқали майин кукракка қафти қўйилиб, бармоқ учлари чапга қараган бўлади. Бош ҳамда гавда бироз олдинга эгилади. Куз дастга қарайди. Саломда бош ва гавда қўл ҳаракати билан бир вақтда эгилади. Саломлар мулойим бўлиб, янқ тапга тегмасин. Қўл қўйилгандан кейин гавда ва бош эгилари ҳам мумкин. Салом иккала қўл билан ҳам бўлиши мумкин. Бу қонда бир қўлдагидай унғ қўл кукракка қўйилиб, чап қўл қафти унғ қўл юзига қўйилади. Тиззалар ва оёқлар расмий ҳолатда бўлади /17-расм/.

III БУЛИМ

МУҚОМЛАР

Қўл ҳаракатларини яна ҳам пардозловчи ҳаракатлар /

I. Қийғир бўйин.

Қийғир бўйин майда ва мулойим бўлади. Ўлкалар расмий ҳолатда бўлиб, бош тўғрига қараган, бироз бўйинга унғга жалади. Бошнинг умуртқа суяғи ён-ёнига жалади /18-19-расмлар/.

бағинланг

Машгулотдаги ҳаракатлар тулик тутунтирилиб, ушб ҳаракат лна такрорланса, фақат номиги га келтирилади. Аввал барча ва пардозлов- чи ҳаракатларни ёдлаш керак. Барча рақслар ҳаракатлари пухта ёдлан- гандан сўнг этид рақслар ижро этиш керак.

Доира рақси Ҷарғона услубидаги содда ва мураккаб усул, ҳаракатлардан ташкил топган, маълум мазмунга эга бўлган ва қисмига етган рақс. Уни асл ҳолидан ўзгартириш мумкин эмас. Аммо бу рақс ҳаракатларини уйғунлаштириб, янги рақс ҳаракатларини қўшиб, турли- туман рақсларни йжод этиш мумкин.

1929 йилдан буён шу пайтгача саҳналаштирилган Ҷарғона услубидаги рақслар шу "доира рақси" ҳаракатлари асосида яратилган. Ва шунга аминманки, келажак авлодлар ҳам бу ҳаракатлардан фойдаланиш лари аниқ.

Мен усулларни нотага кучирган профеосор Илёс Акбаровга, доира зарбларини чадиб берган Ўзбекистон халқ артисти Раҳим Ёсохў- жаев ва Шавкат Ниёзовларга, ҳамда рақс ҳаракатларига суратга тулгани учун Ўзбекистонда хизмат кўрсатган раққоса Рўзана Султоновага ўзим- нинг самимий миннатдорчилигимни билдириб қоламан.

РОЗИЯ КАРИМОВА—

Ўзбекистон халқ артисти,
Ҳамза ва Мукаррам Турғунбоева номидаги
Давлат мукофотлари совриндори.

2. Ияк ҳаракати.

Иккалар расмий ҳолатда бўлиб, ияк кескин ва кичик ўргунли ҳаракат билан тўғрига, сунг яна расмий ҳолатга қайтади, ёнга ҳам ияро этиш мумкин.

3. Тебранилиш.

Гавданинг баддан ёқори қисми ён-ёнга тебранади. Бош гавда утган томондан аяси томонга бурилади. Бу ҳаракатни тик турганда ёки утиртганда ияро этиш мумкин. Бош гавда утган томонда ҳам бўлиши мумкин.

4. Силтирма.

Бу ҳаракат ияк ҳаракатига ухшаш. Гавданинг баддан ёқори томони сарал орқага ташланиб, сунг кескин ва кичик ўргунли ҳаракат билан яна расмий ҳолатга қайтади /сескинганга ўхшаш/.

5. Ёлка қоклиш.

Мисол: қўллар биринчи ёки еттинчи ҳолатда. Чап ёлка орқага жилади, унг ёлка олданга жилади, сунг кескин ҳаракат билан чап ёлка олтинга, унг ёлка орқага жилади, ёки кескин ҳаракат билан ёлкалар навбат билан бир олдинга, бир орқага утадилар. Яна бир хили маъда титрагма. ..на бир хили ёлкалар навбати билан ва мулоим сарал ёқорига кутарилиб, тушади ёки иккала ёлка барабар кутарилиб тушади. Ёлка ҳаракатлари кизлар ияросида мулоим, нозик бўлиши керак. Илтифатлар ияросида йирик, кескин бўлади.

6. Таниб қ о л и ш.

Бирон-бир ҳаракатда тўхтаб қолиш, бир оз кийинламай тиниб турар қарар.

7. Қош учараш.

Қош учираш ҳам ияро этилади. Кўпроқ ҳақий рақсларда

Илтифат ияро этишлар.

8. Қўлдаста ҳаракатлари.

Қарсақлар 7-ҳолатдан ташқари барча ҳолатларда ияро этилади. Мисол: 6-ҳолатда иккала қўл қафтлари бир-бирига урилиб, бармоқлар учлари ёқорига қараган, қарсақлардан сунг қўлдасталар узидан ташқарига айланиши, ёки бир оз ёнга очилиб, бармоқлар озроқ эгилиши мумкин. Унг ёки чап қўлоқ тағида челиниб, бош ёни билан қўлга эгилиб, қарсақни эшиткөзгандай ҳолатда бўлиб, ёзи қўлдан тескарига бурилган бўлади. Қўллар унг томондаги қўлоқ тағида қарсақ чалса, чап қўл тирсаги чап ёлка баландлигида бўлади. Иккинчи қафтлар қўндаланг қарсақ урилиб, бармоқлар, қафтлар тескари томонини ушлайдилар. /19-расм./ 3-қарсақ 6-ҳолатда бир қафт иккинчи қафтидан сирпаниб урилади. Унг қўл сирпанса, пастрокка тушади, ёни ёнга очилади, чап қўл бироз ёқорига кутарилади. Тўртинчи, қўллар 6-ҳолат ёқорилигида чап қўл қафти пастга қараган, бармоқ учини уннга қараган, унг қўл қафти чап қафт тескарасига қўйилган, бармоқлар учлари чап томонга қаратилган. /20-расм./ 5-қўллар 2-ҳолатда унг қўл қафти чап қафтига ёпишган. Иккала қўл бармоқлари ён-ёнга қараган бўлиб, унг қўл қафти чап қўл қафтига уради. Сунг унг қафт сел кутарилиб олдинга бурилиб, яна бошлангич ҳолатга тушади. /21-расм./

Қўлдаста айланиши.

Қўлдаста айланиши ўзбек рақсларида, айниқса, фарғона ўқолубларидаги рақсда катта аҳамиятга эга. Бу услуб ҳаракатларидан ҳаракатларга уташда ва ҳаракатларни якунлаганда ияро этилади. Кизлар ҳаракатларида мулоим бармоқлар уз ҳолига ёки урта бармоқ бош бармоққа еал эгилган ҳолатда, Илтифатларда бармоқлар боъзи ҳаракатларда ярам мушт ҳам бўлиши мумкин.

Бармоқ киремиллатилиш. Бош бармоқ 3-ёни 4-бармоқ бош бутилдан сирпанеди.

ДОИРА ЗАРФИГАРИГА ДАРС МАШГУЛОТИ

Харакат ва усуллари ёд олинган керак! Ҳаракатлар биринчи мартаба тулик тунуштирилади, кейин шу ҳаракат ина тақриблианса, унинг бақат номи ёзилади. Мураккаб рақс ҳолатларида бу ҳаракат қайта изоҳланади.

МАШГУЛОТИНИНГ БОШЛИГИ

1-машғулоти, таҳлили, 12 қилига мукаллимнинг. Иккинчилар уч қаторга бўлиниб, аёлнинг орқа томонидан тахият нуқта ҳолатида турилади. Биринчи қатор доимо биринчи қаторда қолди, қолган қаторлар ўзгаради. Дарони туртинчи ўнгга бошлади. Тахиятга нахоус ҳаракатлар айрилган. Агар машғулотида "итит" назарида қарай рақс тушмаса, муаллим ёки бағетчиёстр бўлиш қилибди. Иккинчилар қизлар ҳаракатларини ҳам билиши керак. Ҳаракатлар оёқга эилиши ҳажмига боғлиқ. **Ҳаракатлар** нуқалини 1-қатордан бошланади. Қарайлар оёқ туна-лишга қарай юрилади. "Тоҳ" қул ҳаракатлари бир қил, аммо тугалиши турлича бўлиши мумкин. Оёқ ҳаракатлари эса ҳар қил.

I УСУЛ

Рез бошланиши билан иккинчилар қуллари расий ҳолатда эса-секин 1-ҳолатга қутарилади, зал олинга қилинади. Орадинлар 1-ҳолат кенглигида бўлиши керак. Қамма келиб етгач, қуллар 1-ҳолатда, оёқлар расий ҳолатда тухтади. Сўнг қуллар 4 зарбда 2-ҳолатга қутарилади. 4 зарбнинг охирида қуллар қайта дастга қараб, на орқали 7-ҳолатга қуллоини тушади. Тахиятга қайта назога қараб, бармоқлар турти бўлиши керак.

4 зарбда секин салом қилинади. Ина 4 зарбда саломдан тик-ланиб, оёқ 3-ҳолатга ўтади. /ан оёқ учиди/. Қуллар 1-ҳолат орқали 2-ҳолатга қутарилади, қили на "таҳ" зарбда қул бош сал унг томонга бу-

Сўнг қулдасталар ўзидан ташқарига бир айланиб, унг қулоқ томонга тушади, қайтлар бир-бирига ёпилган, бармоқ учлари ёқорига қараган, тирасаклар ён-ёнга қараган. Ўқоридаги ҳаракатлар ҳаммаси рез билан ижро этилади.

I-шакл. 28- такт. II усул. Муסיқа улчови 3/4.

1-2-Тактларда иккинчилар қилида тиниб ўтирадилар. /Усулни эшитаётган-дан/. Расм- 18/.

3-тактда қулоқ тағида "икита" қарсак уқилиди. Ҳар қарсакда қайтлар сал очилиб, бармоқлар озгина этилиди. на қулоқ тағида чап бармоқлар унг қайтга урилади. Тактнинг охирида қуллар 1-ҳолат орқали 3-ҳолатга ўтади. /Унг қул ёқорида/. Сўнг қулдаста ўзидан ташқарига бир айланиб, 3-ҳолатга ўтади. /чап оёқ учиди/.

4-такт. Ёлка қоқин. Озгина тиниш.

5-6-такт. 3-4-такт ҳаракатлари чап қулоқ томонидан тақрирланади. Оёқ 3-ҳолатда. /Унг оёқ учиди/. Гавда ва бош сал унгга бўйилади.

7-10-тактлар. 3-6-такт ҳаракатлари тақрирланади.

11-18-тактлар. Иккинчилар орқа томонга орқаси билан кетади. Гавда ва бошини унгга ва чапга сал буради. 11-тактда унг оёқдан 3 та уртача қадам босиб, охирида оёқ 3-ҳолатга ўтади. /Унг қул ёқорида/.

12-такт. Ёлка қоқиннинг "а" тури бажарилади. Сўнг қилик тиниб қилинади. 13-14-тактлар. Ҳаракатлар чап оёқдан тақрирланади. Оёқлар 3-ҳолатда.

Унг оёқ учиди қилиб, қуллар 3-ҳолатга ўтади. /чап қул ёқорида/.

15-18-тактларда ҳаракатлар навбати билан қулоқ тағидаги қарсаклар бир унг томонга, бир чап томонда тақрирланиб, орқата кетип давом этади.

19-26-тактлар. Ушбу ҳаракатлар унг оёқдан унг қулоқ тағида қарсак билан бошланиб, сўнг чап томондан тақрирланиб, олдинга қилинади. 27-28-тактлар. Ёлка қоқин. Ҳаракатлар олдинга давом этади.

2-шакл. II усул./Давоми/. Усуқа улчови 3/4.

Тактлар ҳисоби давранинг ҳақмига боғлиқ.

Давра айланиб яна қаторга келинади. Қаторга қандай келиш оунги бетда илова шаклларда кўрсатилган. Ушунин бу шакли ўзгартариши ҳам мумкин.

I-такт. Бошловчи чап оёқдан чап тарафга чорак бурилади. I-қарсак унғ қулоқ тагида чалинади. 2-қадам асир қўлинига қарас босади. 2-қарсак кўксига рўпара чалинади-баъзи учлар ижорига қаратган. 3-қадам чап оёқдан босилади, тиззалар бироз эгилиб чап томонга чорак бурилади. Сўнг ижрочи даврага қарас қилади. Ҳулар 3-ҳолатга ўтиб, унғ қул ижорига бўлади. Оёқ ҳам 3-ҳолатга ўтиб, унғ оёқ учда бўлади. Гава ва бош чап қулга ёни билан бир оз эгилади./Расм-19, 2-шакл./

2-такт. Ёлка қоқининг "а" тури катар эгилади. Сўнг ижрочи тилин. У икки тактлар унғ оёқдан босилиб, ушунга эгилиб тақорилганда, бунда даврага орқаси билан келиб, чап қул ижорига 3-ҳолатга кўтарилади, оёқ 3-ҳолатда, чап оёқ учда. 4 тактга ҳаракатлар билан давра айланиб, оунг қаторга келинади.

3-шакл. 4 такт. II усул./Давоми/. Усуқа улчови 3/4.

I-такт. Қойида. Оёқлар расми ҳолатда. Кўксини рўпара қилиб қарсан. Бармоқлар учлари ижорига қараган. Ҳулар I-ҳолат орқали 3-ҳолатга ўтади./Унғ қул ижорига /.

2-такт. 3-ҳолатдалигида қўлдасталай ўшдан таққирига бир айланиб, оунг "қийғир бўйин" ҳаракати ижро этилади.

3-4-тактлар. Ҳаракатлар чап томонга чап қулдан таққорланади.

4-шакл. 8 такт. II усул./Давоми/. Усуқа улчови 3/4.

I-такт. Унғ оёқдан бошлаб 2 қадам о. қатг орқаси билан қадди босайтиб, 2 та қарсак кўксига рўпара қалади. Оёқлар расми ҳолатга ўтади. Ҳулар I-ҳолат орқали 2-ҳолатга ўтади. 3-4-қўлларини қўзғатади.

2-такт. Қўлдасталай ўзидан таққирига бир айланиб, сўнг бир неча "қийғир бўйин" ҳаракатини ижро этади.

3-4-тактлар. Чап оёқдан бошлаб олдинга 2 қадам босиб, қўллар I-ҳолатга очилиб "ёлка қоқин" ҳаракатининг "а" тури ижро этилади.

5-6-тактлар. Яна орқага орқаси билан I-2-такт ҳаракатлари таққорланади.

7-такт. Олдинга чап оёқдан бошлаб 2 қадам босади, чап оёқ унғ оёқнинг орқа тарафига учи билан қолади. Қўллар кўксига рўпара қарсак қалади.

8-такт. Тилиб қолиш.

5-шакл. 6 такт. III усул. Усуқа улчови 3/8.

I-такт. Қойида. Чап оёқнинг учи ердан сал узилиб, тезгина учи билан тепади./6-ҳолатда/. Қўллар "гулбэрг" ҳаракатини ижро этади. Бош ва гава олдинга эгилганроқ. Кафти ўзига, бармоқ учлари ижорига қараган./Расм-20 /.

2-4-тактлар. I-ҳисобда чап оёқ уч марта тепиниб, қўллар I-ҳолатга очилади. 2-тактда қўллар 2-ҳолатга кўтарилади. 3-тактда қўллар 2-ҳолатдан унғ қулоқ тагига-қўлдаста-ўзидан таққирига бир айланиб, кафтилар жуфтланиб тумани. Бармоқ учлари ижорига қараган. Ҳар тактда чап оёқ учи билан 2 марта тепинади. Гава ва бош аста тикланади, охирида чап ёни билан вал чап томонга бурилади.

5-6-тактлар. Қойида оёқ тепиш давом этади. Қўллар унғ қулоқ тагида 2-тадан қарсак қалади.

6-шакл. Тактлар ҳисобонз. III усул./Давоми/. Усуқа улчови 3/8.

Сост йуналишига қарши давра яриб, яна қаторга келинади. "Қарсак тингми хаш" ҳаракати.

I-такт. Чап оёқ учидан бошлаб давра йуналишига қарас қотилади, унғ оёқ тўлиқ босари. Қўлдасталай сал очилиб, бармоқ учлари озгина орқага таққорланиб, оунг қулоқ тагида

3-такт. "Шоҳ" ҳаракати ижро этилади.

1-2-зарбада оёқ 3-ҳолатда бўлади/чап оёқ учиди/. Қўллар 4-ҳолатда, ўнг томонда. Гавда оғирлиги ўнг оёқда. Бош оёқга чап томонга бурилади./Расм- 24 /.

3-зарбада оёқ 6-ҳолатга ўтади./ўнг оёқ учиди/. Гавда оғирлиги ўнг оёққа ўтади. Бир вақтда чап томонга чорак бурилади. Халққа ўнг оёқ билан қараб қолади. Чап қўл заоти билан 6-1-ҳолат орқали 2-ҳолатга кўтарилади. Ўнг қўл 1-ҳолатга тўшади. Демак, қўллар 3-ҳолатда бўлади.
/Расм- 25 /.

4-зарбада ўнг оёқ учи билан чап оёқ олдига чалмаш босади. Иккала оёқ учларида яна чапта чорак бурилади. /Халққа орқаси билан қараб қолади/. Қўллар "тулбарги" ҳаракатини ижро этади. Кафтлар узига қараган. Бош тўғри туради. /Расм- 26 /.

5-6- зарбада иккала оёқ учиди чапта ярим айланиб, халққа қараб қолади. Қўллар елка кенлигинида ёнга очилади. Оёқлар расмий ҳолатда. Сўнг қўллар бошдан ёқорига бармоқларни пастга қаратган ҳолда кўтарилади. Сўнг кафтлар ёқорига қаратилиб, 6-ҳолат орқали расмий ҳолатга тўшади. Гавда ва бош бир оз олдинга эгилади./Расм-27 /."Шоҳ" ҳаракати. Барча ҳаракатлар тўхтаман ўтилади.

9-шакл. У-уул. Мушиқа ўлчови 3/4. Тактлар ҳисобов. Навбатли қўл кўтариш.

1-такт. Ижрочи жойида. Оёқлар расмий ҳолатда, лекин чап оёқ учиди ҳар зарбага тепиб туради. Ўнг қўл расмий ҳолатдан бармоқ учлари пастга қаратилиб, 6-ҳолат орқали 2-ҳолатга кўтарилади. Сўнг кафти ёқорига қараб, бармоқ учлари орқига қараган бўлади-да, яна кафти олдинга қараб 6-ҳолат орқали расмий ҳолатга тўшади. Бош ён-ёнга бурилиб туради. Гавда ва бош ўнг қўлни кўзатади.

2-такт. Оёқ ҳаракати давом этади. Чап қўл ҳаракатни такрорлайди.

3-такт. Давра айланиб, яна қаторларга қолинади. Соат қуналишига

2та қароқ чалинади. Қароқни чап қўл бармоқлари билан ўнг кафтга уриб ижро этиш мумкин. Шу ҳаракатлар билан давра айланиб келинади. Қадмлар навбатли, лекин чап оёқ доим учиди яради. Ўнг оёқ тўлиқ босади.

7-шакл. 8 такт. II усул./Давоми/. Мушиқа ўлчови 3/8.

1-4-тактлар 6-шаклдаги ҳаракатлар давом этиб, орқига орқаси билан кетилади. Бошланғида гавда ва бош бир оз олдинга эгилган, тиззалар бункилганроқ бўлиб, аста-оёқин тикланади.

5-6-тактлар. Шу ҳилда олдинга келинади. Охирида оёқлар расмий ҳолатда, қўллар 1-ҳолатда қолади.

8-шакл. 3 такт. IV усул. Мушиқа ўлчови 6/4.

1-такт. Ижрочилар жойида тўлиқ бир айланади. Ўнг оёқ ургу билан тўлиқ босади ва, чап оёқнинг олдига қўндаланг қўйилади. Қўллар

5-ҳолатга ўтади. Гавда ва бош бир оз чапта бурилади, ҳамда эгилганроқ бўлади. /Расм- 21, 8-шакл./2-тактда тиниш. Қўллар 5-ҳолатда.

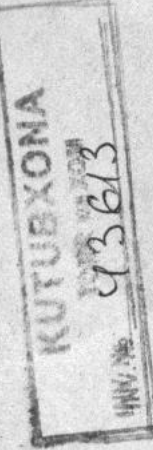
3-такт. Ўнг оёқ ердан кичик кўтарилиб, чап оёқнинг орқасига чалмаш қўйилади ва бир вақтда ўнг томонга чорак бурилади, ҳамда ўнг қўл заоти билан 1-ҳолат орқали 3-ҳолатга кўтарилади. Гавда ва бош тикланиб, чап қўлга бир оз эгилади.

4-такт. Қўллар 3-ҳолатдалигича айланиш давом этади./Ўнг томонга/.
/Расм- 22 /.

5-тактда ҳаракат давом этади.

6-такт. Айланш охирида халққа қараб қолинади. Оёқлар расмий ҳолатда. Қўллар 1-ҳолатга ўтади. /Расм- 23 /

2-такт. 1-такт ҳаракатлари такрорланади. Лекин ижрочи бу гал чап томонга айланади. Қўллар 3-ҳолатда. Чап қўл ёқорига, чап оёқ учиди тепади.



қарши ва дара ишқилишига қараб юрилади. Оёқ ҳаракати алмашмайди. Қўл ҳаракати навбатли давом этади. Иккинчи чеп оёқдан бошлаб, 2 қадам олдинга босади, сўнг чеп оёқ учин билан аравад сал олдинга, сўнг орқага босади. Аммо чеп оёқ орқага босилганда тавда орқага кетмаин! Қўллар ҳаракати давом этади. Иккинчи давда юриб, охирида халққа қараб қолади. /Раом -28/.

IO ШАҚЛ.4 такт. у УСУЛ./Давом этади/.

МУСИ.А УЛЧОВИ 8/4.

I-такт. Орқа томонга орқа билан кетилади. Ҳар чорак тактга чеп оёқ учинда орқага сал урғи билан кичик қадам босади. Чеп тизза эгилганроқ бўлади, сўнг ун оёқ тўлиқ босганича сирпаниб, чеп оёқ ёнига келади. Чеп оёқ тиззаси расмий ҳолатга келилади. /Оёқ ҳаракатининг номи "Оқсатма"/. Қўллар I-ҳолат орқали тўлиқланиб, кўксига рўпара қелиб "гулбарги" ҳаракатини ижро этади. /Қафти ўзига қараган/. Сўнг I-ҳолат орқали 3-ҳолатга кўтарилади, ҳамда қўл дастоналар ўзидан ташқарига бир айланади. Ун қўл иккинчи ҳолатга келади. Гавда ва бош қўл ҳаракатини кузатади, ҳамда бош ён-ёнига сал бурпилади. Гавда ва бош эгилганроқ бўлиб, сўнг секин-секин тикланади.

2-такт. Оёқ ҳаракатлари ўзгармайди, қўл ҳаракати навбатли билан давом этади.

3-4-такт. I-2-тактлар такрорланиб орқага кетилади. Охирида оёқлар расмий ҳолатда қолади.

II-ШАҚЛ. I такт. У1 УСУЛ. Муоика улчови 8/4.

Иккинчи ҳолатда. Ун оёқ томони билан ун томонга чорак бурпиб, кичик қадам босади. Халққа чеп елка билан қолади. Сўнг ун билан тўлиқ ҳолатга тушади. Ҳар вақтда чеп оёқ ердан бир оз кўтарилади, тизза эгилди/ ун орқа қараган/. Гавда ва

бош бир оз олдинга эгилади. Қўллар 5-ҳолат, ун томонга ўтади. Чеп қўлнинг қафти ўзига қараган. Чеп қўл I-6-ҳолатлар орқали кўксига келиб қолади. Қафти ўзига қараган/5-ҳолат/. /Раом -29/ Иккинчидан оёқ ҳаракати ўзгармайди, қўл биринчи, ёки I-2 -ҳолатлар орқали 7-ҳолатга уздан пастга тушади.

II-нақл./Давоми/.4 такт. УIII усул.Муоика улчови 3/4.

II такт. Олдинга келинади. Оёқлар расмий ҳолатда, лекин уларинда тиззалар бир-бирларига яқин. Чеп оёқдан бошлаб навбат-навбат "майда уфори" ҳаракати билан чеп томонга крим бурилади./3 та "майда уфори" ҳаракати/. Чеп қўл қафти ўз ома иккинчи қараган, 2-ҳолат орқали I-ҳолатга тушади. Бир вақтда ун қўл I-ҳолатдан кўксига рўпара қафти ўзига қараб келади./Қўллар 5-ҳолат, чаппа./ Ун томонга крим бурилиб, ҳаракатлар ун оёқ ва ун қўлдан такрорланади. 3-4-такт. I-2-тактлар такрорланиб, охирида халққа қараб қолинади. 3-ҳолатда ун қўл иккинчида, оёқлар томони тушиб, расмий ҳолатда бўлади. Иккинчидан оёқ ҳаракати ўзгармайди, қўл ҳаракати 7-ҳолатда давом этади.

II-нақл.3 такт. УII УСУЛ./Давом этади/.Муоика улчови 3/4.

I-2-такт.Иккинчи ҳолатда."Крим қайчи" ҳаракати билан ун томонга турик айланади.Ҳар бир тактга иккинчида крим қайчи ҳаракати ижро этилади.Оёқлар 2-ҳолатда.Ун оёқ кўндаланг. Ҳар бир тактга ун оёқ учин уннга килади.Сўнг ун оёқ томони чеп оёқ учин бир вақтда уннга килади, ва ҳам, қўллар 2-тактга "чархпалак" ҳаракатини ижро этади. Ун қўл I-ҳолат орқали орқа билан қафтининг томони билан кўндаланг, айна пайтда чеп қўл 2-ҳолатдан крим орқали қафти пастга қараб 7-ҳолатга тушади.Бош чеп қўлни кузатади.2-тактнинг охирида оёқлар 2-ҳолатда бўлиб, ун оёқ кўндаланг. Гавда эгилди чеп оёқда бўлиб, чеп бил чеп томонроққа эгилади./Раом-30/.

өз этилади. Кўллар ён-ёнга очилади. Бом ўнг қўлни кузатади.

2-такт. 1-такт ҳаракатларини чап ёнга чап ёёқ чап кўлдан такрорланади.

3-такт. 1-такт ҳаракатлари ўнг томонга такрорланади.

14-шакл. 9 УСУЛ./Давоми/. Мусиқа улчови 3/4. Тактлар ҳисобсиз.

13-шаклдаги "гул уйин" ҳаракатлари 1-тактга чапта, 2-тактга ўнгга бурилиб ижро этилади. Ижрочилар "гул уйин" ҳаракатлари билан давра айланиб қаторга келинади. 1-шарта чапта чап ёёқдан бешлаб черак бурилади, даврага қараб қолади. Кейинги бурилишлар яримтедан булади.

15-шакл. IX УСУЛ./Давоми/. Мусиқа улчови 3/4.

Тактлар ҳисобсиз.

Давра жазм етади. Кўл ҳаракати узгармайди. Ёёқ учда ёки тулиқ қадамлар билан 1 яримдан айланиб, бир чапта, бир ўнгга, сўнг қаторга келинади.

16-шакл. IX УСУЛ./Давоми/. 4 такт. Мусиқа улчови 3/4.

"Гул уйин" ҳаракати билан ёрқага ёрқаси билан кетилади. Сал ён-ёнга бурилиб ёёқ ижро этилади. Ёёқ ҳаракати "гул уйин". Кўл ёрқа бешга дао-та тирси билан қўйилади. Назорат билан 1-тактга, сўнг 2-тактга чап-ёёқ томонга ижро этилади. /Расм- 33 /. Охирида кўллар қароак чалган ҳолда қолади.

17-шакл. X УСУЛ. 4 такт. Мусиқа улчови 3/4.

1-такт. Ҳамма қатор ҳар тактда 3 та тулиқ қадамлар билан бир ўнгга, бир чапта қилиб, биттадан айланиб, олдинга келинади. Биринчи ўнгга ўнг ёёқдан бешлаб, қадамлар билан айланиб, охирида чап ёёқ учда ургу билан босади. Ёёқ 3-ҳолатда. Гавда ўнгга бурилган ёёқ. Кўллар 1-ҳолат, сўнг "гул барги" ҳаракати ёрқали/бармоқлар пастга қараган/, биринчига очилиб оал незик кўтарилади. Ёёқ ургу билан бештенда 6-ҳолат-да қароак чалинади.

2-такт. Чапта чап ёёқдан такрорланади.

21

3-такт. Ижрочи хейида. "Қадамли неҳ" ҳаракатини ижро етади. Охирида ўнг ёёқ расмий ҳолатга ургу билан босади, ҳамда ердан ёрқарёққа сириланиб оал кўтарилади, ёёқ учи пастга қараган. Чап ёёқ тиззаси бир ёёқ этилади. Ўнг ёёқ ургу билан қўйилганда, кўллар 6-ҳолатда қароак ижро етади, бармоқ учлари ёқорига қараган. Қароакдан оал ён-ёнга очилади.

"Шеҳ" ҳаракатининг ижро этин кейдаси.

а/Кўллар 4-ҳолатда, ўнг томонда.

б/ чап кўл қафти ёқорига қараб, зафти билан 6-1-ҳолат ёрқали 2-ҳолатга кўтарилади. Ўнг кўл 1-ҳолатга тумани. Демак, кўллар 3-ҳолатда бўлади.

в/Кўллар кўкка рўпара, дасталар чалманиб, қафти ўзига қараган.

"Гулбарги" ҳаракати./Расм - 31 /.

г/ Кўллар 1-ҳолатга очилиб, сўнг 6-ҳолатда қароак, бармоқ учлари ёқорига қараган. Кўллар қароакдан ёнга оал очилади.

13-шакл. 3 такт. IX УСУЛ. Мусиқа улчови 3/4.

"Гул уйин" ҳаракати.

1-такт. 1-дестанда ўнг ёёқ ўнг томонга ёни билан, пелнадан бешлаб тулиққа тумани. Чап ёёқ учи билан ўнг ёёқ ёрқасига босади, сўнг иккала тизза бир ёёқ этилади. Чап кўл бел олдини кучади. Ўнг кўл 1-ҳолат ёрқали, қафти пастга қараб 2-ҳолатга кўтарилади. Сўнг бармоқлар пастга ташланиб, ёздан пастга чап тирсаққа тумани./Расм-32 /.

"Икки" деганда, ўнг ёёқ ўнг томонга кичик қадам босади, тизза расмий ҳолатда. Ўнг кўл ёёқ 2-ҳолатга кўтарилади, қафти ёқорига қараган, сўнг иккала кўл 1-6-ҳолат ўрталирига очилади.

"Уч" деганда, чап ёёқ ургу билан ўнг ёёқ ёнига тулиқ босади./Расмий ҳолатда/. Бир вақтда 6-ҳолатда қароак, сўнг чап ёёқ ёрқага қараб ердан сириланиб, учи пастга қараб оал кўтарилади. Ўнг ёёқ тиззаси бир

3-4-тактлар. 1-2-тактлар такрорланиб келинади.

18-накл. 4 такт. II УСУЛ. Мусика улчови 3/4.

1-такт. Ҳаракатлар ён-ёнга иккунга эгиллади. Унг томонга унг ёёқдан бешлаб ёёқ учда "майда уфери" ҳаракати билан қилиб, чап ёёқка сэл чапга бурилади. Охирида унг ёёқ тўлиққа тушиб, чап ёёқ учда унг ёёқ олдига қелади. /4-хелат/. Сунг чап ёёқ қойида учи билан 2та кичик урги билан босади. Қўллар 6-хелатда "гулбарги" ҳаракатлари ёрқали/нафти уэига қараган/, 1-хелатга очилади. Ёёқ урги билан босганда 2 та мулэйим қароак қалинади. Гавда ва бон қўлга эгилган-рек, бон қарсан қалинастиб ён-ёнга мулэйим бурилади.

2-такт. Ҳаракат чап томонга чап ёёқдан бешлаб такрорланади.

3-4-тактлар. 1-2-тактлар такрорланади.

19-накл. 12 УСУЛ. Мусика улчови 3/4. Тактлар ҳисобсиз.

"Гез сузин" ҳаракати.

1-такт. Кейида. Унг ёёқ тўлиққа тушади, чап ёёқ учда туради. Гавда эгирлиги унг ёёққа утади. Қўллар 1-хелат ёрқали 3-хелатга утади, чап қўл юерида, Гавда аота тикланади. Бон чап қўлни кузатади.

2-тактдан бешлаб, "гез сузин" ҳаракати билан соат йуналишига қар-ши даврага ёрқаси билан ёриб, давра айланиб келинади. Чап ёёқ учда чап томонга кичик қадам босади, унг ёёқ тўлиқ босганча, сирпаниб чап ёёқ олдига қелади. Тиззалар яқин, гавда қимирламайди. /6-хелатда "ёксатма" ҳаракати иккунга эгиллади/. Расм- 34. /Сунг йна қатерга турилади, халққа қараб қилинади.

20-накл. 6 такт. XII УСУЛ. Давоми.

Мусика улчови 3/4.

1-2-тактлар. Ёрқага ёрқа билан кетиллади. Ҳар ҳисобга "ёксатма" ҳаракати билан чап ёрқага учи билан кичик қадам босади, тизза эгилганроқ. Сунг унг ёёқ сирпаниб чап ёёқ ёнига қелади. /Расмий хелатда/. Чап тизза расмий хелатга утади.

қўллар 2-тактда унг қўл 1-хелатда, чап қўл 2-хелатдан нз она паотга расмий хелат ва 1-хелат ёрқали 2-хелатга қутариллади. Гав-да ва бон чап қўл ҳаракатларини кузатади.

3-4-тактлар. 1-2-тактлар ҳаракатлари такрорланади.

5-6-тактлар. Ёрқада бир тўлиқ айланилади. Чап ёёқ унг ёёқ ёрқасига кичик урги билан унг ёёқ томонида сирпаниб унгга қилади, чап қўл нз она расмий хелатга тушиб, йна 1-хелат ёрқали 2-хелатга қутариллади. Гавда ва бон чап қўлни кузатади.

21-накл. XIII УСУЛ. 8 такт. Мусика улчови 3/4.

1-3-тактлар. Ёёқлар расмий хелатда, чап ёёқ учда Ҳар ҳисобга топио туради. Охириги ҳисобда иккунга ёёқ учда булади. Қўллар 3-тактда оскин рамий хелатга тушиб, сунг 1-2-хелат ёрқали нздан паотга "қўлбанд" ҳаракатига қелади. Қўллар қалинашиб, унг қўл нафти чап қиганёқ устига, чап қўл унг қўл қиганёрига қўйиллади. Лекин қўллар гавдага тегмасин. Қўллар сэл ён-ёнга қилади. Бон ва гавда сэл олдига эгиллиб, йна тикланади. /Расм- 35 /.

4-5-такт. Олдинга қилинади. Ёёқ учда "майда уфери". Қўллар "қўлбанд" ҳаракатига қелади. Гавда ва бон қимирламай силлиқ қелади. Охириги ҳисобда ёёқлар "тўлиқ"қа тушади. /Озгина тиниш/.

6-7-такт. Кейида, унг томонга тўлиқ бир айланилади. Ёёқ ҳаракати "ярим қайчи". Қўллар "қўли банд" хелатига. Сэл ён-ёнга қилади. Охирида чап ёёқ учда тез "пех", сунг қўллар 1-хелатга очилади. 8-такт. Унг қўл қўксига қўйилиб, чап қўл расмий хелатга тушиб, "оалем" қилинади. Шу билан 1-бўлим маъмулоти тугади.

21 БУЛИМ.

Дарони ёрқадан "рес" билан қилиб, "пех" ҳаракати билан давом эттирини, I бўлим тугаган кейида "пех" қилиб бешлам ҳам му-мин.

24-шакл./Давоми/. 16 такт. 17-УСУЛ. Муסיқа улчеви 3/4.

3-4-такт. Орқага орқа билан кетилади. Унг ёёк учи билан орқага кичик кадам босиб, сунг тулиққа утади. Чап ёёк 10 сантиметрга кўтарилиб, тиззалар расмий ҳолатда олдинга бир оз чўзилади/тезени пастга қараган/. Қўллар 3-Ҳолатда, унг қўл ёқорида. Газда мулейим, оал ён-ёнга бурилади.

4-такт. 3-такт ҳаракатлари чап ёёкдан такрорланади, қўллар ўзгармайди. Ҳаракатлар "қуйлеванч" - мулейим ихро этилади.

5-6-такт. Кейида. Ёёклар расмий ҳолатда. Қўллар 1-ҳолат орқали кўнотга рупара-тулбарга ҳаракатини ихро этади./Кафти узига қаратган/. Газда ва бем олдинга эгилганрөк, тиззалар ҳам эгилганрөк. Қўллар 1-ҳолат орқали 3-ҳолатга кўтарилади./чап қўл ёқорида/. Тиззалар расмий ҳолатга утиб, газда ва бем тикланади.

6-такт. Бир неча "қийгир буйин" ҳаракати ихро этилади. Ўнгитлар тиниб қолади.

7-18-тактлар. Яна шу 3-6-тактдаги ҳаракатлар 3 марта такрорланиб, ехти-рида қўллар "тулбарги" ва 1-ҳолат орқали "Гунча" ҳаракатига утади. Қўллар бешдан ёқорида, унг қўл кафти чап қўл томонга қуйилиб, бар-моқ учлари ёқорига қарайди. Бем қўлларни кузатади.

25-шакл. 12 такт. 18-УСУЛ. Муסיқа улчеви 2/4. "Гунча".

Олдинга келинади. Қўллар "Гунча" ҳаракатига. Ёёк ҳаракати-нунтади брий.

1-такт. Унг ёёк учиде олдинга кичик кадам босади. Сунг оал олдинга келиб, тулиққа утади. Озгина тиниб.

2-такт. 1-такт ҳаракатлари чап ёёкдан такрорланади.

3-такт. Кейида, чап томонга ярим айланим. Унг ёёк учи: ондан чап ёёкка чалман босади, оунг иккала ёёк учларида чапта ярим айланилади./Халққа орқаси билан қараб қолади. Расм -40,41,42/.

4-такт. Ёёклар учларидан оскин тулиққа тушади. Сунг тиниб.

25

22-шакл. 14-УСУЛ. 1 такт. Муסיқа улчеви 3/4.

15-УСУЛ. Муסיқа улчеви 3/4. Тактлар ҳисобинз. "ДУЧАВА".

1-такт. Кейида. Чап ёёкдан бешлаб"қадамли нех" ҳаракати ихро этилади "Шех"дан оунг қўллар чап томонга 5-ҳолатга утади.

2-3-такт. Ён-ёнга кичик хилиб, ихро этилади. Қўл-ёёк ҳаракатлари "дучава".

2-такт. Унг ёёк унг томонга тезондан бешлаб, тулиққа утиб кичик қа-дам босади /тиззалар эгилганрөк/, чап ёёк унг ёёк орқасига учи билан босади. Унг ёёк яна унгга тулиқ кичик кадам босади. Чап ёёк учиде қолади. Тиззалар расмий ҳолатда бўлади. Қўллар 5-ҳолатдан пастга, олдинга тунади. Сунг унг томонга 5-ҳолатдан ёқорирөкка кўтарилади. Кафти ёқорига қараган. Охирида калтагича узига тортиб, оунг яна кейига мулейим чўзилади. Газда ва бем қўл ҳаракатларини кузатади.

/Расм -36,37/.

3-такт. Чап томонга чап ёёкдан такрорланади, лекин кафтлар пастга қарайди. Шу ҳаракатлар билан бир давра крийб, яна қаторга келинади. Соат йуналишига қарши чизикка қараб ярилади.

23-шакл. 8 такт. 15-УСУЛ./ДАВОМИ/. Муסיқа улчеви 3/4.

4-такт. "Дучава" ҳаракати билан, орқага орқа билан кетилади.

4 такт "дучава" ҳаракати билан олдинга келинади. Охирида ёёклар расмий, қўллар 1-ҳолатда қолади.

24-шакл. 2 такт. 16-УСУЛ. Муסיқа улчеви 3/4.

1-2-такт. Кейида. Ёёклар расмий ҳолатда. Қўллар 1-ҳолатдан "тулбарги" ҳаракатига утади. Тиззалар, газда ва бем эгилганрөк. Сунг қўллар 3-ҳолатга утади, унг қўл ёқорида. Қўлдаста ўзидан талқарига бир айланади. Газда ва бем /тиззалар/ расмий ҳолатга утади, бир неча "қийгир буйин" ҳаракати ихро этилади./Расм -38,39/. Ўнгитлар "қийгир буйин" ҳаракати ўрнига тиниб қолади.

24

5-8-такт. Олдинга өркаси билан 4-такт харакааттери такрөрләнәди. Чап өскән бөшәб, айланып уңг төмөнгә булғади. Чап өск уңг өсккә чалмаһади.

8-такт. Кейида. Төвөнләр секин түлиқка туһади. Сунг тинип.

9-такт. Олдинга уңг өскән бөшәб 1-такт харакаатлари олдинга караб даһем әтади.

10-такт. Харакаат чап өскән такрөрләнәди.

11-такт. Уңг өск чап өск өлдинга чалмаһади.

12-такт. Кейида халқка өркаси билан караб кәләди. Оёқлар расмий хәләтдән секин учларидан түлиқка туһади. Сунг тинип.

26-шакл. 14 такт. 19-УСУЛ. Мусиқа үлчөви 3/4. "Эгилип".

4-такт. Кейида. Уңг өск өркага тула бир кадам бөсәди. Чап өск учта утади, секин халқка өркаси билан өркага әгиләди. Куллар оскин 3-хәләтгә утади. Уңг кул ыкерида. /Расм -43 /.

5-7-тактлар. Кейида. Уңг төмөнгә ярим айланади. Оёқ харакаати телиб айланып. Чап өск теләди. Уңг кул кафти уңгга караб аста-аста миздан пәстрөккә түшүб, 1-хәләтгә әчиләди. Гәвдә һа бөш уңгга айланып. Уңг бикин уңг төмөнгә әгиләди. Олдинга әгилүбрөк, сунг гәвдә һа бөш тикләнәди.

8-такт. Чап өск уңг билан расмий хәләтгә түлиқ бөсәди. /Расм -44 /.

Куллар 1-хәләтгә әчиләди. /расм -45 /.

9-14-тактлар. Орқата өркаси билан кетиләди. Оёқ учларидан бөшәб түлиқка утиб, өркага кичик кадам бөсәди. Харакаатлари авләл уңг өск, сунг чап өск бөшәлиди. Уңг өскән бөшәб, өск учларидә "уфери" харакаати ыкрә әтиләди. Харакаат өхирида уңг өск түлиқ түшүб, бир тактда чап өск уңг өсккә чалмаһибрөк 10 см. ча күтарилиди. Гәвдә һа бөш сәл чап өсгә әтиләди, мзи уңгга бурилади. Ту бир тактли харакаатлар чап өскән бөшәб такрөрләнәди. Навбәти билан даһем әтади. /Расм -46 /.

26-шакл. /Давөми/. 2 такт. 20-УСУЛ. Мусиқа үлчөви 3/4.

2-такт. Кейида. Уңг өск учта уңгга айланади. Чап өск өрдән бирәз күтарилади. Уңг кул күксинга рупара келиб, сунг забт билән 1-хәләт өркади 2-хәләтгә күтарилади. Охирида халқка караб кәләди. Оёқлар расмий хәләтдә. Куллар 1-хәләтдә булиб, тиниб келинади.

27-шакл. 21-УСУЛ. Мусиқа үлчөви 3/4.

Хамма катта даһра хөсил қилади. 1-кәтордагилар өлдинга караб келинади, 2-кәтордагилар ярим уңгга, ярим жапга караб кетади. Орқатаги кәтордагилар уңга бурилиб бир өз өркага кетади. 1-такт. Оёқ харакаати "дучава". Уңг өскән бөшәб кичик кадам. Төвөн түлиқ туһади, тиззалар әгилгәнрөк, сунг чап өск өлдинга өзгина түлиқ бөсәди. Тиззалар расмий хәләтгә утади. Куллар 1-хәләтдә, бөш сәл уңг һа чапга бурилади.

2-такт. Чап өскән такрөрләнәди, даһрага тарқалип даһем әтади.

28-шакл. 22-УСУЛ. 3 такт. Мусиқа үлчөви 3/4.

1-такт. Кейида. Оёқ учларидә "қадамли нөх" билән, бир ярим айланыб, даһрага караб келинади.

2-такт. 6-хәләтдә карсак. Бөш һа гәвдә бир өз өлдинга, сунг куллар 1-хәләт өркади 3-хәләтгә утади. Уңг кул ыкерида. Гәвдә һа бөш тикләнәди.

3-такт. "Елка көним" харакаати. 2 марта ыкрә әтилади.

29-шакл. 8 такт. 23-УСУЛ. Мусиқа үлчөви 3/4.

Даһра даһем әтади. 8 такт мөбайнида бир уңгга, бир чапга айланынади. Охирида даһра йуналишига караб кәләди.

1-такт. Уңг өскән бөшәб 3 өски 6 чәхт айланыб, өхирида даһрага өркаси билән кәләди. Айланып. Куллар 1-хәләтдә булади.

2-такт. Кейида. Гәвдә һа бөш сәл өлдинга әгиләди, хамма 6-хәләтдә карсак чалинади. 1-хәләт өркади 3-хәләтгә күтарилиди.

Чап кўл юқерида кўлдаоталар узидан татқарига бир айланиб, сўнг елка қоқин ва кичик тинин.

3-4-такт. Ҳаракатлар чап ёёқдан такрорланиб икромчилар даврага қараб қолади.

5-6-такт. Ҳаракатлар ўнг ёёқдан такрорланади. Икромчилар даврага оёқаси билан қолади.

7-8-такт. Ҳаракат чап ёёқдан чап томонга такрорланади. Охирида икромчилар давра йуналишига қараб қолади. Гава ва бем олдинга эгилади.

Қўллар кўксига рупара "гулбарги" ҳаракати оёқаси 1-ҳолатга очилиб, оўнг бемдан юқерига кўтарилади. Гава ва бем тикланади. Бем устида бир марта қароқ чалинади. /Расм - 47, 48 /.

30-накл. 24-УСУЛ. Муоика ўлчови 6/8. "Қийин уфери".

Свот йуналишига қарши давом этади. Оёқ ҳаракати "қийин уфери". Давра йуналишига қараб ярилади.

1-такт. Ўнг ёёқдан "расмий уфери". Қўллар издан пастроққа тушиб, 6-ҳолат оёқаси 5-ҳолатга, ўнг томонга тўлкинланиб ўтади. Бем қўл ҳаракатларини кузатади.

2-такт. Чап ёёқдан расмий уфери. Қўллар 6-ҳолат оёқаси тўлкинланиб, 5-ҳолат, чап томонга ўтади.

3-такт. Кейида. Ўнг ёёқ унда сал олдинга ва оёқаси тезда босиб, чап ёёқ тўлиқ босган жойида кичик урғи икром этади. Қўллар "гулбарги", 6-ҳолатда. Сўнг ўнг ёёқ урғи билан жойида тўлиқ босиб, бир вақтда чап ёёқ ердан сал кўтарилади.

Қўллар "гулбарги" ва 1-ҳолат оёқаси 3-ҳолатга кўтарилади. Ўнг қўл юқерида. /Расм - 49 /.

Яна шу 4 тактли ҳаракатлар чап ёёқдан бемлаб такрорланади. Қўллар 3-ҳолатда, чап қўл юқерида. Навбати билан 4 тактли ҳаракатлар бир неча марта такрорланиб, қатъга келинади. Сўнг оёқаси билан 16 такт кетишиб, яна 16 такт олдинга келинади.

Охирида оёқлар расмий, қўллар 1-ҳолатда.

31-накл. 4 такт. 25-УСУЛ. Муоика ўлчови 4/4.

1-такт. Кейида. Гава ва бем сал олдинга эгилади. Тиззалар ҳам эгилганрөк. Қароқ 6-ҳолатда.

2-такт. Тиззалар расмий ҳолатга ўтади, гава ва бем тикланиб, қўллар 1-ҳолат оёқаси бем устига ўтиб бир марта қароқ чалади. Қароқдан сўнг қўллар икки ёнга бир ёз очилади.

3-такт. 1 ва 3 ҳисобда чап ёёқ унда тепиб туради. Қўл ҳаракати "майин сабо". Бир ҳисобда ўнг қўл 2-ҳолатга тушади. Бир вақтда чап қўл ёнрөкка очилади, бармоқлар пастга қаратганрөк бўлади. 2-ҳисобга қўллар жойларини алманиб, ҳаракатлар такрорланади. 3-4 ҳисобга навбати билан "майин сабо" ҳаракати такрорланади. Чап ёёқ тепиши давом этади. Бем қўл ҳаракатларини кузатади. /Расм - 50, 51 /.

4-такт. Бир ёз чап томонга, ўнг ёёқдан чап ёёқка чалман тўлиқ қадм босиб, сўнг чап ёёқ ўнг ёёқ оёқасига учи билан босади. Ўнг ёёқ чап томонга тўлиқ кичик қадам босади, сўнг чап ёёқ урғи билан расмий ҳолатга ўтади. Қўллар издан пастга 6-ҳолатга тушиб "гулбарги" ва 1-ҳолат оёқаси бем устида қароқ чалади, бармоқлар юқерида қаратган. Гава ва бем қўл ҳаракатларини кузатади.

32-накл. 26-УСУЛ. Муоика ўлчови 4/4. Такт ҳисобсиз.

Свот йуналишига қарши, даврага оёқаси билан ярилади. Оёқ ҳаракати "ён йурга", тиззалар эгилганрөк. Қўл ҳаракати - "қўл чайқам". /Расм - 52 /.

Ҳамда "майин сабо".

1-2-тактларга 7та "ён йурга". 8 ҳисобга чап ёёқ урғи билан ўнг ёёқ ёнга босилади. Шу ҳисобларга айна пастга "қўл чайқам" ҳаракатлари икром эгилади.

3-такт. Кейида. Чап ёёқ ярим тактга урғи билан учиди босилиб, бир ёз ердан ўзилади ва урғи билан томон тушади. Қолган ярим тактга

ўнг оёқ нап оёқка чалмаш босиб, "уфори" ижро этади. Охирида чап оёқ ўнг оёқ ёнига тўлиқ босади. Қўллар I-ҳолат ерқали беш уотида қарсак, сўнг тиним.

I-9-тактлар такрорланиб бир давра ғриб, сўнг 2-давра кетилади.

33-шакл. 27-ўсул. Мусиқа ўлчови 4/4.

Тактлар ҳисобониз.

Даврага ерқаси билан "ён йўрга" ҳаракати давом этади.

I-такт. 4-та ён йўрга. Қўллар юқоридан 6-ҳолатга тушиб, ўнг томонга 4-ҳолатга ўтади. Утида қўллар юқорига қараган. Охирида қўлдастлар ўзидан танқарига бир айланиб, 4-ҳолат йқунланади. Беш чап томонга бурилади. 2-такт оёқ ҳаракати ўзгармайди, қўллар 6-ҳолат ерқали 4-ҳолат чап томонга ўтади. Беш ўнг томонга бурилади. I-2-тактлар такрорланиб бир давра ғриб сўнг қатерга келинади, халққа қараб келинади.

34-шакл. 8 такт. 27-ўсул. Давоми. Мусиқа ўлчови 4/4.

I-такт. Ўнг томонга черак бурилади. Оёқ ва қўл ҳаракатлари ўзгармайди. Қўл 4-ҳолатларга ўтади. "ён йўрга" фақат ўнг оёқкагина ижро этилади. 4-та "ён йўрга" ҳаракати ижро этилаётган пайтда қўллар 4-ҳолат ўнг томонга ўтади. 2-такт чап томонга ярим бурилиб, ижро этилади. Қўллар 4-ҳолат чап томонга ўтади.

3-4 тактлар ярим бурилиб давом этиб, ерқага ерқаси билан кетади.

5-такт. Олдинга келинади. Ўнг томонга ярим бурилади. 3-та "ён йўрга" ҳаракати. 4-ҳисобга чап оёқ ўнг оёқ ёнида тўлиқ урғи билан босади. Қўллар ўнг томонга 4-ҳолатга ўтади.

6-такт. Мазкур ҳаракатлар навбати билан чап ва ўнг томондан такрорланади. Охирида халққа қараб келинади.

35-шакл. 28-ўсул. 4 такт. Мусиқа ўлчови 4/4.

I-такт. Оёқлар расмий ҳолатда, тиззалар эгилганроқ. Газда ва беш олдига эгилганроқ. Қарсак 6-ҳолатда.

2-такт. Газда ва беш тикланади. Бир тактда қўллар I-ҳолат ерқали

беш уотида қарсак чалади, бармоқ учлари юқорига қараган.

3-такт. I-3 ҳисобда чап оёқ расмий ҳолатда, учда тепиб туради. Қўллар 4-та "майин сабо" ҳаракатини ижро этади.

4-такт. "адамли шох" ҳаракати ижро этилади. Охирида қўллар

3-ҳолатга ўтади. Ўнг қўл юқорида. Рез челинади, "салом" қилинади.

/Бир ёки икки қўл билан/.

МАШҒУЛОТНИНГ УЧИНЧИ БУЛИМИ

36-шакл. 29-ўсул. Мусиқа ўлчови 4/4. I такт.

I-такт. "Шох" ҳаракати. Оёқ ҳаракати "расмий уфори". "Шох"дан сўнг оёқ ва қўллар расмий ҳолатда қолади.

36-шакл. Давоми. 30-ўсул. Мусиқа ўлчови 4/4.

Тактлар ҳисобониз. "ўзум узит" ҳаракати.

2-3-тактларда чап оёқ расмий ҳолатда учи билан тепиб туради.

2-тактда қўллар 3-ҳолатга ўтади. Ўнг қўл юқорида. Ярим тактга

чап қўл ўнг томон кўксига келади. Демак, қўллар 4-ҳолатда бўлади,

лекин ўнг қўл қафти настига қараган, чап қўл қафти ўзига қараган.

Сўнг қўллар бир марта бармоқ қирсиллатиб, сал ўзига қортади.

Ярим тактга чап томонга такрорланади. Демак, 2 тактга 4-та "ўзум

узит" ҳаракати ижро этилади. Беш юқоридаги қўл тағига бурилади.

/Расм -58/. Шу ҳаракатлар билан ошат йўналишига қарши ҳамда

давра йўналишига қараб ғриб, сўнг қатерга келинади. Оёқ ҳаракати

ҳар ярим тактга бир "расмий уфори". Қўл ҳаракати-бир "ўзум узит",

аввал ўнг томонга, сўнг 2-ярим тактга чап томонга такрорланади.

37-шакл. 30-ўсул. Давоми. Мусиқа ўлчови 4/4. 9 такт.

Орқага ерқа билан кетилади. Оёқ ҳаракати "екоатма".

I-такт. Ҳар ярим тактга чап оёқ учда ерқага қадам босади, сўнг

ўнг оёқ оирланиб чап оёқ ёнига келади. Қўл ҳаракати "ёнг қениш".

Қўллар 4-ҳолатда ўнг томонда, ўнг қўл қафти настига қараган,

1-такт. Унг оёқ тоёнда олдинга, унгрёкка босади, чап оёқ учиде оркага, унгрёкка босади. Унг оёқ учи билан бир оз оркага босади. Чап оёқ унг оёқ ёнига учибилан босади. Ҳамма босмалар кичик урги билан, ҳамда кичик қадам билан ихро этилади.

5-такт. 1-тактдаги ҳаракатлар такрорланади. Куллар 6- тактгача секин 1-ҳолатга очилади. Унг кул сал баландрёкка. /Расм -56, 57 /
6-такт охирида унг кул заот билан белнинг олдини кучади. Чап кул 1-ҳолатга қолади. Гавда ва беш тикланади.

7-10- тактгача ҳойида секин айланиш, оёқ ҳаракати давом этади. /3 тепил/. Кул унг белни кучганича айланиб, охирида халкка чап ейка билан қолади. Куллар 1-ҳолатда, оёқлар расмий ҳолатда.

40 шакл. 33 -УСУЛ. Мусика улчови 4/4. 5 такт.

1-4-тактгача. Олдинга шиддат билан келинади. Оёқ ҳаракати унг оёқдан "ён йурга" куллар такт бошланишида тезда 1-ҳолат орқали 2-ҳолатга кутарилиб, тезда мздан паотга 6-ҳолатга "гулбарги" ҳаракати орқали кескин 1-ҳолатга очилади. Бир вақтда гавда ва беш сад олдинга эгилади, крин бошланиши биланок гавда ва беш тигланади. Сунг беш чапга бурилади.

5-такт. Ҳойида. "Шох" ҳаракетидан сунг халкка қараб қолинади. Оёқ расмий ҳолатда, куллар 5-ҳолатда, чап томонда.

41-шакл. 34 -УСУЛ. Мусика улчови 4/4. Тактлар ҳиорбона.

1-2-такт. Ҳойида. 1-3 ҳисобига чап оёқ учи билан расмий ҳолатда тепиб туради. Куллар ҳаракати -"йирик тўлкин". Ярим такт чап томондаги 5-ҳолатдан 6-ҳолат орқали тўлкинланиб, унг томонга 5-ҳолатга ўтади. Гавда ва беш бир оз олдинга эгилади, ҳамда кул ҳаракатларини кузатади. Сунг давра яриб қаторга келинади. Давра нуналишига қараб юрилади. Оёқ ҳаракати-"расмий уфори", кул ҳаракати-"йирик тўлкин".

42-шакл. 34-УСУЛ. /Давони/. Мусика улчови 4/4.

8 такт.

33

чап кул ўзига қараган. Ҳар ярим тактга назбати билан паотки кул ёқридаги кул енгини ўзидан ташқарига кичик урги билан қоқади. 1- марта чап кул унг кул ёнгини қоқади. 2-яримда унг кул чап енгини қоқади. /Расм -54 / Биринчи ярим такт/.

Гавда ва беш чапга ёни билан бир оз эгилади, ёзи унгрёкка бурилади. Йигитлар "енг тертим" кул ҳаракатини бажаради. Куллар 6-ҳолатга назбати билан ярим тактга енг учидан ёқориёкка, анжал унг енгини чап кул дастаси сирлаб тортади. Сунг унг кул чап енгини тортиди. Яна шу тактдаги ҳаракатлар давом этади.

5-8-тактлар. Олдинга келинади. Оёқ ҳаракати-"расмий уфори", кул ҳаракати -"ўзум узил".

9-такт. Ҳойида. Унг кул тезда мз оша 2-ҳолатга кутарилиб, иккала кул бармоқлари кирсиллаб, 1-ҳолатга тушади. /Кафтлар бир паотга, бир ёқорига қарайди/.

38-шакл. 31-УСУЛ. Мусика улчови 4/4. 5 такт.

1-такт. Ярим тактга оркага орқаси билан кетади. Ҳаракат унг оёқдан бир "расмий уфори". Карсак чалинади. Карсак чап кафт унг кафтдан сирланиб, расмий ҳолатга тушади. Унг кул мзи оша 2-ҳолатга кутарилади. Ярим тактга ҳойида. Оёқлар урги билан тўлиқ босади. /Чап оёқ-унг оёқ/. Гавда ва беш тикланади.

2-такт. Шу ҳаракатлар олдинга чап оёқдан уфори билан келади. Унг кафти карсак уради.

3-4-тактлар. 1-2-тактлар такрорланади.

5-такт. "Расмий уфори" билан "шох" ҳаракати ихро этилади. Охирида куллар 6-ҳолатда, унг кул кафти чап кафти терсига урги билан қулади. Оёқлар расмий ҳолатга қолади. /Расм -55 / Иккинчи чап елка билан қолади.

39-шакл. 32-УСУЛ. Мусика улчови 2/4. 10 такт.

Гавда оркага, унгрёкка бурилган, чап биқин ҳамда беш чапга эгилганроқ. Оёқ ҳаракати-3 тепил.

32

өркага өрка билан кетиледи. Оёк ҳаракати - "оқсатма".

1-4-тактлар. Ҳар ярим тактга чап оёк учи билан оркага кичик қадм босади, сўнг унг оёк сирпаниб чап оёк ёнига келади. Аўллар "Ириқ тўлкин" ҳаракатини ижро этади. Охирида қўллар 6-ҳолатда қолади.

5-8-тактлар. Жойида. Ҳар ярим тактга чап оёк учи билан расмий ҳолатда тепиб туради. Аўллар "суя маъж" ҳаракатини ижро этади. Кафлар пастга қараган./6-ҳолатда/. Аўллар майда титраб сал унг томонга утади, сўнг оиллик 6-ҳолатга қайтади. Ярим тактда чап томонга ҳаракат такрорланади. Гавда бир оз олдинга эгиледи, бош ҳам эгилиб қўл ҳаракатларини кузатади.

43-шакл. 35 - УСУЛ. Мусика ўлчоғи 4/4. 4 такт.

1-такт. "Илон изи" йули билан олдинга келинади. Ҳар ярим тактга бир "расмий уфери". Аўллар 6-ҳолатда, "тулбарги" ва 1-ҳолат орқали 3-ҳолатга кутарилади./Чап қўл ёқорида/. Чап оёк унг оёк ёнида учи билан тепади. Бир тактда қўлдастлар ўзидан ташқарига бир айланади, сўнгга кичик тиним. Гавда ва бош бир оз чапга бурилади. Белнинг унг томони унгга эгилганроқ, бош сал оркага эгилган, оз чап қўлга қараган./Расм -58 /.

2-такт. 1-такт ҳаракатлари чапга-олдинга такрорланади.

3-4-тактлар. 1-2-тактлар такрорланади. Оёклар расмий ҳолатда қолади.

44-шакл. 6 такт. 36-УСУЛ. Мусика ўлчоғи 4/4.

"Майин сабо".

1-такт. Жойида. 1-3 ҳисобида чап оёк расмий ҳолатда учи билан тепади. Аўллар "майин сабо" ҳаракатини ижро этади. Жойида. "Расмий уфери" билан "тоҳ" ҳаракатининг охирида унг оёк расмий ҳолатда ург билан тулик босади. Аўллар 7-ҳолатда бўлади, сўнг кичик тиним.

3-такт. Оркага өрка билан кетиледи. Оёк ҳаракати чап оёқдан 2марта "оқсатма". Аўллар 7-ҳолатда, "елка қокш" ҳаракати жүр бўлади.

4-такт. Жойида. "адамли тоҳ" ҳаракати, сўнг қўллар 2-ҳолатда унг қўл

кафти чап кафтга ург билан қўйилади. Бош қўлларга қарайди./Расм -59 /.

5-9-такт. Оркага кетим давом этади. Оёк ҳаракати - "оқсатма", қўллар 2-ҳолатда қарсақ чалади, ҳар қарсақдан сўнг қўл кафти оал кутарилиб, олдинга қарайди./Расм -60 /.

6-такт. Жойида. "уфери", "тоҳ" ҳаракатларидан халққа чап елка билан қилиб, унг қўл бош орқасига қўйилади, чап қўл 1-ҳолатда қолади./Расм -61 /.

45-шакл. 4 такт. 37-УСУЛ. Мусика ўлчоғи 4/4.

1-такт. Чап ён билан олдинга келинади. 1-2 ҳисобида унг оёк тоёни билан чап оёқнинг олдинга босади. Сўнг ург билан туликка тушади, бир вақтда чап оёк ердан кутарилиб, сал оркага қўйилади. Унг пастга қараган. Унг қўл бош орқасида, чап қўл 6-ҳолатда. Кафти пастга ёки ўзига қараган бўлиши мумкин. Гавда олдинга эгилганроқ, бош чапга бурилган./Расм -62, 63 /.

3-4-тактлар. 1-2-тактлар такрорланади.

3-4-тактлар. 1-2-тактлар такрорланиб, охирида халққа қараб қолади. Оёклар 2-ҳолатда бўлиб, унг оёк чап оёққа қўйилади. Аўллар 3-ҳолатга кутарилади, унг қўл ёқорида/. Иттилар 1-4-тактгача унг қўл 7-ҳолатда, чап қўл 1-ҳолатда ва охирида 3-ҳолатда. Унг қўл ёқорида.

46-шакл. 6 такт. 38-УСУЛ. Мусика ўлчоғи 2/4.

"Чархпалак" /"Айланиш" / ҳаракати.

1-4-тактлар. Жойида секин айланиш. Оёк ҳаракати - "ярим қайчи". Унг оёк учи сал ердан узилиб, унгга қўйилади. Сўнг унг оёк тоёни сирпаниб унгга жилади, бир вақтда чап оёк учи сирпаниб, унг томонга жилади. Аўл ҳаракати - "чархпалак". Унг 1-ҳолат орқали өрка белга, кафт терон билан қўйилади. Бош чап қўлни кузатади. Чап қўл 2-ҳолат орқали кафти пастга қараб 7-ҳолатга тушади.

кучади, чап кўл 1-хелатда.

4-5-такт. Өлдинга чап ёни билан келинади, оёқ харакати "ён йурга", кўллар секин-секин 6-хелат орқали 4-хелатга унг томонга утади, беш чап томонга бурилади. Охирида халққа қараб қолади. Оёқ 3-хелатда / чап оёқ учида /.

6-такт. "Шох", "расмий уфери" билан ижро этилади. Охирида оёқлар расмий, кўллар 1-хелатда қолади.

49-шакл. 4 такт. 41-усул. "Мусика улчови 4/4.

1-такт. 1-хисобиди унг оёқ унг томонга тулик кадам босади, бир 6-хелатда қарсак. 2-хисобиди оёқ унг ёнига тулик босади.

Аулар 3-хелатда, кафти кутарилади / унг кўл ичориди / . 3-4-хисобиди "кийгир буйин" харакати ижро этилади. Игитлар "елка көкш" харака-тини ижро этадилар.

2-такт. Харакатлар чап томонга алмашади.

3-4-тактлар. 1-2-тактлар такрорланади. Охирида кўллар расмий хелат-га тумади.

49-шакл. 4 такт. 42-усул. /Давоми / Мусика улчови 4/4.

5-такт. Кейида. 1-2-хисобиди унг томонга чорак бурилиб, унг оёқ кадам босади. Чап оёқ унг оёқ орасига учи билан босади. Бир вақтда кўллар расмий ва 6-хелат орқали бармон-лари пастга қараб 2-хелатга кутарилади. 3-хисобиди чап оёқ учи билан унг оёқ орасида тепади, унг кўл кафти ичорига, бармонк учлари оркага қарайди.

4-хисобиди тиниш. Беш унг кўлни кузатади.

6-такт. Харакатлар чап томонга алмашади.

7-такт. 1-такт харакатлари ижро этилади / унгга ирим бурилади /

8-такт. Чапга чорак бурилиб халққа қараб қолади. Чап оёқларроёв өлдинга кичик кадам босади, оуңг унг оёқ чап оёқ ёнига босади / расмий хелатда / . Аулар 1-2-хелатлар орқали кендан пастга тушиб, 7-хелатга утади. Беш кўл харакатларини кузатади.

/расм -64,65 /.

37

5-6-такт. Кейида. Гавда өзгича унгга бурилиб, оёқлар 2-хелатда бўлади. /Унг оёқ кундаланг / . Огирлик чап оёқда. Чап бел өгирлиги ҳам чапга тунган. Сунг бир нечта "кийгир буйин" харакати ижро этилади. Ижречи айланиб халққа қараб қолади.

46-шакл. /Давоми / . 1 такт. 39 -усул. Мусика улчови 4/4.

7-такт. Кейида "тох" харакати. 2-та "расмий уфери" билан "тох" дан оуңг оёқ расмий хелатда қолади. Аулар 3-хелатда, унг кўл ичориди.

47-шакл. 9 такт. 40-усул. Мусика улчови 4/4.

1-2-такт. 1-хисобиди оирпанишди қарсак. 6-хелатда чап кафт унг кафтга оирпаниб қарсак уради ва кўллар 3-хелатга утади. /Чап кўл ичориди / . Кўласталар прим мушт хелатда бўлади. 2-хисобиди кичик тиниш.

Сунг биринчи бошланишда урги билан унг оёқдан ён йурга харакати бошланади. Даврага орқаси билан кетилади. Аул харакати "кўл чай-қам". Пастдан кафтлар узига қараб набоат билан дасталар бирин-кетин илти тагирокқа келади. Оёқ ва кўл харакатлари хар санокқа биттадан ижро этилади. Гавда ва беш өлдинга эгилгенрок.

3-такт. Кейида. "Шох" харакати ижро этилади. 2-та расмий уфери билан. "Шох" дан оуңг кўллар 3-хелатга утади. Унг кўл ичориди бўлади.

4-9-тактлар. 1-3-тактда ижро этилган харакатлар такрорлениб, катерга келинади.

48-шакл. 6 такт. 40-усул. /Давоми / . Мусика

улчови 4/4.

1-2-тактларга оркага унг ёни билан кетилади. Хар санокқа ён йурга ва "кўл чайқам" харакати давом этади.

3-такт. Кейида. Унгга 2 та тулик айланиш, оёқ харакати "ён йурга". Бошланишда унг оёқ урги билан бошлаб, бир вақтда чап оёқ оирпаниб сал ердан узилиб, оуңг унг оёқ орқасига учи билан босади. 2-ён "йурга" ургисиэ ижро этилади. Айланитда унг кўл белнинг өлдини

50-шакл. 3 такт. Муосика улчови 4/4. 43-УСУЛ.

1-2-такт. Орқага орқа билан кетилади. Оёк ҳаракати - 8 та расмий қадам. Қўллар ҳар чорак тактга қўлоқ ёнида қарсак уради. 1-чоракда ўнг томонга, 2-чоракда чап томонга. Бармоқ учлари ёқорига қараган, 6-ш 1-чоракда чап томонга, 2-чоракда ўнг томонга бурилади. 3-такт. Кейида, "қадамли шох". Бир ярим айланиб ҳалқа орқаси билан қолади, оёқлар расмий ҳолатда, қўллар 1-ҳолатда қолади.

50-шакл. /Давоми/ 4 такт. 44-УСУЛ. Муосика улчови 4/4.

4-5-такт. Орқа билан олдинга келинади, ўнг оёқдан бошлаб расмий қадамлар, қарсаклар ҳар чоракка 2 тадан. Қолган 2 тактда, жойида эгилиш. Чап оёк олдинда, учидан, ўнг оёк тўлиқ босилган. Қўллар 3-ҳолатда/ўнг қўл ёқоридан/. Охирида эгилишдан тикланади. Қўллар расмий ҳолатга тушади.

51-шакл. 45-УСУЛ. Муосика улчови 4/4. Тактлар

ҳисобовиз. "Садр" ҳаракати.

1-2-такт. Тезда ўнг томонга ярим бурилиб, ҳаракатлар ён-ёнга иккунга эгилади. Оёк ҳаракати - "дучава", қўл ҳаракати - "садр". Ўнг оёк ўнг томонга кичик қадам босади. /Томондан бошлаб тўлиққа ўтади/. Тиззалар эгилганроқ. Сўнг чап оёк учи билан ўнг оёк орқасига босади. Ўнг оёк ўнгга кичик қадам босади, тиззалар расмий ҳолатга ўтади. Ўнг қўл расмий ҳолатдан 1-2-ҳолат орқали ёздан пастга, ўнг қўл кўксига тушади, бармоқлар пастга қараган. Сўнг қаффи ёқорига қараб ўз оша 2-ҳолатга қўтарилиб, 1-ҳолат орқали расмий ҳолатга тушади. Гавда сал ён-ёнга бурилади. Теш қўл ҳаракатини қўзғатади. /Расм - 66, 67/.

2-тактда шу ҳаракатлар чап ёнга, чап оёк чап қўлдан тақрорланади. 3-4-тактлар. 1-2-тактлар тақрорланиб, оўнг давра йўналишига қараб, давра яриб каторга келинади, ҳаракатлар ўзгармайди.

52-шакл. 4 такт. 46-УСУЛ. Муосика улчови 2/4.

1-такт. Кейида. Ўнг томонга ўнг оёк учидан бир айланилади, чап

оёк ердан узилади. Охирида оёқлар расмий ҳолатга қолади, буланингда ўнг қўл забот билан 6-1-ҳолатлардан 2-ҳолатга кўтарилади. Чап қўл белнинг олдини қўчади, охирида қарсак 6-ҳолатда.

2-3-тактлар аввал чапга, чап оёқда айланилади/ўнг қўл белни қўчади, оўнг ўнг томонга тақрорланади.

4-такт. Кейида. Тез "шох" ҳаракатини оёк учларида майда қадамлар билан иккунга эгилади. "Шох"дан оўнг қўл ва оёқлар расмий ҳолатда қолади.

53-шакл. 47-УСУЛ. Муосика улчови 2/4.

Тактлар ҳисобовиз. "Улдаста" ҳаракатлари.

1-такт. Жойида/каторда/ бир расмий уфори иккунга эгилади. /ўнг оёқдан/. Ўл ҳаракати - "қўлдаста уйин". /6-ҳолатда тирсаклар бир ўз ўзига тўртилиб, бармоқлар пастга қараган, сал ўнг томонга роқ утилади, ҳамда бармоқлар ёқорига қараб, тирсаклар ёзилади. Сўнг ўзига томон кичик кескин тўртилади. Гавда ва беш қўл ҳаракатларини қўзғатади.

2-такт. 1-такт ҳаракатлари чап томонга тақрорланади.

3-4-такт. 1-2-такт ҳаракатлари тақрорланиб, оўнг давра йўналишига қараб ярилади, ҳаракатлар давом эгилади, оўнг каторга келинади.

54-шакл. 47-УСУЛ. /Давоми/ 16 такт. Муосика улчови 3/4.

Орқага орқа билан кетилади.

1-3-тактлар. "Расмий уфори", "қўлдаста уйин" давом эгилади.

9-16-такт. Олдинга келинади, оёк ҳаракати нуктали ярим,

1-такт. Ўнг оёк учи билан олдинга, оўнг ўзига жилиб, томон тўлиқ тушади.

2-такт. Чап оёқдан тақрорланади, қўлдаста уйин давом эгилади.

54-шакл. /Давоми/ 1 такт. 48-УСУЛ. Муосика улчови 4/4.

Жойида. Чап оёқдан бошлаб оёк учларида "қадамли шох" ҳаракатлари иккунга эгилади. Сўнг оёқлар расмий ҳолатга ўтади. Охирида "салом" қилинади.

55-шакл. 1 такт. 49-УСУЛ. Мусиқа улчови 4/4.

1-такт. Хойида. Оёқ учларида майда қадамлар билан "шох" ҳаракатини ижро этади. "Шох"дан сўнг оёқлар расмий ҳолатда, қўллар 3-ҳолатда, ўнг қўл икерида.

55-шакл. Давоми/. 50-УСУЛ. Мусиқа улчови 4/4.

"Новда эгилиши" ҳаракати. Тактлар ҳисобониз.

2-такт. Хойида. Чап оёқ учи билан ўнг оёқ ёнида тепиб туради.

1-3 ҳисобиди/. 3-ҳолатдаги ўнг қўл чап томонга мулгейм 3-ҳолатга ўтади. Ўтганда бармоқ қироиллатиб билан икунданади. Бом орқа-роққа эгилиб, икки икеридаги қўлга бурилади, бел ёни чап томонга эгилганроқ бўлади. Ўз 1-ҳолатдаги қўлга қарайди.

3-такт. Ҳаракат чап томонга такрорланади. /Расм - 68 /Сўнг давра йуналишига қараб кетилади. Қўл ҳаракати давом этади. /Новда эгилиши/. Оёқлар ҳаракати-ҳар ярим тактга бир" расмий уфори". Сўнг қатерга келинади.

56-шакл. 4 такт. 50-УСУЛ. Давоми/.

Мусиқа улчови 4/4. "Оқсатма" ҳаракати.

1-4-такт. Орқага орқаси билан кетилади. Оёқ ҳаракати "оқсатма" чап оёқ ҳар ярим тактга орқага битта қадам босади, сўнг ўнг оёқ оирпаниб чап ёнга қолади. Қўллар ҳаракати "новда эгилиши" давом этади. Лекин икеридаги қўлга қарадади. 69-расм

56-шакл. Давоми/. 3 такт. 51-УСУЛ. Мусиқа улчови 4/4.

Хойида. 1-такт: қарсак, 6-ҳолатда. Тиззалар эгилганроқ. Гавада ва беш бир ёз олдинга эгилади.

2-такт. Гавада ва беш тикланади, бир вақтда беш устида қарсак, бармоқ учлари икерига қараган.

3-такт. "Расмий уфори" ёки "шох" ҳаракати оёқ учларида майда қадамлар билан баҳариланади. Охирида оёқлар расмий, қўллар 1-ҳолатда.

57-шакл. 8 такт. 52-УСУЛ. Мусиқа улчови 6/8.

1-8-тактлар, даврага тарқалинади. Оёқ ҳаракати-"расмий уфори", қўл ҳаракати 1-ҳолатда. Беш бир такт ўнгга, бир такт чапга бурилади. Оёқлар охирида 2-ҳолатда қолади. /Ўнг оёқ кундаланг/. Даврага орқаси билан туради.

57-шакл. Давоми/. 5 такт. 53-УСУЛ. Мусиқа улчови 6/8.

9-13-тактлар. Хойида. Ўнг томонга секин айланил. Ҳар тактга 2 тадан "ярим қайчи" ҳаракати. Қўллар 1-ҳолатда.

57-шакл. Давоми/. 1 такт. 54-УСУЛ. Мусиқа улчови 3/4.

14-такт. Хойида. Оёқ учларида майда қадамлар билан "шох" ҳаракати ижро этилади. "Шох"дан сўнг 6-ҳолатда қарсак. Оёқлар расмий ҳолатда, ўзи давра йуналишига қараб қолади.

58-шакл. 16 такт. 55-УСУЛ. Мусиқа улчови 3/4.

"Сеч ёзиш" ҳаракати.

1-такт. Давра йуналишига қараб ижро этилади. Оёқ ҳаракати-"оқсатма"ли уфори". Қўл ҳаракати-"сеч ёзиш". Ўнг оёқ олдинга-ўнг томонроққа, сўнг чап оёқ учи билан ўнг оёқ ёнига босади, тезда ўнг оёқ кичик сақраб оал олдинга босади. Кичик тиниб, сўнг чап оёқ учиди урги билан ўнг оёқ ёнига босади. Қўллар дасталари ўнг ёзи томонга утиб, ўзидан ташқарига бир айланиб, сўнг бир оёз ёнга очилади. Ўна дасталар ташқарига бир айланиб, қўллар ёнга катароқ очилади. Сўнг чап оёқ урги билан босганда, ўнг ёздан дастароқда қарсак уради. Гавада ва беш ўнг томонга эгилганроқ, икки чапга бурилган.

/Расм-70, 71, 72 /.

2-такт. Ҳаракатлар чап оёқдан, қўллар чап томондан такрорланади.

3-такт. Расмий қадамлар билан айланил. Ўнг қўл забот билан 1-ҳолат орқали 2-ҳолатга кутарилади. Чап қўл бел олдини кучади.

4-такт. 6 та "чарх" ҳаракати давра йуналишига қараб, ўнг оёқдан бешлаб ижро этилади. Қўллар 1-ҳолатда, охирида 6-ҳолат қарсак.

/бармоқ учлари икерига қараган.

5-16-такт. 1-4-такт ҳаракатлари такрорланиб, қаторга келинади, оёқлар расмий ҳолатда. Халққа қараб қолади.

59-шакл. 4 такт. 56-УСУЛ. Муоинча улчови 3/4.

1-4-тактлар. Ҳаракатлар ён-ёнга ижро этилади. Аввал ўнг, кейин чап томонга. Оёқ ҳаракати - "оқрашди уфори". Қўл ҳаракати - "соч ёзилди". Кейин айланмиш ҳаракати ижро. Охирида қўллар 1-ҳолатга очилади.

58-шакл. Давомий. 57-УСУЛ. Муоинча улчови 4/4.

5-такт. Ҳойида. Ўнг томонга айланиш. Ўнг оёқ чап оёқ орқасида, ҳар ҳисобда учи билан тепади. Чап оёқ тўлиқ боғтеги чапга сийди. Қўллар 1-ҳолатда. Гава ва бем чап томонреққа эгилганроқ. Ўз чап қўлга қараган.

6-такт. Чап оёқ тепиб, чап томонга айланилади. Қўллар 2-ҳолат орқали кўздан дастга 7-ҳолатга тушади.

7-такт. Ҳойида. "Адамдди шех" ҳаракати охирида қўл ва оёқлар расмий ҳолатда қолади.

60-шакл. 58-УСУЛ. Муоинча улчови 2/4. Тактлар ҳисобовиз.

"Майин сабо" ҳаракати.

1-4-тактлар, Ҳойида, чап оёқ учи билан ҳар тактда расмий ҳолатда тепиб туради. Қўллар "майин сабо" ҳаракатини ижро этади.

Ўнг давра йўналишига қараб ҳаракатлар давом этиб, қаторга келинад қадим- чап оёқ учи билан боғланади. Ўнг оёқ тўлиқ боғлади. Ўнг орқага орқа билан кетилади. Оёқ ҳаракати - "оқсатма". Чап оёқ орқага учи да кичик қадам билан ўнг оёқ сирганиб чап оёқ ёнига босади. Қўллар "майин сабо" ҳаракатини давом этади. Гава ва бем ўнг-чапга сал бурилиб жүр бўлади.

61-шакл. 4 такт. 59-УСУЛ. Муоинча улчови 2/4.

1-такт. Қатордан даврага тарқалинади. Даврага орқалари билан қолишади. Оёқ ҳаракати - "оқрашди уфори". Ўнг оёқ олдинга қадам босади, сўнг чап оёқ учи билан ўнг оёқ ёнига босади. Ўнг оёқ тезда кичик оқраб оал олдинга босади, оёғина тиниб, сўнг чап оёқ урғи билан

учида ўнг оёқ ёнига тўлиқ босади. Қўллар шу тактда иккерида дастреққа тушиб, оал ёнга очилиб, 6-ҳолатда қароқ уради. Қароқдан қайтлар очилмай ўз ола бем устига кўтерилади. /Бермек учлари иккерига қараган/. Сўнг қайтлар оал ёнга очилади /қўл ҳаракати - "мурак"/.

2-такт. Ҳаракатлар чап оёқдан такрорланади. Қўл ҳаракатлари ўзгариш майди. 3-4-тактлар ина навбати билан такрорланиб, охирида оёқлар 2-ҳолатда бўлади. /Ўнг қўл кўндаланг/. Қўллар иккерида қолади.

62-шакл. 3 такт. 60-УСУЛ. Муоинча улчови 4/4.

1-2-такт. Ҳойида. Даврада ўнг томонга айланиш. Оёқ ҳаракати "трим қайчи". Қўллар оёқин-оёқин 2-ҳолатдан 1-ҳолатга тушади.

3-такт. Оёқ учларида, ёки тўлиқ босиб майда қадамлар билан "шох" ҳаракати бақарилади. Охирида давра йўналишига қараб келинади. Оёқлар расмий, қўллар 1-ҳолатда қолади.

63-шакл. 24 такт. 61-УСУЛ. Муоинча улчови 2/4.

"Сахти уфори" ҳаракати.

"Сахти уфори" ҳаракати билан давра йўналишига қараб келинади.

1-такт. Ўнг оёқдан олдинга устача қадам, тезондан бошлаб тўлиққа ўтади, тиззалар эгилганроқ. Сўнг чап оёқ учи билан ўнг оёқ ёнига босади. Ўнг оёқ ина олдинга тўлиқ кичик қадам босади. Тиззалар расмий ҳолатда бўлади. Қўллар ҳаракати - чап қўл бем олдини кўчади, ўнг қўл 1-ҳолатдан 2-ҳолат орқали кўздан дастга чап тиреққа, бермек учлари дастга қараб тушади, сўнг ўнг қўл ўз ола 2 қапти иккерига қараб 2-ҳолат орқали 1-ҳолатга очилади. Чап қўл ҳам ёнга очила боғланади. Гава ўнгреққа бурилади, бем ўнг қўлни кўзатади. /Расм-73/ 2-такт. Ҳаракат чап оёқ чап қўлдан такрорланади.

3-4-тактлар. 1-2-тактлар такрорланади.

5-такт. 2 та тез "расмий уфори" билан олдинга кўрилади. Қўллар 1-ҳолатда бўлади.

6-такт. Кейнда, ўнг оёқ тулик бошиб 2 та тепади ҳамда елка кени-
лади.
7-24-тактлар, 1-6-тактларда иккунча эгилган ҳаракатлар яна 3 марта
тасвирланади, ҳамда қаторга келиб, халққа қараб қолади.

64-шакл. 8 такт. 62-УСУЛ. Муоинча ўлчови 2/4.

1-2-такт. Орқага елкаси билан кетилади. "Сахти уфори" ҳаракати
иккунча эгилди. Лекин навбати билан бир кўл орқа белни кучади.

65-шакл. 2 такт. 63-УСУЛ. Муоинча ўлчови 2/4.

1-2-такт. Ўнг оёқдан бошлаб оёқ учларида майда қадамлар билан тезда
олдинга келинади. Охирида чап оёқ расмий ҳолатдаги урги билан тулик
босади. Ўллар 1-ҳолатда.

66-шакл. 5 такт. 64-УСУЛ. Муоинча ўлчови 4/4.

1-такт. Кейнда 4 чоракли айланми. Ўнг оёқ учиде вап олдинга-орқа-
га, яна олдинга бошиб, сўнг чап оёқ ёнига тулик босади. Тезда
тиззалар эгилди, дарров расмий ҳолатга ўтиб, оёқларни тулик босга-
нича сирганиб ўнгга бурилади. Ўллар 1-ҳолатда. Охирида 2-ҳолатдан
из ена 7-ҳолатга тушади. 3-чоракка "елка кеким"нинг майда тит-
ратмаси.

2-4-тактлар. Оёқ ҳаракатлари яна 3 марта тасвирланади. Тулик айланиб,
халққа қараб қолади. 3 такт мобайнида қўллар 7-ҳолатда қолади.
5-такт. Айланмай, 1-тактдаги оёқ ҳаракати тасвирланади. Охирида ўнг
чап оёқ тулик тепади. Бир вақтда қўллар "тулбарги" ҳаракати-
га келиб, кайти ўзига қараган ҳолатда, 3-ҳолатга кўтарилади.

67-шакл. 2 такт. 65-УСУЛ. Муоинча ўлчови 4/4.

1-такт. Орқага орқа билан кетилади. Оёқ ҳаракати ўнг оёқдан бошлаб
"расмий уфори". Охирида ўнг оёқдан расмий ҳолатда тепмалар. Ўллар
3-ҳолатда "тулбарги" ҳаракати орқали 3-ҳолатга ўтади. Чап қўл ккк-
ида. Гава ва боп қўл ҳаракатларини кузатади.

2-такт. 1-такт ҳаракатларини чап оёқдан тасвирланади. Ўнг қўл ккк-
рида қолади. Охирида оёқлар расмий ҳолатда тулик тепади.

68-шакл. 2 такт. 66-УСУЛ. Муоинча ўлчови 4/4.

1-такт. Кейнда. Чап томонга чорак бурилади. Ўнг оёқ чап оёқ олдинга
ургин билан тулик босади. Оёқлар 5-ҳолатда. Гава ва боп бир оз
олдинга эгилди. Сўнг ўнгга чорак бурилади. Ўнг оёқ ургин билан чап
оёққа кўндаланг 2-ҳолатда тулик босади. Бир вақтда гава ва боп
тикланади ҳамда ўнг оёқ 2 марта ургин билан расмий ҳолатда босади.
Ўллар 1-ҳолатда, чап қўл терси билан орқа белни кучади. Ўнг қўл
қўқонига рўпара -нефти ўзига қараган қолади. Сўнг кайти иккунча
қараб, 1-ҳолат орқали 2-ҳолатга кўтарилади. /Расм -74,75 /.

2-такт. Кейнда. Ярим тактда ўнг томонга ўнг оёқда чорак бурилади.
Халққа чап елка билан қолади. Сўнг чап оёқ ўнг оёқ учин томонга
ургин билан тулик босади. Гава ва боп бир оз олдинга эгилди.
Сўнг чап оёқ чапга тулик босади, ўнг оёқ учиде туради. Оёқлар 3-ҳо-
латда қолади. Бир вақтда гава бир оз бурилади. Гава гава ва
боп тикланиб, халққа қараб қолади. Ўнг қўл 1-ҳолат орқали даста
терси билан орқа белни кучади, бир вақтда чап қўл қўқонига рўпара
қолади, кайти ўзига қараган. Сўнг кайти иккунча қараб, 1-ҳолат орқали
ли, 2-ҳолатга кўтарилади, ярим тактда ўнг оёқ учиде ўнг томонга
бир тулик айланим. Чап оёқ ордан узилди. Гава халққа қараб
қолади. Оёқлар расмий ҳолатда. Чап қўл 2-ҳолатда. Ўнг қўл қўқонига
иккунча келиб, кайти ўзига қараган, сўнг забот билан 1-ҳолат орқали
2-ҳолатга кўтарилиб, чап кайтига қараск уради. /Расм -76 /

68-шакл. 1-такт. 67-УСУЛ. Муоинча ўлчови 4/4.

1-такт. Майда қадамлар билан тезда олдинга келинади. Ўллар яздан
пастга расмий ҳолатга тушиб, сўнг 1-ҳолат орқали 2-ҳолатга
кўтарилади. Гава ва боп қўл ҳаракатларини кузатади.

70-шакл. 68-УСУЛ. Муоника улчови 4/4.

Тактлар хисобини. "Қўлдаста уйин" ҳаракати./II хили/.

Даврага ерка билан яриб, о'нг қаторга келинади, яна шу ҳаракатлар икре этилганча, еркага ерка билан кетилади.

1-2-такт. Оёқ ҳаракати ҳар чоракка бир "ён йурга", деиме унг оёқ бешлайди. Ул ҳаракати "қўлдаста уйин". /II хили/. Қўллар 1-чоракда 2-ҳолатдан кескин яздан пастга 5-ҳолат унг томонга тутади. Бом чап томонга бурилади, қолган 3-чоракка

қўллар 6-ҳолатда. /Кафти олдинга қараган/. Сал унгга-чапга яна чапга қараган. Бом қўллар утган томондан ташқарига бурилади.

2-такт. 1-чоракда қўллар 6-ҳолат орқали кафтлар ташқарига бир бурилиб, кескин 5-ҳолат унг томонга утади. Қолган 3 чоракка 6-ҳолатда чапга-унгга, яна чапроққа утади. Бом қўллардан тескерига бурилади, 1-2-тактлар такрорланиб, қаторга келинади. Яна шу ҳаракатлар билан орқага кетилади. Лекин қўллар бешка 2-ҳолатга кутарилмайди. Оёқлар расмий ҳолатда қолади.

71-шакл. 4 такт. 68-УСУЛ./Давоми/. Муоника улчови 4/4.

1-такт. Олдинга келинади. Оёқ ҳаракати-" нуктали ярим". Унг, кейин чап оёқдан бешланади. Қўллар ярим тактга 6-ҳолатдан кафтлар ушига қараб бурилади, кафт юқорига қаретилади: О'нг қўллар сал унг томонроққа қўзилади, ҳамда ўзига кичик ва кескин тортилади. О'нг мулейим өзгина қўзилади. 2-ярим тактга шу ҳаракат 6-ҳолат орқали такрорланади. Бом қўл ҳаракатлариқи қузаатади./Расм -77 /.

4-такт. 1-такт ҳаракатлари яна 3 марта такрорланади. Охирида оёқлар расмий, қўллар 1-ҳолатда қолади.

72-шакл. 1-такт. 69-УСУЛ. Муоника улчови 4/4.

1-такт. Хойида. Қўллар 1-ҳолатдан 2-ҳолатга кутарилиб, о'нг киздан пастга куксита рўпара тутади, кафтлар пастга қараган, о'нг кафтлар олдинга бурилиб, бармоқ учлари рўпара бўлади. Гафда ва бом қўлларни қузаатади./Расм -78 /.

72-шакл. /Давоми/. 4 такт. 70-УСУЛ. Муоника улчови 3/8.

2-такт. Хойида. Унг оёқ расмий ҳолатда тулик тепади. Бир рақтда қўллар кескин 1-ҳолатга кафтлари юқорига қараб очилади, бом ҳам кескин унгга бурилади.

2-3-хисобиди қўллар кескин қайтади, кафтлар олдинга қараб, бармоқ учлари бир-бирига рўпара, бом олдинга бурилади.

3-5-такт. Шу ҳаракатлар яна 3 марта такрорланади.

73-шакл. 70-УСУЛ. Муоника улчови 3/8. Тактлар хисобини.

Даврага ерка билан яриб, о'нг қаторга келинади. Оёқ ҳаракати - "ён йурга".

2-такт. Унг оёқдан 2 та "ён йурга" қўллар юқоридаги ҳаракатларни давом эттиради. 1-ҳолатда, о'нг куксига рўпара қайтади, бом унгга, о'нг туғрига қарайди. Гафда ва бом сал олдинга эгилади, даврадан келиб қаторда халққа қараб келинади. Оёқ ҳаракати узагармайди.

74-шакл. 8 такт. 70-УСУЛ./Давоми/. Муоника улчови 3/8.

1-такт. Унг томонга чорак бурилиб, еркага ён билан кетилади. Оёқ ҳаракатлари 2 та "ён йурга". Қўллар кескин 1-ҳолатга очилади, кафтлар юқорига қарайди. 3-хисобиди кафтлар пастга қарайди.

2-4-тактлар. 1-такт ҳаракатлари яна 3 марта такрорланади.

Кафтлар Бир юқорига бир пастга қарайди, бом унгга-чапга бурилади.

5-8-такт. Хойида 2 та тоз айланам, унг томонга оёқ "ён йурга"

ҳаракатини давом этеди. Қўллар куксита келиб, кафтлар олдинга қараб бармоқ учлари рўпара. О'нг кескин 1-ҳолатга очилиб, кафтлар юқорига қарайди. Ҳаракат такрорланади, охирида оёқлар ва қўллар расмий ҳолатда қолади. Айлаида гафда ва бом олдинга эгилгенроқ бўлади.

75-шакл. 4 такт. 71-УСУЛ. Муоника улчови 4/4.

1-такт. Олдинга келинади. Оёқ ҳаракати ярим тактга унг оёқдан бир расмий уфори. Бир рақтда унг қўл чап елкадан пастроққа кафти

иқориға қараб келади. Тезда 6-1-ҳолатлар орқали ўрта лиқдан ўтиб, 2-ҳолатга кўтарилади. Чап қўл расмий ҳолатда қолади. 2-ярим тактга расмий ҳолатда чап ва ўнг оёқда 2 та тўлиқ тепма. Бир вақтда ўнг қўл 6-ҳолат орқали расмий ҳолатга тушади. Бом ўнг қўл ҳаракатларини кузатади.

2-такт. Шу ҳаракатларни чап оёқ, чап қўл билан такрорлан лезим.
/Расм -79 /.

3-4-такт. 1-2-тактлар такрорланади.

75-шакл./Давоми/. 1 такт. 72-ўСУЛ. Мусика улчози 4/4.

5-такт. Олдинга ўнг оёқдан бир "оакрамли уфори". Ўнг оёқни тўлиқ босиб олдинга ўртача қадам, сўнг чап оёқ учи билан ўнг оёқ ёнига босади. Тезда ўнг оёқ сам сакраб олдинга кичик қадам босади. Оёқлар расмий ҳолатда қолади. Қўллар расмий ҳолатдан сармоқ учлари наотга қаратилиб, 6-ҳолат орқали 2-ҳолатга кўтарилади. Яна тезда нафтлар нескин иқориға қаратилади. Кичик тиним. Гавда ва бом қўл ҳаракатларини кузатади.

75-шакл./Давоми/ 6 такт. 73-ўСУЛ. Мусика улчози 3/4.

6-11-такт. Жойида. 4 ҳисобда қўллар 2-ҳолатдан сармоқларни кир-силлатиб, 1-ҳолатга тушади./Бир вақтда/.

Тиззалар сал эгилиб, қўллар нескин орқа белни дасталар терси билан кучади. Сўнг ўнгга чорак бурилиб, ўнг оёқ сирпаниб олдинга қўйилади, ҳамда яна сирпаниб расмий ҳолатга қайтади.

76-шакл. 5 такт. 74-ўСУЛ. 4 такт. Мусика улчози 6/8.

1 такт. 4/4.

1-4-тактлар. Жойида. Ўнг томонга айланиш. Иқоридаги ҳаракатлар яна 3 марта такрорланиб, охирида халққа қараб қолади./Расм-80/
5-такт. Жойида майда қадамлар билан "шох" ҳаракати, сўнг қўллар 1-ҳолатдан 1 ёки иккела қўл билан "оалом" қилинади. Оёқлар расмий ҳолатда.

БЕШИНЧИ БЎЛИМ. "ШАНГ" МАШҒУЛОТИ.

77-шакл. 1 такт. 75-ўСУЛ. Мусика улчози 4/4.

1-такт. Жойида. "қадамли шох". "Шох"дан қўллар иқорида, елка ке нгли-тида, бармоқ учлари иқориға қараган, нафтлар олдинга қараган.

77-шакл./Давоми/. 76 -ўСУЛ. Мусика улчози 5/8.

Тактлар ҳисобсиз.

Чорактедан бурилишлар билан давра юриб, сўнг каторга келинади.

Оёқ ҳаракати расмий ярим, чап оёқ учида, ўнг оёқ тўлиқ босади.

2-такт. Чап оёқдан бослаб 4 та ўртача қадамлар билан чап томонга давра иқорида қараб чорак буринади. Охирида тиним. Қўллар иқорида қаратилиб, нафтлар бир олдинга, бир орқага, яна олдинга, сўнг орқага кескин буринади.

3-такт. 1-такт ҳаракатлари ўнг томонга чорак бурилиб иқро этилади.

4-5-такт. Шу ҳаракатлар гоҳ ўнгга, гоҳ чапга бажарилади.

6-такт. Яна ўнгга чорак бурилиб, такрорланади. Охирида каторга келиниб, халққа қараб қилинади.

78-шакл. 4 такт. 76-ўСУЛ./Давоми/. Мусика улчози 5/8.

1-4-такт. Орқага орқаси билан кетилади, оёқ ҳаракати-"окоатма".

Хар тактга 2 та "окоатма" иқро этилади. Чап оёқ орқага учи билан қадам босади, сўнг ўнг оёқ тўлиқ босганча сирпаниб, чап оёқ ёнига келади./Расмий ҳолатда/. Охирида тиним. Қўллар иқорида қаратилиб, нафтлар бурилиш давом этади. Гавда ён-ёнга буринади. Охирида оёқлар расмий ҳолатда қолади.

79-шакл. 20 такт. 77-ўСУЛ. Мусика улчози 2/4.

1-4-такт. Жойида. 1-3-такт. 3 та "расмий уфори" билан "шох" ҳаракати иқро этилади. Қўллар 1-ҳолатда қолади. 4 тактга оёқлар расмий ҳолатда, ўнг ва чап оёқлар тепади. Гавда ва бом ён-ёнга енгил буринади.

5-8-тактлар. Олдинга келинади. 5-7-тактгача 3 та "расмий уфори".

/Ўнг оёқдан/.

81-такт. /Давомӣ/. 4 такт. 80-УСУЛ. Муосика улчови 2/4.
7-9-тактлар. Оёқ учларида майда қадимлар билан олдинга келинади.
қўллар ёқоридигича майда титраб, қаторга келингач, оёқлар расмий
ҳолатда қолади.

10-такт. қўллар 1-ҳолатдан 6-ҳолатга ўтиб, қароқ уради. қароқ
урганда чап оёқ тўлиқ тепади. Гавда ва бос олдинга эгилганроқ.

81-такт. /Давомӣ/. 6 такт. 81-УСУЛ. Муосика улчови 2/4.

11-16-тактлар. Хойида. Чап оёқ учиде тепиб туради. Расмий ҳолатда. Охи
рида тўлиқ бевади. қўллар 1-ҳолат орқали оскин-оскин 2-ҳолатга
кўтарилади, дасталар узидан ташқарига бурилишлар билан ехириде
қўллар ёздан пастга 7-ҳолатга тушади.

81-такт. /Давомӣ/. 4 такт. 82-УСУЛ. Муосика улчови 2/4.

17-такт. Хойида /қаторда/ оёқлар ҳаракати -тўлиқ тепмалар. Ўнг-чап,
яна ўнг оёқда. қўллар 7-ҳолатда. Бос ўнг томонга мулоим бурилиб,
оўнг кескин ён-ёнга ияк ҳаракати билан яқунланади.

18-такт. 17-такт ҳаракатлариничап оёқдан бос чапга бурилиб такрор-
ланади.

19-20-такт. 17-18-такт ҳаракатлари такрорланади.

82-такт. 82-УСУЛ. /Давомӣ/. Муосика улчови 2/4.

Тактлар хисобониз.

1-такт. Давра йўналишига қараб юриб, оўнг қаторга келинади. Ўнг
оёқдан бешлаб 3 та расмий юриб. 3-қаданда чап оёқ ердан узилиб,
тизза сукилади, қўллар 6-ҳолатда қароқ уради. /Бармоқ учлари
ёқорига қараган/. қароқдан қўллар ён-ёнга очилиб, гавда ва бос
орқароққа эгилади. /Расм -86 /.

2-такт. Ўрим чап оёқдан такрорланади. қўллар орқага ўтиб, қароқ
уради. Гавда ва бос олдинга эгилганроқ. /Расм 87 /.

1-2-такт. Ҳаракатлар бир неча такрорланиб, қаторга келинади.

83-такт. 6 такт. 83-УСУЛ. Муосика улчови 2/4.

1-6-тактлар. Ўнг томонга чорак бурилиб

51

8-такт. Чап ва ўнг оёқдан тепмалар иккe эгиледи. Гавда ва бос
ўнгга-чапга енгил бурилиди. қўллар 5-тактда бос устига ёқори кў-
тарилиб, кескин "гулбарги" ҳаракатини иккe эгеди. /Расм -81 /.

6-8-тактлар мобайнида дасталар "гулбарги" ҳаракати орқали ёздан-
пастга 6-ҳолатга тушиб, оўнг 1-ҳолатга ечилиди. Бос қўллар хара-
катини қузаатади. 9-10 тактлар. 5-6-тактдаги ҳаракатлар яна 3 марта
такрорланади.

80-такт. 10 такт. 78-УСУЛ. Муосика улчови 2/4.

1-6-такт. Орқага орқа билан кетиледи. Оёқ ҳаракати -"ён йўлга",
ҳар хисобга. қўллар 1-ҳолатдан /кафтлар ҳар санекка кескин ўзи-
дан ташқарига бурилиб/ 2-ҳолатга кўтарилади.

7-10-тактлар. Хойида. 4 марта айланилади. Оёқ ҳаракати -"ён йўлга".
Охирида оёқлар расмий ҳолатда қолади. қўллар айланишда ёқорида
кафтлар бурилиши давом эгеди. Охирида ёздан пастга -"қўлибанд" ҳара-
катига тушади. Ўнг қўл ва чап қўл кафтлари ярим мушт бўлиб, кўкчи-
га рўпара, оралари очик ҳолатда устма-уст қўйилади. /Расм -82 /.

82-такт. 6 такт. 79-УСУЛ. Муосика улчови 2/4.

1-такт. Хойида, ўнг-чап, яна ўнг оёқда тўлиқ тепмалар. Бир вақтда
ўнг қўл кафти муштлигига очилиб, тезда чап қўл мушти тагига
келиб, яна даста мушт бўлади.

2-такт. Ҳаракатлар чап қўл, чап оёқдан такрорланади.

3-4-тактлар. Яна 1-2-такт ҳаракатлари такрорланади.

5-такт. Оёқ ҳаракатлари тепмалар ўнг оёқдан бешланиб такрорланади
қўллар кафтлари ўзига қараган, ярим мушт бўлиб кўкчиға рўпара
бўлади. 3 та кескин оилтаниш ҳаракатлар билан бад пастга тушади.

Гавда ва бос бирез олдинга эгиледи. /Расм -83 /.

6-такт. Оёқ ҳаракатлари ўзгармайди. қўллар муштлири ташқарига қа-
раган, яна 3 та оилтаниб, кескин ҳаракат билан ёқорига кўтарилиб,

муштлир очиледи. /Расм-84, 85 /.

Бос қўл ҳаракатларини қузаатади.

50

еркага ён билан кетиледи. Оёқ ҳаракати ҳар ҳисобга "ён кўрган". Қўллар 3-ҳолатда, ўнг қўл ёқорида. Аудасталар бир олдинга, бир ўстига бурилиб давом этади. Бем чап-оёққа бурилади. Оёқлар расмий ҳолатда қоллади.

84-шакл. 5 такт. 84-ўсул. Мушқа улчови $2/4$.

1-2-тактлар. Хейида. 1-тактда оёқлар 3-ҳолатда, ўнг оёқ учиди. Гавада еғирлиги чап оёққа утади. Ўнг қўл ва она ёқоридан пастга расмий ҳолатда, тироаклар букиниб, чап қўл теменда дасталар ички томони билан учрашади. Гавада ва бем сад чап қўлга бурилади, ҳамда бир оз эғиледи. Сўнг кафтларнинг пастроғи билан 4 марта урилади. Қўллар 3-ҳолатга утади. Ўнг қўл ёқорида. Ўнг оёқ товонига тўдиқ тушиб, чап оёқ учига кутарилади. Гавада ва бем тикланади. Охирида кичик тинит. /Расм -88 /.

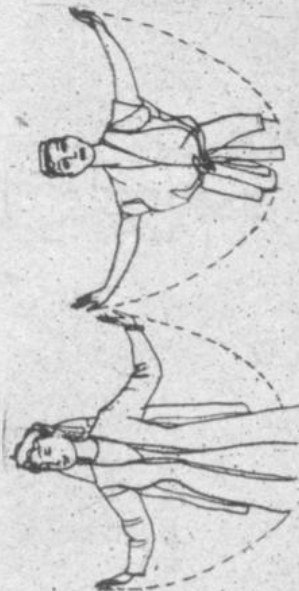
3-такт. Хейида. Чап оёқ учиди чапга "теш" ҳаракатини кўре этади. Ўнг оёқ ердан узилади. Охирида оёқлар расмий ҳолатда, қўллар 3-ҳолатда, ўнг қўл ёқорида қолади. Сўнг тинит. /Расм -89 /.

4-5-такт. Хейида ҳалққа бурилиб, бир ёки иккала қўлда "ошлом" қилди.

ҚўЛ ҲОЛАТЛАРИ



1-расм.
Расмий ҳолат.



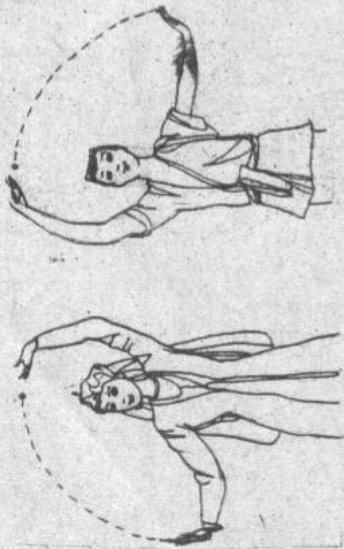
2-расм.
Биринчи ҳолат.



3-расм.
Иккинчи ҳолат.

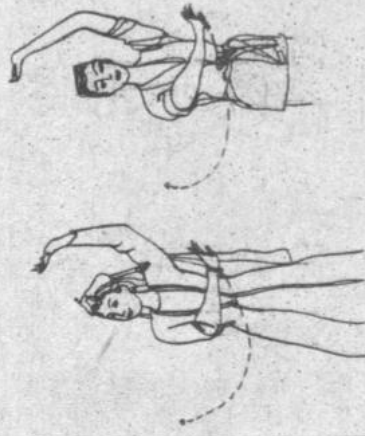
4 -расм.

Учинчи ҳолат.



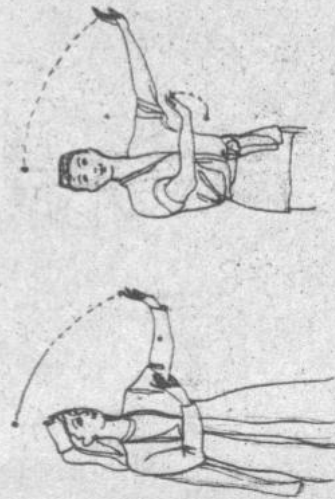
5-расм.

Тўртинчи ҳолат.



6-расм.

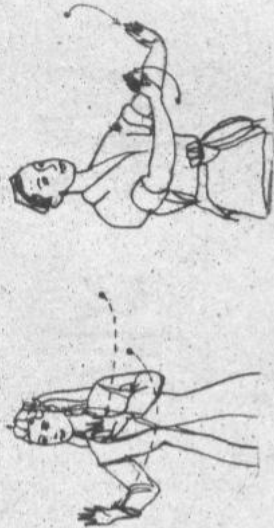
Бешинчи ҳолат.



54

7-расм.

Олтинчи ҳолат.



8-расм.

Еттинчи ҳолат



9 -расм.

Сатемлар.



55



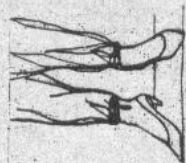
10-расм.

Расмий ҳолат.



11-расм.

Биринчи ҳолат.



12-расм.

Иккинчи ҳолат.



13-расм.

Учинчи ҳолат.



14-расм.

Тўртинчи ҳолат.



15-расм.

Бешинчи ҳолат.



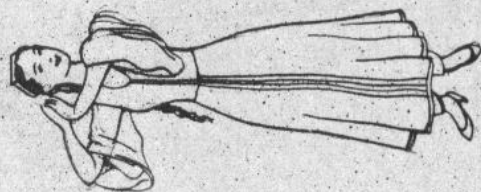
16-расм.

Олтинчи ҳолат.

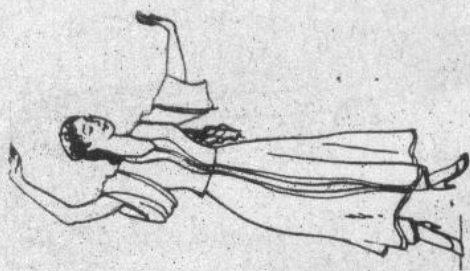


17-расм.

Еттинчи ҳолат.



18-расм.



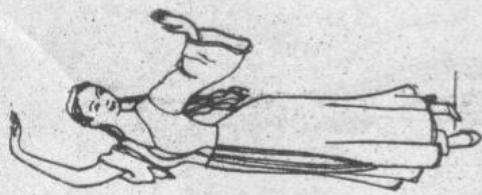
19-расм.



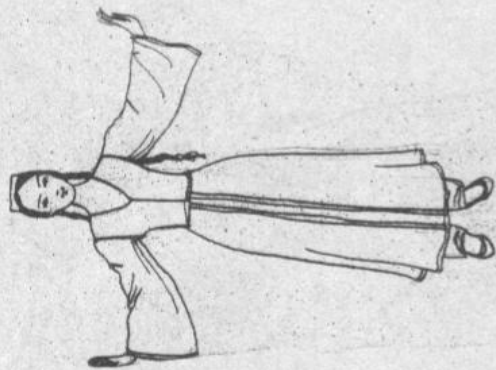
20-расм.



21-расм.



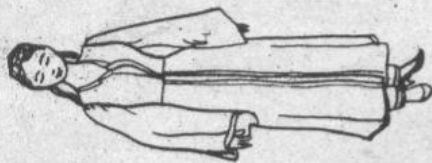
22-рәсәм.



23-рәсәм.



26-рәсәм.



27-рәсәм.



24-рәсәм.



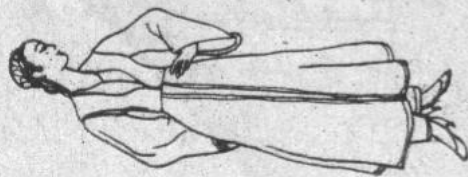
28-рәсәм.



25-рәсәм.



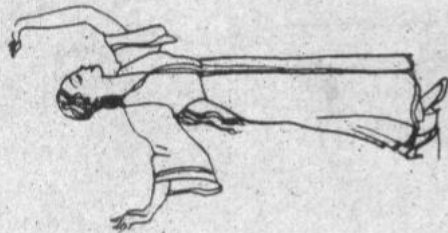
29-рәсәм.



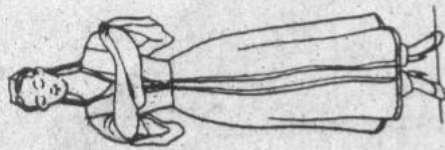
30-расс.



31-расс.



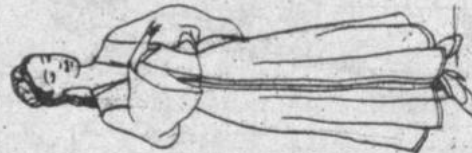
34-расс.



35-расс.



32-расс.



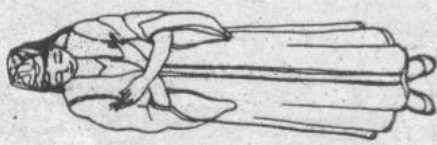
33-расс.



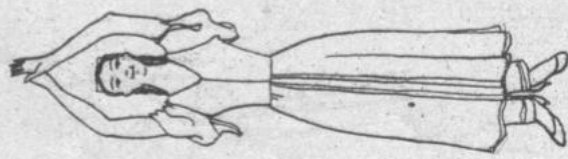
36-расс.



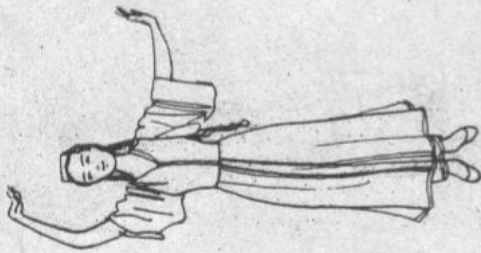
37-расс.



38-расс.



40 -расс.



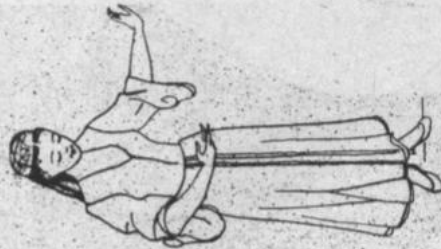
39-расс.



41-расс.



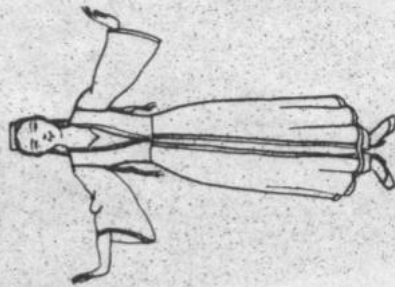
42-расс.



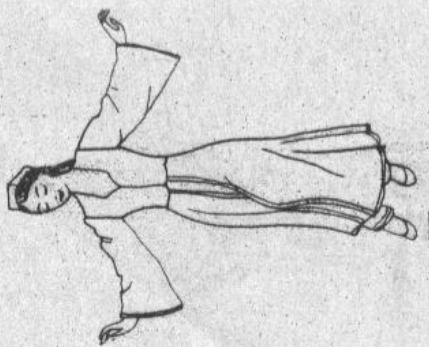
44-расс.



43-расс.



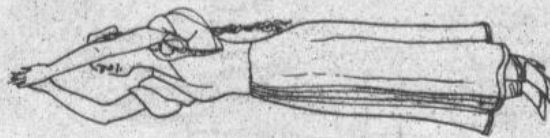
45-расс.



46-рaчм.



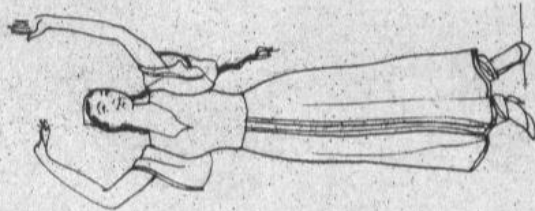
47-рaчм.



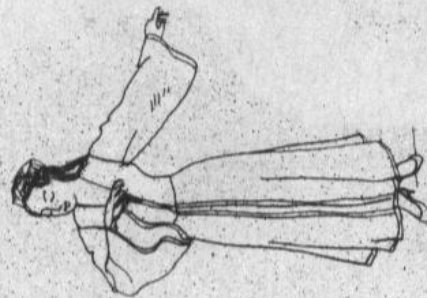
48-рaчм.



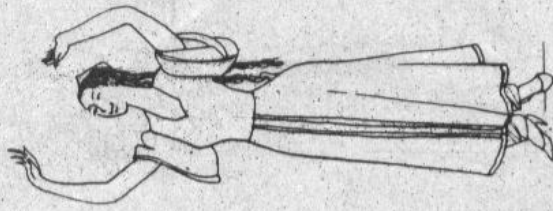
49-рaчм.



50-рaчм.



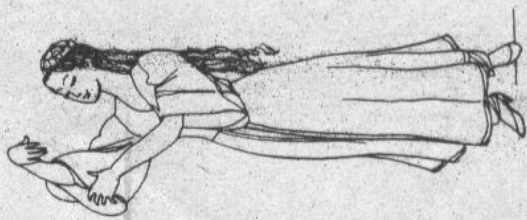
52-рaчм.



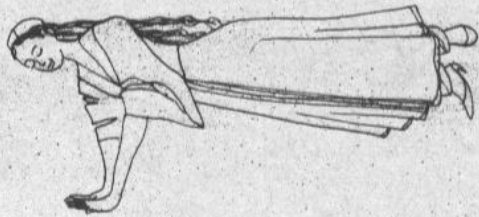
51-рaчм.



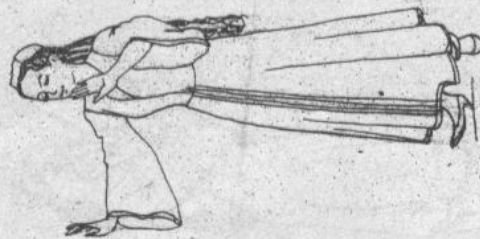
53-рaчм.



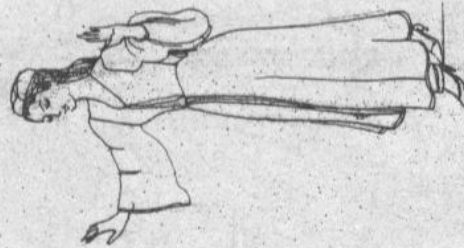
54-рaчм.



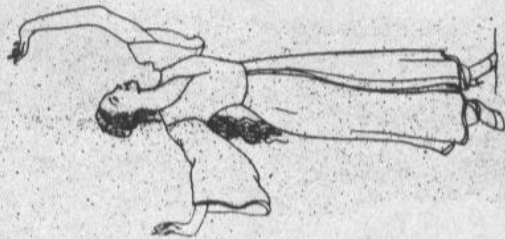
55-рaчм.



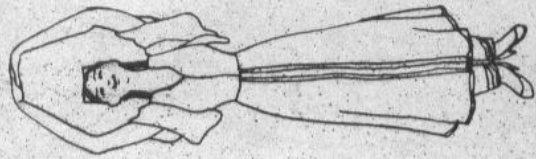
56-рaчм.



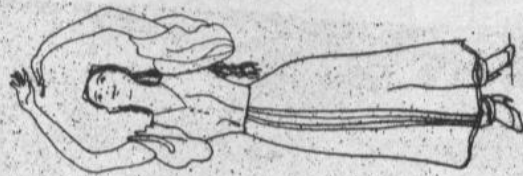
57-рaчм.



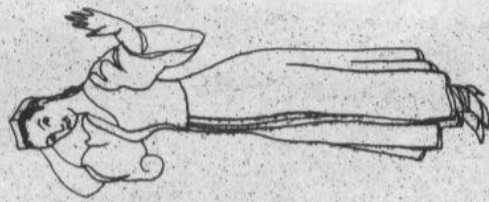
58-рaчм.



59-рaчм.



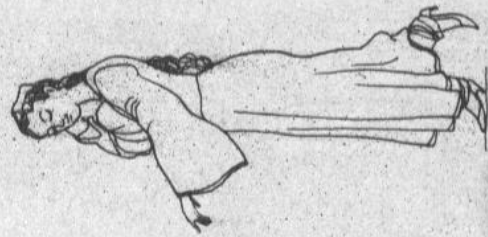
60-рaчм.



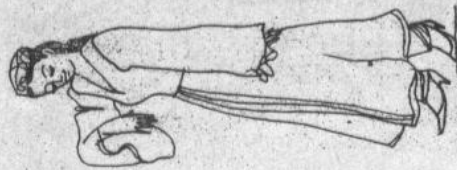
61-рaчм.



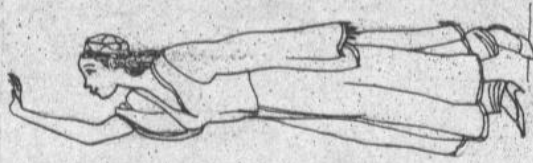
62-расс.



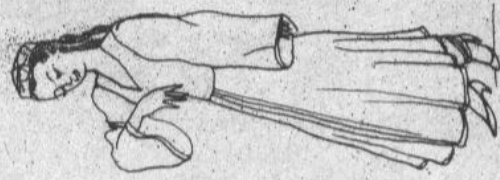
63-расс.



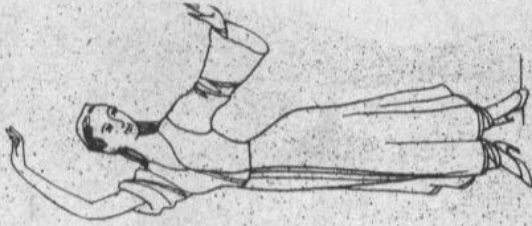
64-расс.



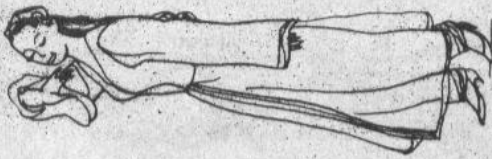
65-расс.



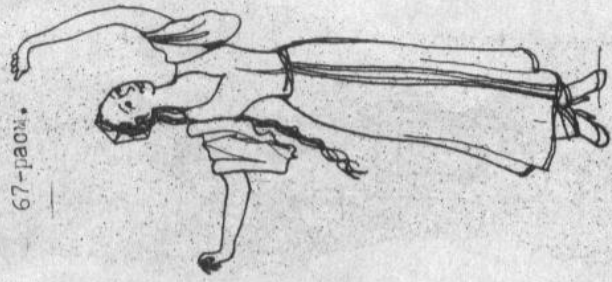
66-расс.



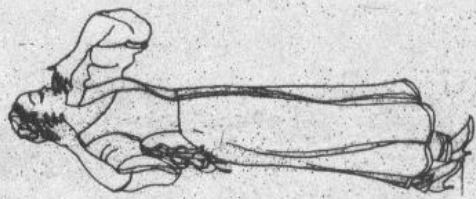
68-расс.



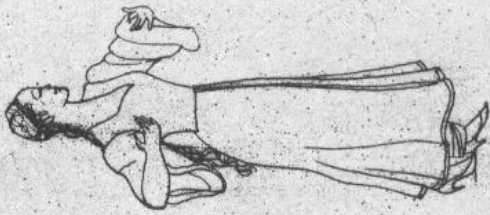
67-расс.



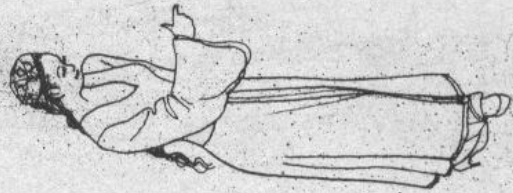
69-расс.



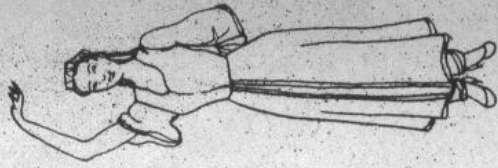
70-рaчм.



71-рaчм.



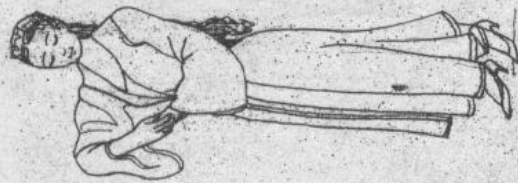
74-рaчм.



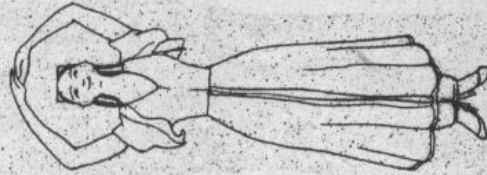
75-рaчм.



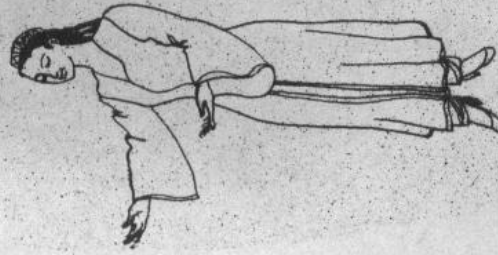
72-рaчм.



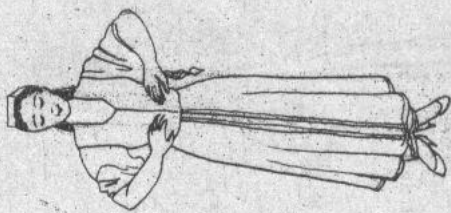
73-рaчм.



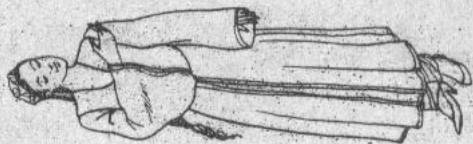
76-рaчм.



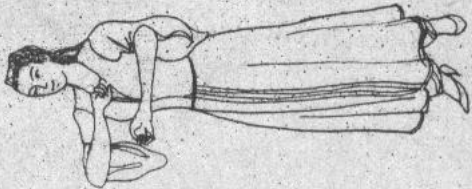
77-рaчм.



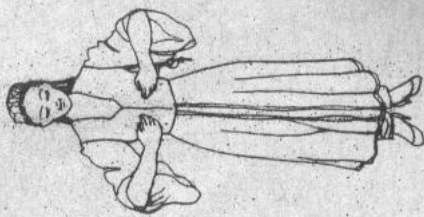
78-рaom.



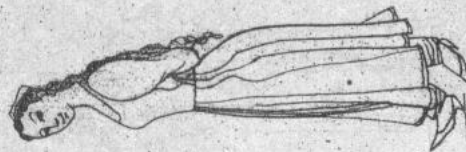
79-рaom.



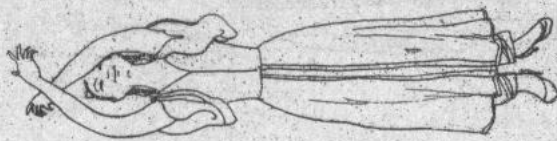
82-рaom.



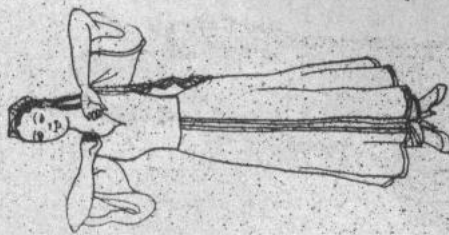
83-рaom.



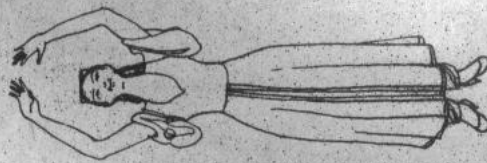
80-рaom.



81-рaom.



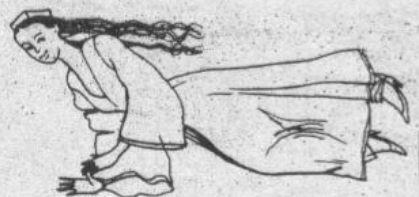
84-рaom.



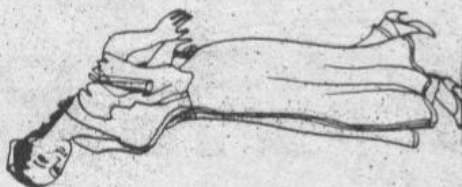
85-рaom.

МУНДАРИХА

Муқаддима	3
Муаллиф сўзи	5
I БЎЛИМ.	
Асосий ҳолатлар	7
II бўлим.	
Саломлар	9
III бўлим	9
муқомлар	
Домра зарбларига ларс мангулоти	12
IV бўлим	40
V бўлим	49
Илова суратлар	53



86-расм



87-расм.



88-расм.



89-расм.

Р — Подписано в печать 24.01.85
Формат: 60 x 84/16 Объем: 4,5 л. л.
Тираж: 300 Заказ: 100

Типография ТИПО им. Ибн-Сино
Ташкент — 700200 пр. Раздольный, 10.