

DUDUQLANISHNI BARTARAF ETISHDA KOMPEKS METODLARNI QO'LLANILISH DARAJASI VA DOLZARBLIGI

Barnoxon Xasanova Abdusattor qizi

*Toshkent kimyo xalqaro universiteti Namangan filiali “Maxsus pedagogika
Logopediya” yo'nalishi 1-kurs magistranti*

Annotasiya: Ushbu maqolada duduqlanish nutq kamchiligi bo'lgan bolalar bilan duduqlanishni bartaraf etishda qo'llaniladigan texnologiyalar va duduqlanishni bartaraf etishda kompleks metodlarni qo'llanilish darajasi va dolzarbligi yoritilgan.

Kalit so'zlar: duduqlanish, korreksion ish bosqichlari, o'quvchilar, bo'shashtiruvchi mashqlar.

Duduqlanish muammosi turli soha vakkillari uchin xal etilmagan dolzarb mavzu bo'lib, hozirgi kungacha to'liq o'z yechimini topmagan. Duduqlanish nutq kamchiligidan erta bolalalik yoshida ortib borayotgani sababli zamon talablariga ko'ra zamonaviy korreksion bartaraf etish texnologiyalarini ishlab chiqishga ehtiyojning ortib borishi bilan tavsiflanadi. Neyropsixolog olim A.V. Semyonovichning tadqiqotlari me'yor chegarasining pasayishini qayd etadi, uning so'zlariga ko'ra, hozirgi kunda tug'ilayotgan bolalar o'n yil avvalgi tengdoshlariga qaraganda har yili somatik ravishda zaiflashib bormoqda bu esa tabiiyki bolalarni bolalalik davrida turli kasalliklarga chalinishiga zamin yaratadi. Duduqlanishni bartaraf etishda qo'llaniladigan texnologiyalar o'quvchilarni ijtimoiylashuvi va erkin ravon nutqda muloqot qilishlari uchun qo'llaniladigan ta'lim shakllari, usullari va texnologiyalaridan foydalanishni o'z ichiga oladi. Ushbu texnologiyalardan foydalangan holda, o'qituvchi logoped duduqlanuvchi o'quvchilardagi nutqning ravonligidagi kamchiliklarni bartaraf etishda o'quvchilar uchun belgilangan korreksion bartaraf etish dasturini yetarli darajada to'liq o'zlashtirilishini ta'minlashga yordam beradi.

“O'ziga ishonch” texnologiyasi duduqlanadigan o'quvchilarda o'ziga va nutqiga bo'lgan ishonchni orttirishga qaratilgan psixoterapiya usulidir. “O'ziga ishonch” texnologiyasi yordamida o'quvchilar logoped bilan birgalikda korrektsionalovchi ish jarayanodi psixoterapiya usullarining elementlarini keng qo'llagan holda o'ziga bo'lgan ishonchni oshirishga o'rgandi. O'quvchiga ta'sir etish psixoterapiyaning muhim usullaridan hisoblanib, o'quvchini bu holatdan tuzalib ketishiga ishonitirish va bunda o'z organizmining kuchiga ishonchini mustahkamlashga qaratilgan. O'quvchilarda o'ziga bo'lgan ishonchni oshirish quyidagi vazifalarni o'z ichiga oldi: - o'z qo'rquvlarini rasmini chizish va uni o'z tasavvuriga tayangan holda ijobiy tomonga o'zgartirish; - turli materiallardan o'zi xoxlagan qahramonini yaratish va uni yuz qiyofasini ifodalash; - ravon nutqda so'zlashish uchun harakat qilgan ertak

qahramonlarining hayoti tasvirlangan ertaklarni tinglash; - o‘zi yoqtirgan ertak qahramonining obraziga kirish va uni ijro etishga o‘rgatish; “O‘ziga ishonch” texnologiyasi bosqichlari o‘quvchilarda hali sodir bo‘lmagan vaziyatga nisbatan ijobiy munosabatni tarbiyalash, hayajonni yengish, o‘z hulqi va o‘zgalarning hatti-harakatlariga nisbatan tog‘ri qaror qabul qilish, turli vaziyatlarda o‘ziga ishonish, xavotirni bartaraf etish, depressiya, stress va ularning oqibatlarini bartaraf etishni qamrab oladi. “Enerjayzer” texnologiyasi yordamida artikulyatsion va yuz mushaklari: pastki jag‘, lablar, yonoqlar, tildagi tortishishlar va taranglikni olib tashlash va bo‘shatishdir. Barcha mashqlarni 4 blokga bo‘lish mumkin: pastki jag‘ni bo‘shatish uchun mashqlar, lablar uchun mashqlar, til uchun mashqlar, yuz mushaklari uchun mashqlar. Mushaklardagi tortishishlar va qisqarishlarning turiga va joylashishiga qarab, mashqlar bloklari tanlandi. Kuchli kuchlanishdan so‘ng mushaklarning reflektor bo‘shashi sodir bo‘ladi. Har bir mashq, albatta, qo‘llar, kaftlar yoki barmoqlarning ma‘lum harakatlari bilan birga keladi va ritmik qofiyalar yoki sanash bilan birga bajariladi. Masalan, lablar uchun mashqlar: a) “Tabassum – naycha”. I tovushini artikulyatsion holatini ovozsiz uzoq muddat saqlab turish “tabassum” va shu vaqtni o‘zida logoped bilan birgalikda bola o‘ng qo‘li barmoqlarini birma-bir yopib musht holatiga keltiradi chap qo‘l barmoqlari esa bu vaqtda musht holatida turadi. Lablarni xuddi u tovushi talaffuzidagi “naycha” holatiga keltirish- o‘ng qo‘l barmoqlarida musht holatini ushlab turish va chap qo‘l barmoqlarini birma-bir yopib musht holatiga keltirish. b) artikulyatsiya tartibini o‘zgartirish. a, u, i tovushlarining tovushsiz talaffuzi har bir artikulyatsiya usuli barmoqlarning ma‘lum bir pozitsiyasi bilan birga bajariladi. “A” - tovushi talaffuzi kabi og‘iz katta ochiladi va yetakchi qo‘lning barmoqlari siqilib faqat bosh barmoq va ko‘rsatkich barmoq tik holatda ochiq bo‘lib ko‘rsatkich barmoq bilan o‘g‘z ko‘rsatiladi. “U” - tovushi tallaffuzi kabi lablar nay holatida bo‘lib, bosh barmoq va ko‘rsatkich barmoq naycha shaklida bir-biriga yaqinlashadi va bu tovushni talaffuz qilishda lablarning holatini taqlid qiladi. “I” - tovushi tallaffo‘zi kabi lablar kulgu holatida bo‘lib, bosh barmoq va ko‘rsatkich barmoq gorizontal ravishda keng ochilib, katta tabassumni ko‘rsatadi. Unlilar ketma-ketligini almashtirish yordamida artikulyatsiya tartibi va barmoqlarning harakatlari bir-biriga mos kelishiga ishonch hosil qilamiz. Ushbu mashqni bajarish tezligi duduqlanishning motor malakalarining tabiatiga ko‘ra individual ravishda tanlanadi va asta-sekin maksimal darajaga murakkablashtirib boriladi. v) “Havo shari” mashqi yordamida o‘quvchilar yonoqlarini qattiq ishiradi va shu holatda ushlab turadi. Bu vaqtda bir qo‘lning barmoqlari birin-ketin yopiladi. Ikkinchisi esa musht holatida turadi.

Mimik mushakar uchun mashqlar quydagicha bajariladi. a) pastki qovoq uchun mashqlar. O‘rta barmoqlar bilan biz ko‘zlarning ichki burchaklarini va ko‘rsatkich markazlarini qisib qo‘yamiz. O‘quvchilar pastki qo‘voqni yengil titrashini sezib, ko‘zlarini qisib qo‘yadi. Bu holat bir soniya ushlab turiladi va barmoqlarni olmasdan

bo'shashtiriladi. 10 ta dinamik mashqdan so'ng barmoq uchlari bilan yengil urish bilan pastki qovoqlar bo'shashtiriladi. b) yuqori qovoqlar uchun mashqlar. Ko'rsatkich barmoqlari bilan qovoq markazlarini, qoshlar o'sishi boshlanishining o'rta nuqtalari qisib qo'yiladi. Ko'zlar 1 soniya davomida qattiq siqib, qo'yib yuboriladi. Bu holat 10-15 marta takrorlanadi. So'ng ko'z atrofidagi mushaklar barmoq uchlari bilan yengil urib, bo'shashtiriladi. v) peshona mushaklari uchun mashqlar. Ko'rsatkich barmoqlar bilan qosh chizig'i bo'ylab peshona mushaklari bosiladi, bu vaqtda barmoqlar pastga qarab tortilishi qoshlar esa tepaga ko'tarilishi kerak. Bu mashqlar 10-15 marta 20-30 soniyagacha barmoqlar bilan peshonani ushlab turib bajariladi. So'ng barmoq uchlari bilan peshona silanib, mushaklar bo'shashtiriladi. "Nutq va harakat ritmi klasteri" texnologiyasi yordamida artikulyasion mashqlarini barmoq mashqlari bilan birgalikda bajarilishi miya yarim sharlarida yangi motor yo'nalishlari ishlab chiqishga yordam beradi. Shuningdek, baland ovozda ritmik hisoblash yordamida nutqning ichki ritmini tarbiyalash imkonini beradi. Duduqlanish vaqtida nutqning sur'at-ritm va ravonligini tiklashda aynan shu narsa birinchi o'rinda turadi. Barmoq mashqlari maxsus ortopedik gilamchalar yordamida o'tkaziladi. Bunda qo'l harakatlari va nutq ritmining aniq mos kelishini kuzatish juda muhimdir. Qarsak chalish, taqillatish (bir vaqtning o'zida ikkita kaftni gilamchaga urish) bilan amalga oshiriladi. "Sehrli tush" texnologiyasi bo'shashtiruvchi mashqlar bilan birgalikda autogen mashqlar ham o'tkazildi.

Bunda o'quvchilarga tushunarli bo'lgan she'rlar yordamida bo'shashganlik hissi o'quvchilarda tarbiyalanadi. O'quvchilar mashqlar davomida ko'zlari yumilgan, yotgan holatda she'rni tinglashadi. Logoped yoqimli va sokin ohangda she'rni o'qiy boshladi. Kipriklarim charchagan, Ko'zlarim dam olmoqchi. Shirin tushlar ichida, Tinch uxlab, dam olmoqchi. Keyinchalik mushaklarni bo'shashtiruvchi mashqlar mashg'ulot boshlanishidan oldin o'quvchilarni ongiga bo'shashganlik hissiyatini singdirish maqsadida logoped bilan birgalikda talaffuz qilgan holda bajariladi. O'quvchilar logoped bilan birgalikda: "So'zla shoshmasdan aniq, ravon gap doim, suvdek tiniq", she'rlarini aytish jarayonida asta sekin tanada bo'shashganlik hamda so'zlash mobaynida shoshmasdan ravon gapirish ko'nikmasini tarbiyalaydi. "Uzoq muddatli fonatsion nutqiy nafasni shakllantirish" texnologiyasi. Adabiyotlar tahlili inson uchun eng qulay nafas bu diafragmal nutqiy nafas ekanini isbotladi. Diafragmal nutqiy nafasni shakllantirish vazifasi ravon nutqni tarbiyalashning boshlang'ich birinchi nuqtasidir. O'quvchilar diafragmal nutqiy nafas olishga o'rgatilayotganida yarim ochiq og'iz orqali tez, silliq va xotirjam nafas olib, bo'shashgan lablar orqali nafas chiqardi. Diafragmal nafasni qo'yishda logoped o'quvchilarga "a" unlisini talaffuz qilgandek og'izni yengil ochishni va og'izdan nafas olish va davomli chiqarishni o'rgatdi. Diafragmal nutqiy nafas o'rgatilgandan keyin nafasni unli tovushlar talaffuzi undosh yumshoq "h" tovushini unilarga qo'shib talaffuz qilish (ha,ho,hu,hi) bilan qo'l va barmoqlarning o'zgaruvchan imo-ishoralari yordamida

unlilarni 4 yoʻnalishda yuqoriga, pastga, yon tomonlarga ochgan holda boʻgʻinlar meʼyordagi ovozda qoʻshiq qilib kuylandi. Diafragmal nutqiy nafas mashqlari avval yotgan holatda soʻngra oʻtirgan va turgan holatlarda mustahkamlanadi. Ilk mashgʻulotlarda nafas olish va chiqarish nisbati teng boʻlib, keyinchalik nafas chiqarish nisbati asta-sekin 6 soniyagacha oshirib boriladi. Bu nafas mashqlari oʻquvchilarda ichki psixo-emotsional holatni uygʻunlashtirishga, asab tizimini tinchlantirishga imkon beradi. Nafas mashqlari vaqtida logoped nafas chiqarish malakasini sonlarni ovoz chiqarib asta sanashi yordamida amalga oshiriladi. Oʻquvchilarda olib boriladigan nafas mashqlari avval 4:4 nisbatda olinib, keyinchalik u 4:6 va 4:8 nisbatgacha oshiriladi.

Oʻquvchilarda uzoq muddatli fonatsion nutqiy nafasni shakllantirish uchun ikki yoki uchta unli tovushni talaffuz qilishda nafasni ogʻizdan olib davomli chiqarishga oʻrgatiladi. Oʻquvchilarga unli tovushlarni uzoq va ravon talaffuz qilishlari uchun ikkala qoʻl harakatlarini bir vaqtning oʻzida tovushlar ohangi bilan birlashadi, bu oʻquvchilarda talaffuz qilinayotgan tovushlar qatorlarining ritmi va tezligini belgilab beradi. Nutqiy nafasni shakllantirishda oʻquvchilar gilamchlar ustida yurgan holda nafas chiqarish vaqtida turli boʻgʻinlarni talaffuz qildi. Oʻquvchilarning oyoq harakatlari va qoʻl harakatlari talaffuz qilinayotgan boʻgʻinlar ritmiga mos boʻlib ular “ha-ho-hu-hi” boʻgʻini talaffuzida koptokni tepaga, yonga, pastga uloqtirayotgandek qoʻl harakatlarini bajardi, “sa-so-su-si” boʻgʻini talaffuzida oʻquvchilar yomgʻir tomchilariga taqlid qilgan holda barmoqlarini yerga qarata silkitish harakatlarini bajardi, “ma-mo-mu-mi” boʻgʻini talaffuzida esa oʻquvchilar sigirning ovozigacha taqlid qilib, emaklashdi. Oʻquvchilarda nutqiy nafasni shakllantirish jarayonida soʻzlardagi unli tovushlarni yumshoq ohangda talaffuz qilishi uchun soʻz namunalari berildi. Oʻquvchilar bu koʻnikmani oʻzlashtirgandan soʻng, nafas chiqarayotganda soʻzlar zanjirini talaffuz qilishga oʻrgandi. Talaffuz jarayonida oʻquvchilar ikkala qoʻl harakatlarini bajardi. Oʻquvchilar uzun va murakkab jummalarni semantik segmentlarga ajratgan holda, qoʻshimcha nafas olish uchun pauza qilishni oʻrgandi. Nafasni shakllantirish boʻyicha ishlar korreksion logopedik ishning butun kursi davomida olib borildi. “Oltin baliq” texnologiyasi. Oʻquvchilarga mashgʻulot jarayonida logoped bilan birgalikda rasmiy kartochkalarda tasvirlangan unli tovushlar bilan boshlanadigan predmetlarni nomlashda koʻrsatkich barmoqni ilmoq holatiga keltirib olib, ogʻiz boʻshligʻiga yaqinlashtirgan holda unli tovushlarni qiyinchiliksiz talaffuz qilishi uchun bu unli tovushlarni qarmoqning ilmogʻiga ilintirgan holda ohista urgʻuli talaffuz qilish koʻnikmalari shakllantirildi.

Dastlab oʻquvchilarga faqatgina bitta soʻzni barmoq harakatlari bilan talaffuz qilish koʻnikmasi, keyinchalik esa unli tovushdan boshlanadigan va unli tovushga tugaydigan soʻzlar qatorini talaffuz qilish, soʻz brikmasi hamda iboralarni talaffuz qilish koʻnikmasi tarbiyalandi. Oʻquvchilar unli tovushlar bilan boshlangan soʻzlarni

talaffuz qilishlarida asosiy diqqatni soʻzni oxiridagi unli bilan keyingi soʻz boshidagi unli tovushlar talaffuzi bir-biriga uygʻun holda toʻxtashsiz talaffuz qilishlari talab etildi. Oʻquvchilarga berilgan soʻzlar qatori va iboralar quyidagi tartibda berildi: - archa, uka, arava, akula, olma, olxoʻri; - ana archa, aka-uka, olma-olcha, olxoʻrini olma; - Ozoda olma, olcha, olxoʻrini yedi; - Ali Ozodaning akasi, Vali esa ukasi. “Nutq - tana harakati integratsiyasi” texnologiyasi. Tana harakatlarini muvofiqlashtirish va ravon nutqni rivojlantirishni amalga oshirish jarayonida logoritmik tana harakatlarining elementlari nutqiy material ritmi bilan hamohang boʻlishi oʻquvchilarni nutqsiz ritmni idrok etishga, ikki miya yarim sharlarining muvofiqlashishiga va yangi ravon nutqni mukammal oʻzlashtirishga imkon berdi. Oʻquvchilar logoped taqdim qilgan nutqiy materialni qoʻl va oyoqning harakatlari bilan birga ravon nutqda gapirishga oʻrgandi. “Vaziyatli mashqlar” texnologiyasi yordamida oʻquvchilarda nutqiy mashqlarni bajarishda turli vaziyatlarda nutq xususiyatlarining oʻzgarishi bilan bogʻliqdir. Uning asosiy belgisi nutq stimulining mavjudligi, nutq reaksiyasini keltirib chiqaruvchi vaziyatdir. Oʻquvchilar uchun yaratilgan turli nutqiy vaziyatlar oʻquvchilarda tez fikrlash, kerakli soʻzni toppish, vaziyatga nisbatan munosabat bildirish, mustaqil savol berish, noverbal muloqot qilish koʻnikmalaridan foydalanishga oʻrgandi. “Vaziyatli nutqiy mashqlar” nutqdan foydalanish qobiliyatini rivojlantiradi. Vaziyatli mashqlar asosan tasavvur, tavsiya, muhit, qulaylik, xayrixohlik, dalda yordamida amalga oshiriladi. Vaziyatli mashqlar yordamida oʻquvchilar logoped bergan nutqiy materialni nafaqat tanib olishlari mumkin balki turli vaziyatlarda ularni farqlash, shuningdek, ulardan nutq jarayonida foydalanish qonuniyatlarini oʻrganishlari mumkin. Bu oʻquvchilarda nutqni boshlash, maʼlumotlarini taqdim etishga yordam beradigan til vositalaridan toʻgʻri foydalana olishni tarbiyalaydi. Duduqlanadigan oʻquvchilar bilan vaziyatli nutqni rivojlantirish ishlarida, birinchi navbatda, qisqa iboralar talaffuzi boʻlib, unli tovush bilan boshlanadigan soʻzlardan tarkib topdi. Bir tomondan, bu nutqiy nafasni shakllantirish boʻyicha ishlarning davomi boʻlsa, boshqa tomondan mustaqil ogʻzaki nutqni oʻrgatish boʻyicha ishlarning boshlanishi edi. Oʻquvchilar logoped bilan birgalikda yangi ravon nutqda soʻzlarni takrorladi.

Oʻquvchiga qanday qilib duduqlanmasdan soʻzlashish mumkinligi va yangi “ravon nutqqa oʻtish” imkoniyati paydo boʻlganda, biz oʻquvchidan ravon nutqni talab qila olmaymiz, chunki oʻquvchida tez soʻzlashish, toʻxtab qolish, tutilish shakllanib boʻlgan. Ammo oʻquvchilarda oʻz nutqini ongli nazorat qilishni ongsizlikka oʻtishi uchun ravon nutqni yoʻllar texnologiyasi yordamida mustahkamlash kerak. Logoped oʻquvchiga qanday soʻzlashish kerakligini tushuntirish juda oson, ammo oʻquvchi bu ravon nutqdan har qanday nutq shakllarida foydalanishi juda qiyin. Yoʻllar texnologiyasi yordamida logoped duduqlanuvchi oʻquvchilarga berilgan nutqiy materialni qogʻozga uzun yoʻllar chizishi bilan birga nutqning ravonligiga erishdi. Bu

texnologiya o'quvchilarda nutqning ravonligini his qilishiga, nafas davomiyligini ta'minlashga, unli va undosh tovushlarni kuchlanishsiz talaffuz qilishga, xotirjamlikka o'rgatdi. "Yo'llar" texnologiyasi yordamida o'quvchilar murakkab gap va qayta hikoya qilish jarayonida qo'shimcha nafas olish hissini tarbiyalash maqsadida o'quvchilarga yo'l chitidagi bekatlarda to'xtash va yana yo'lni davvom ettirishga o'rgandi. Bu, o'z navbatida, o'quvchilarda nutq jarayonida nutqiy nafasni to'g'ri taqsimlanishiga erishishga yordam beradi. O'quvchilar uchun dastlabki davrda chizish yoqimli his bag'ishlydi, keyinchalik ular yo'llar chizishdan voz kechishadi va avtomatik tarzda qog'ozga chizmagan holatda ham chiroyli va ravon nutqda so'zlashish qobiliyatiga ega bo'lishdi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Аюпова М.Ю. Преодоление фонетико-фонематической недостаточности у детей узбеков старшего дошкольного возраста: автореферат дис. кандидата педагогических наук. 13.00.03 / Моск. пед. гос. ун-т. – Москва, 1992. - 16 с.
2. Барабанов Р.Е. Основы логопедии: афазия, заикание, ринолалия. Учебное пособие для студентов / R.: VDM Publishing, 2019. – 69 с. ISBN 978-620-2-32094-8
3. Беглова.О.А. Коммуникативно-речевые технологии в системе устранения заикания у подростков и взрослых. МИР специальной педагогики и психологии. Научно-практический альманах. Выпуск 7 – М.: ЛОГОМАГ, 2017. Стр. 5
4. Беглова О.А. Коррекция психофизических проявлений в структуре заикания подростков и взрослых средствами танцевально-двигательных техник. 13.00.03 - коррекционная педагогика. Диссертация на соискание ученой степени кандидата педагогических наук. 2009.
5. Белякова Л.И., Дьякова Е.А. Третий международный конгресс по проблеме заикания // Дефектология. - 2001. № 1. - С. 75-76.