

BƏDİİ GİMNASTIKANIN İNKİŞAFINDA MUSİQİNİN ROLU



Kifayət Hüseynova,
Naxçıvan Dövlət Universitetinin Bədən
tərbiyəsi və idman kafedrasının baş müəllimi
e-mail: nurv7487@gmail.com



Aidə Novruzova,
Naxçıvan Dövlət Universitetinin Orkestr
alətləri və dirijorluq kafedrasının müəllimi
e-mail: aidenovruzova@mail.ru

UOT: 581, 121

Xülasə. Məlumdur ki, bədii gimnastikanın zənginləşməsində, inkişaf etməsində, gözəlləşməsində musiqinin çox böyük təsiri vardır. Çünki musiqi insan ruhunu oxşayır, insanı yaşamağa və yaratmağa ruhlandırır. Demək olar ki, bədii gimnastika musiqi ilə nəfəs alır. Musiqi və idmanın birliyi, vəhdəti, ayrılmazlığı həmişə sübut edilmişdir. Gimnast və akrobat hər bir hərəkəti üçün gözəl bir musiqi, kəskin nəغمə seçir. Musiqi elə seçilməlidir ki, gimnastın, akrobatın ruhu gözəlləşsin, həvəsi artsın və nailiyyət qazansın.

Məqalədə Azərbaycanda bədii gimnastikanın tarixindən, inkişafından və onun formalaşmasından bəhs edilir. Həmçinin bədii gimnastikanın və rəqs hərəkətlərinin musiqi müşayiəti ilə alətsiz və alətlərlə (ip, halqa, top, güzrlər, lentlər) hərəkətlərin icra olunmasından söhbət açılır.

Açar sözlər: akrobatika, gimnastika, bədii akrobatika, psixofizioloji idman, musiqi, bəstəkar.

Key words: acrobatics, gymnastics, artistic aerobics, psycho-physiological sports, music, composer.

Ключевые слова: акробатика, гимнастика, художественная акробатика, психофизиологические виды спорта, музыка, композитор.

Bədii gimnastika İsveçdə yaranan idman növüdür. Aktyorluq, balet, musiqi və pantomim ilə birlikdə edilən bədii gimnastika turnirlərində yalnız qadın idmançıları iştirak edirlər. Bədii gimnastika rəqs sənətinə yaxın və məktəbli qızların estetik tərbiyəsinə töhfə verən idman növlərindən biridir. Bədii gimnastikanın əsas məqsədi ahəngdar inkişaf, motor qabiliyyətinin hərtərəfli yaxşılaşdırılması, sağlamlığın inkişafı və yaradıcı uzunömürlülüynün təhlil edilməsidir. Bədii gimnastika bədənə gözəllik verməklə yanaşı, ona güc verir, qədd-qaməti gözəlləşdirir,

insanda mərdlik, hərbiçilik, vətənpərvərlik hisləri aşılayır. Təsadüfi deyildir ki, yunanlar bu idman növündən hərbiçilərin hazırlanmasında istifadə edirdilər. Bədii gimnastikanın uğurları musiqi ilə sıx bağlıdır və demək olar ki, musiqi ilə nəfəs alır. Olimpiya idman növlərindən olan bədii gimnastika çox çətin və incə idmandır. Onunla sintez edilən musiqi isə ruhu oxşayır, insanı yaşamağa ruhlandırır, həvəsləndirir və gözəlləşdirir.

Azərbaycanda bədii gimnastikanın yaranma və inkişaf tarixi XIX əsrin 40-cı illərinə təsadüf edir. Ölkəmizdə bu idman növünün forma-

laşması Nadejda Merkulovanın adı ilə bağlıdır. Qızlardan ibarət qrup yaradan Nadejda Merkulova bu idman növünün inkişafında uzun müddət fəaliyyət göstərmişdir. Məhz onun rəhbərliyi altında hazırlanmış gimnastlar beynəlxalq yarışlarda uğurlar qazanmışlar. Larisa Zebina, Lina Vinniskova, Nina Hacıbəyli, Elmira Hacıyeva, Mina Libeyova belə gimnastlardandır.

Bədii gimnastika – gimnastika və rəqs hərəkətlərinin musiqi müşayiəti ilə alətsiz və alətlərlə (ip, halqa, top, güzrlər, lent) icra olunduğu bir idman növüdür. Bədii gimnastika 1985-ci ildən daha da inkişaf etməyə başlamışdır. Kompozisiyalı idman növü olan bədii gimnastikanın əsas xüsusiyyətləri çox yüksək bədən çevikliyi və hərəkəti fəallıq tələb edən ən çətin akrobatik hərəkət elementlərinin bir-biri ilə birləşməsidir. Bu birləşmədə musiqinin böyük rolu və əhəmiyyəti vardır. Bədii gimnastikanın əsasını düzgün tərtib olunmuş musiqi təşkil edir. Bədii gimnastikanın zənginləşməsində, inkişaf mərhələsində, gözəlləşməsində musiqinin təsiri olduqca böyükdür. Musiqi idmanın, eləcə də bədii gimnastikanın ayrılmaz tərkibi, idmançıların həyat tərzidir. İdman tarixində ilk Olimpiya oyunlarının musiqi ilə birlikdə keçirilməsi tarixi bir ənənədir. Bir həqiqəti də etiraf edək ki, musiqinin idman ilə qoşa yaranması nəticəsində XX əsrdə bədii gimnastika ilə bərabər, akrobatik gimnastika, aerobika və s. kimi musiqili idman növləri də yaranmışdır.

Musiqi bədii gimnastika ilə məşğul olanlarda cəsarət, sevinc, ruh yüksəkliyi yaradır. Musiqinin bədii gimnastikaya verdiyi gözəl təəssürat insanın ruhuna təsir edir. Ona görə də musiqi sədaları altında keçirilən məşqlər, yarışlar və göstərişlər idmançını yormur. Cəld və sürət tələb edən ritmik hərəkətlər musiqinin sədaları altında daha cazibədar olur. Məşq zamanı seçilən musiqi bioritmik, sakit və axıcı olmalıdır. Odur ki, bəstəkarlar adətən idman yarışları, tədbirləri və bayramları üçün musiqi yazarkən onu təkcə bir yarış üçün deyil, daim istifadə olunması üçün nəzərdə tuturlar.

Azərbaycanın idman tarixində bəstəkarlarımızın müxtəlif bədii gimnastika festivallarına həsr edilmiş gözəl kantataları, musiqiləri vardır. Musa Musayev, Niyazi, Rauf Hacıyev, Cahangir Cahangirov, Aqşin Əlizadə, Arif Məlikov,

Ağabacı Rzayeva, Asəf Zeynallı, Azər Rzayev, Cahangir Quliyev, Əhməd-Cövdət Hacıyev, Eldar Mansurov, Emin Mahmudov, Əzizə Mustafazadə, Firəngiz Əlizadə, Mirfaiq Sücəddinov və digərləri idmanla musiqinin qarşılıqlı əlaqələrindən və vəhdətindən bəhs edən musiqilər yazmışlar.

Bədii gimnastika çıxışları ölçüsü 13x13 m olan gimnastika xalçası üzərində yerinə yetirilir. Musiqi kompozisiyasının tətbiqi, seçimi gimnast və məşqçinin zövq və istəyindən asılıdır. Məşqçi və musiqiçi elə bir musiqi tətbiq etməlidir ki, idmançının musiqiyə münasibəti vəhdət təşkil etsin. Tətbiq olunan musiqinin çox güclü energetik xüsusiyyətlərə, psixofizioloji təsir imkanlarına, müalicəvi effektlərə, mənəvi və ruhi qidalanmaya, psixoloji tətbiqinə malik olması hələ qədim dövrlərdə orta əsr filosoflarının, şamanların, təbabət alimlərinin, həkimlərin, idmançıların, psixoloqların, musiqi sənətkarlarının marağına səbəb olmuş və bu sahədə araşdırmalar, traktatlar yazılmış, zəngin praktiki təcrübə qazanılmışdır.

XIX-XX əsrlərdə bədii gimnastika məşqlərində idmançının fizioloji və psixoloji cəhətdən güclənməsində musiqinin tətbiq edilməsinə dair idman təbabəti və idman psixologiyası üzrə musiqişünaslar tərəfindən tədqiqatlar aparılmış və idmanda tətbiq edilmişdir. Musiqi anlayışının elmdə də tətbiqi real olaraq musiqinin idmanda və digər sahələrdə tətbiqi nəticəsində yaranmışdır. Təsədüfi deyildir ki, idman və gimnastika məşqlərinin musiqi ilə aparılması artıq xeyli vaxtdır ki, sabit bir ənənəyə, idmançı hazırlığının vacib amillərinə çevrilmişdir. Hazırda fiziki məşqlər, yarışlar zamanı gimnastlara, həm ritmik hərəkətli, nikbin, rok, rok-n-rol, n-rok, pop, rep nümunələrinin populyar hiplərini, həm sakit, həm aramlı, lirik, gözəl təbiət təsvirli instrumental melodiyları, həm də klassik musiqini dinləmək tövsiyə olunur. Odur ki, məşqçi və musiqiçi idmanda musiqinin tətbiqinə diqqət yetirməlidir.

İdman və musiqi xalqlar arasında sülh, dinclik, dostluq və ünsiyyət vasitəsidir. İdman mövzusunda ən qədim musiqi nümunələri musiqi folklorunda yaranmış, musiqinin gimnastikada yer alması isə orta əsr miniatürlərində əyani göstərilmişdir. Azərbaycan bəstəkarlarının yaradıcılığında da buna rast gəlirik. Demək olar ki,

bir çox bəstəkarlarımız bədii gimnastika üçün əsərlər yazmış və bu əsərləri gimnastika hərəkətlərinə uyğun tətbiq etmişdirlər.

1961-ci ildən bədii gimnastikaya güclü axın müşayiət olunmuşdur. 1965-ci ildə Azərbaycan gimnastı Lina Vinnikova Bolqarıstanda keçirilən tələbələrin Ümumdünya Spartakiadasında çempion adını qazanmışdır. 1984-cü ildən bədii gimnastika daha da inkişaf etməyə başladı. Həmin ildə Yana Saplina ən güclü gimnast seçildi və 1985-ci ildə "Ümid kuboku"na sahib oldu. 1986-cı ildə Türkiyədə keçirilən Beynəlxalq Uşaq Festivalında Dilarə Nəbiyeva və Natalya Bulanova bürünc medal qazandılar. Qeyd etdiyimiz kimi, gimnastika yarışlarında musiqi böyük əhəmiyyət kəsb edir. Azərbaycanlı gimnast Gülsüm Lətifzadə həmişə qeyd edir ki, mən gimnastikanı musiqisiz təsəvvür etmirəm. Yarışlar zamanı məşqçi bədii gimnastika üçün sürətli və ya klassik musiqi seçir. Yarışa hazırlanarkən hər bir gimnast üçün musiqi ayrıca seçilir. Əvvəlcə bir kompozisiya seçilir, sonra isə yerinə yetirmək üçün lazım olan bütün elementlər musiqiyə tətbiq olunur. Musiqi müşayiəti həm gimnastın, həm də elementlərin ruhunu gözəlləşdirir. İnsanın fiziki formasının və xoş əhval-ruhiyyəsinin, orqanizmin müqavimət qabiliyyətinin saxlanılmasına yönəldilmiş vasitələrdən ən mühümüdür. Elə ona görə də bədii gimnastika üçün şən, klassik və romantik musiqilər seçilməlidir.

Gimnastika ilə məşğul olanların ahəngdar inkişafı, motor qabiliyyətinin hərtərəfli yaxşılaşdırılması, sağlamlığın inkişafı, yaradıcı uzunömürlülüyn təmin edilməsi bədii gimnastikanın əsas məqsədidir. Ona görə də elə orta məktəbdə gimnastikanın tədrisinə xüsusi fikir verilməli, müntəzəm məşğələlər aparılmalıdır. Gimnastikaya həvəs və maraq elə orta məktəbdən yaranır. Düzgün və sisteməlik təşkil edilmiş məşğələlər və məşqlər gimnastların elə uşaq yaşlarından motor bacarıqlarının hərtərəfli inkişafına, hamar hərəkətləri yerinə yetirmə qabiliyyətinə təsir edir. Qeyd edək ki, bədii gimnastikanın düzgün, sisteməlik, mənalı tərtibatı bəstəkar və məşqçinin fəaliyyətindən, birgə çalışmasından asılıdır. Onların birgə fəaliyyəti nəticəsində gözəl kompozisiya alınır. Əvvəlcə bu kompozisiyanın ruhu başa düşülməli, sonra

təməşaya sanki bir hekayə təqdim etmək lazımdır. Araşdırma nəticəsində belə qənaətə gəldik ki, bədii gimnastika üçün şən, klassik və romantik musiqilər seçilməlidir. Nümunə olaraq aşağıdakı musiqiləri sadalaya bilərik: "Romeo və Cülyetta", "Amelle" kinofilmindən səslənmə, Lalo Schiffrin – "Misiyomuz tamamlandı", Dj. Dado – "Missiya mümkün deyil", Jennifer Lopez – "Lonus əldə edin", Dj. Street Style Feat – "Vanessa Mae", "Euphoria" (piano-skripka), "Jingle Bell Rock", Alex On The Spot – "Duo FİFA-Sivka Burka", Thalia – "Ritmo del Sol", Chris Parker – "Symphony-2011", "Jingle Bell Rock", Patrizio Buanne – "Bella, bella, signorina", "Tsigon" filmindən səslənmə, Loituma İevan – "Polka", Bellini – "Samba de Janeiro", Aphex Twin – "Outside", Giovanni Marradi – "Mənim Sevgi", Didula – "Toro-ko-ko, pak, pak...", "Mənim kiçik Pony" seriyasından olan soundtrack, Lou Bega – "Mambo №5", D.Malikov – "Madriddə gecə" və s. bütün bunlardan aydın olur ki, musiqi idmanın, eləcə də bədii gimnastikanın ayrılmaz tərkib hissəsi, gimnastların həyat tərzidir.

İdman dövlət himnlərinin səsləndiyi, dövlət bayraqlarının qaldırıldığı kütləvi bir məkandır, sosial sferadır. Himnin özü də musiqi ilə idmanın vəhdətidir. Musiqi və idmanın vəhdəti birliyi, ayrılmazlığı həmişə diqqət mərkəzində olmuşdur. Bu birlik, bu vəhdət gəncliyə sağlamlıq, gözəllik, sevinc bəxş edir, qələbə ovqatı yaradır, uğurlar, nailiyyətlər əldə etməsinə səbəb olur. Bu vəhdətin gözəlliyi ruhun qidası olmaqla yanaşı, insanın sağlamlığına da əvəzsiz töhfədir.

Nəticə. Bədii gimnastikada musiqinin düzgün, sisteməlik, mənalı tərtibatı bəstəkar və musiqiçidən çox asılıdır. Onların birgə fəaliyyəti nəticəsində gözəl kompozisiya alınır. Musiqidən və bədii gimnastikadan istifadə etməklə, gənc gimnastın koordinasiyasının inkişafını müşahidə etmək mümkündür.

ƏDƏBİYYAT

1. Azərbaycan Milli Olimpiya Komitəsi (20 illik yubiley tədbiri). Bakı, 2012.
2. Nərimanov B.Ə., Əliyeva S.Ə. İdman gimnastikası. Bakı, Müəllim, 2004.
3. Həsənova Ş. Musiqi tarixində mühazirələr. Bakı, Gənclik, 1976.

4. Musiqi ədəbiyyatı. Bakı, Şirvan, 2010.

A.Novruzova, K.Huseynova
The role of music in the development of
rhythmic gymnastics

Abstract

It is known that music has a great influence on the enrichment, development and beautification of rhythmic gymnastics, because music resembles the human spirit, inspires people to live and create. It can be said that rhythmic gymnastics breathes with music. The unity, unity and indivisibility of music and sports has always been proven. Music and sports form a unity. Gymnast and acrobat choose a beautiful music, sharp song for each movement. The music should be chosen in such a way that the soul of the gymnast and acrobat becomes more beautiful, more excited and more successful.

The article deals with the history, development and formation of rhythmic gymnastics in Azerbaijan. It also mentions the performance of rhythmic gymnastics and dance movements with or without apparatus (rope, hoop, ball, clubs, ribbon, etc.) with musical accompaniment.

А.Новрузова, К.Гусейнова
Роль музыки в развитии
художественной гимнастики

Аннотация

Известно, что музыка имеет большое влияние на обогащение, развитие и благоустройство художественной гимнастики, ведь музыка подобна человеческому духу, вдохновляет людей жить и творить, можно сказать, художественная гимнастика дышит музыкой. Всегда доказывалось единство, единство и нераздельность музыки и спорта. Музыка и спорт образуют единство. Гимнастка и акробатка подбирают для каждого движения красивую музыку, острую мелодию. Музыка должна быть подобрана так, чтобы дух гимнаста и акробата становился красивее, полнее и успешнее.

В статье рассказывается об истории, развитии и становлении художественной гимнастики в Азербайджане. Также обсуждается выполнение художественной гимнастики и танцевальных движений без инструментов и с инструментами (скакалкой, обручем, мячом, булавами, лентами) под музыку.