



**“ZAMONAVIY ILMIY YONDASHUVLAR VA TEXNOLOGIK  
TARAQQIYOTNING USTUVOR YO‘NALISHLARI” nomli Respublika  
ilmiy-amaliy masofaviy konferensiyasi  
VOLUME-1, ISSUE-1, 2026**

## **FORMATION OF PROPER BREATHING SKILLS IN STUDENTS DURING VOCAL PERFORMANCE TRAINING SESSIONS**

Samarkand State Pedagogical Institute Senior Lecturer, Department of Music  
Education

**Hamroqulov Naimdjon Baxronovich**

**Abstract.** This article extensively discusses the importance of breath control as one of the fundamental elements of vocal technique for students, as well as its influence on voice quality and intonation. It also analyzes the pedagogical methods, exercises, and the organization of systematic training sessions used to develop breathing skills during lessons. The study further examines issues related to expanding students’ vocal abilities, enhancing their creative thinking, and improving musical expressiveness through the development of proper breathing techniques.

**Keywords:** proper breathing, vocal technique, vocal performance, students, pedagogical methods, training sessions, creative development, music education.

### **XONANDALIK IJROCHILIGI MASHG‘ULOTLARIDA TALABALARNING TO‘G‘RI NAFAS OLIISH KO‘NIKMALARINI SHAKLLANTIRISH**

*Samarqand davlat pedaogika instituti*

*“Musiq ta’limi” kafedrası katta o’qıtuvchısı*

*Hamroqulov Naimdjon Baxronovich*

**Annotatsiya.** Talabalar uchun vokal texnikaning asosiy elementlaridan biri sifatida nafas boshqarishning ahamiyati, ovoz sifati va intonatsiyani ta’sir qilishi mazkur maqolada keng yoritilgan. Shuningdek, mashg‘ulotlarda nafas olishni rivojlantirish uchun qo‘llaniladigan pedagogik metodlar, mashqlar va sistematik mashg‘ulotlarni tashkil etish tartiblari tahlil qilingan. Tadqiqotda nafas olish ko‘nikmalarini



**“ZAMONAVIY ILMIY YONDASHUVLAR VA TEXNOLOGIK  
TARAQQIYOTNING USTUVOR YO‘NALISHLARI” nomli Respublika  
ilmiy-amaliy masofaviy konferensiyasi  
VOLUME-1, ISSUE-1, 2026**

shakllantirish orqali talabalarning vokal imkoniyatlarini kengaytirish, ijodiy tafakkurini rivojlantirish va musiqiy ifodachiligini oshirish masalalari ham ko‘rib chiqilgan.

**Kalit so‘zlar:** to‘g‘ri nafas olish, vokal texnika, xonandalik ijrochiligi, talaba-yoshlar, pedagogik metodlar, mashg‘ulotlar, ijodiy rivojlanish, musiqa ta‘limi.

Xonandalik ijrochiligi jarayonida to‘g‘ri nafas olish ko‘nikmalari vokal texnikaning ajralmas qismi hisoblanadi. Nafas olish nafaqat ovoz hosil qilishni ta‘minlaydi, balki ijro etilayotgan asarning ritmik, temp va intonatsion xususiyatlarini ham tartibga soladi [1]. Yakka ashula mashg‘ulotlarida nafas olishni o‘rgatish samaradorligi yuqori bo‘lib, bu talabalarda ovoz va kuyni boshqarish imkoniyatlarini kengaytiradi.

Mashg‘ulotlarda qo‘llarni biqinlar ustida joylashtirib, qovurg‘alar va qorinni kuzatish orqali nafas harakatlarini sezish muhimdir. Shu orqali nafas olinishining diafragma orqali chuqur va tekis amalga oshishi, qovurg‘alarning yon tomonlarga kengayishi va qorin bo‘shlig‘ining oldinga chiqishi aniqlanadi [3]. Nafasni chiqarish esa o‘qituvchining ishorasi bilan nazorat qilinib, bir maromda, shoshilmasdan amalga oshiriladi, bu ijrochining musiqiy ifodachiligini oshiradi.

Shuningdek, nafas olish tezligi va chuqurligi asarning tempiga, jummalarning uzun-kisqarishiga mos ravishda boshqariladi. Gavda va bo‘yinning to‘g‘ri, erkin holatda bo‘lishi, kislarning ko‘tarilmasligi va diafragmadan nafas olinishiga erishish xonandalik ijrochiligida sifatli vokal ijro uchun zarur shartlardir.

Ovoz tarbiyasining asosiy mezonlaridan biri xonandalarni to‘g‘ri nafas olishga, uni ushlab, tejamli sarflashga o‘rgatish hisoblanadi [2; 91-b.]. Nafas olishning ikki turi mavjud:

1. Aralash pastki qovurg‘a – diafragma usulida nafas olish.
  2. Zanjir yoki ulama nafas olish.
- Pastki qovurg‘a – diafragma usulida nafas olish.



**“ZAMONAVIY ILMIY YONDASHUVLAR VA TEXNOLOGIK  
TARAQQIYOTNING USTUVOR YO‘NALISHLARI” nomli Respublika  
ilmiy-amaliy masofaviy konferensiyasi  
VOLUME-1, ISSUE-1, 2026**

Bu usul xonandalarga oldin tushintirilib, keyin ko‘rsatib berishi kerak. Bunday nafas olishda pastki qovurg‘alar kengayadi. Nafas olishda kiflar va ko‘krak qafasi ko‘tarilmasligi kerak. Ashulachilarda nafas pastga – diafragma olinib, qorinning pastki qismi harakatda bo‘ladi.

Nafas tejamkorlik bilan sarflanishi kerak. Qo‘shiq aytganda haddan tashqari ko‘p nafas olish mumkin emas [5; 23-b.].

Polifonik xor asarlarida yoki cho‘zib turiladigan dominant organ punktlarida uzoq muddat nafas olish imkoni bo‘lmagan hollarda **zanjir yoki ulama nafas olish usuli** qo‘llaniladi [1]. Asarning boshidan oxirigacha bir nafas bilan ijro etish amaliyoti deyarli imkonsiz bo‘lgani sababli, ko‘p ovozli va keng diapazonli asarlarda xonandalar navbatma-navbat nafas oladilar. Shu tarzda, bir xonanda nafas olayotganda, yonidagi xonanda ijroni davom ettiradi va nafasini to‘liq rostlagach, asosiy partiyaga uzluksiz qo‘shiladi. Natijada kuyning uzluksiz va silliq davom etishi ta‘minlanadi [2].

Xonandalarni qo‘shiq aytishga tayyorlash jarayonida bajariladigan mashqlar ovoz sozlash va vokal tayyorgarlikning ajralmas qismidir. Mashg‘ulotlar xonandalarning ovozlarini sozlash, ohang sezish va ritmik intonatsiya qobiliyatlarini shakllantirishga qaratiladi [3]. Shu bilan birga, bu turdagi mashqlar ijro jarayonida nafasni samarali boshqarish va polifonik ijrodagi barqarorlikni ta‘minlash imkonini beradi.

Bu mashqlar 10-15 minut va undan ko‘p daom etadi. Ovozni qo‘shiq aytishga tayyorlash mashqlari ma‘lum tartibda o‘tkazilib, ovozni to‘g‘ri hosil qilishga, to‘g‘ri nafas olishga, yaxshi ansambl va jarangdolikka erishiladi. Natijada xonandalarning ovoz imkoniyatlari mustahkamlanadi [2; 90-b.].

Xonandalarni qo‘shiq aytishga tayyorlashning turli uslublari mavjud:

- mashqlarni butun guruh yoki alohida ovoz turlari bo‘yicha kichik guruhlar bilan ishlash;
- ma‘lum unli tovushlar, bo‘ginlar va so‘zlar yordamida ish olib borish;



**“ZAMONAVIY ILMIY YONDASHUVLAR VA TEXNOLOGIK  
TARAQQIYOTNING USTUVOR YO‘NALISHLARI” nomli Respublika  
ilmiy-amaliy masofaviy konferensiyasi  
VOLUME-1, ISSUE-1, 2026**

- turli tovush yo‘nalishlarida (ligato, stakkato, markato, nonligato) uslubida ish olib borish’
- turli dinamik (tovush kuchi) sur‘at, usullarida ish olib borish;
- ayrim xalq qo‘shiqlari bo‘lakchalaridan foydalanib ishlash;
- diapazonning ma‘lum qismida (ma‘lm registrda) kengaytirib ish olib borish.

Ovozni kuylashga tayyorlash mashqlari oddiydan murakkabgacha bo‘lgan tartibda olib boriladi [5]

**Xulosa.** Xonandalarni to‘g‘ri nafas olishga o‘rgatish jarayoni vokal texnika va ijrochilik mahoratini rivojlantirishning ajralmas qismidir. Nafasni boshqarish mashqlari talabalarda ovozning barqarorligi, intonatsiyaning aniqligi va badiiy ifodaning samarali namoyon bo‘lishini ta‘minlaydi. Shu bilan birga, zanjir yoki ulama nafas olish usuli polifonik va cho‘zib turiladigan asarlarda uzluksiz ijroni ta‘minlashga imkon beradi, bu esa xonandalar repertuarini mukammal ijro etish darajasiga olib chiqadi .

Pedagogik jarayonda nafas olish mashqlarini tizimli tarzda o‘tkazish, nafas olinishining anatomik va musiqiy jihatlarini uyg‘unlashtirish, shuningdek, mashqlarni kuyning tempiga va ohangiga moslashtirish talabalarda professional vokal ko‘nikmalarini shakllantirish va milliy musiqa merosini chuqurroq o‘zlashtirishga xizmat qiladi. Natijada, to‘g‘ri nafas olish metodikasi xonandalik ijrochiligi sifatini oshirish, vokal qobiliyatlarni rivojlantirish va ijodiy ifodani boyitishning samarali vositasi sifatida namoyon bo‘ladi.

#### **Foydalanilgan adabiyotlar**

1. Akbarov I. Musiqa lug‘ati. T., «O‘qituvchi», 1987.
2. Muhammadova O. An‘anaviy xonandalik. Samarqand, 2024.
3. Qudratov I. An‘anaviy xonandalik. Samarqand, 2022.
4. Bo‘riyeva K. An‘anaviy xonandalik (Ayollar ovozi uchun). T., Turon-Iqbol, 2008.
5. R.Tursunov, S.Mannapov. An‘anaviy qo‘shiq ijrochiligi uslubiyati. T.: 2003 yil, 23 b