

Raqs



Raqs musiqa sadolari ostida ijro etiladigan xatti-harakatlardir.



Biz raqs orqali quvonch, g'am, xursandchilik, faxr va boshqa hissiyotlarni ifodalaymiz. Raqsda tanamiz turli xatti-harakatlar orqali hayotning rang-barangligi va yorqinligini ko'rsatib beradi.

Sakrash, aylanish, qarsak chalish yoki mayin harakatlar orqali raqsga tushish mumkin. Raqsning **shiddatli** va **sokin**, **erkaklar** va **ayollar** hamda **bolalar raqsi** kabi turlari mavjud.

Lazgi – **sho'x** va **jo'shqin** o'zbek raqsi.

Bunda raqqoslar qo'llarini go'yoki havoda naqsh chizayotgandek tez harakatlantiradilar, barmoqlar esa o'z tilida so'zlashadi. Ushbu raqs quvonch, erkinlik va ruhiyat kuchini namoyon etadi. Odamlar **lazgi**ni ijro etayotib, o'zlarining g'ayrati va baxtini ifodalaydilar. Ushbu raqs musiqasi uning quvnoq tabiatini aks ettiradi.



6

Lazgi – o'zbek xalq raqsi

Polka – quvnoq va shiddatli raqs.

Bunda raqqoslar musiqa ritmiga mos holda sakraydilar, aylanadilar va qarsak chaladilar. Ushbu raqs o'yinga o'xshaydi, u juda quvnoq va qizg'in. Polka raqsi juftlikda ijro etilib, unda go'yoki maysazorda parvoz qilayotgan qushchalar kabi yengil harakatlar qilinadi.



7

*Polka –
Yevropa raqsi*

Vals – nozik harakatlar bilan ijro etiladigan juda go'zal raqs.

Bunda juftliklar mayin musiqa ostida aylanib raqsga tushadilar. Raqqoslar go'yoki suzayotgandek yengil va nozik harakatlanadilar. Ushbu raqs xuddi atrof mo'jiza bilan burkalgandek ertakni eslatadi.



8

*Vals –
nemis raqsi*



O'zingizga yoqqan raqslardan birini tanlab, u haqida qiziqarli ma'lumotlar tayyorlang.

