

**DUDUQLANUVCHI BOLALARDA O'YINLAR ASOSIDA NUTQIY  
NAFASNI RIVOJLANTIRISH***Aralova Iroda Meliqo`zi qizi**JDPU Maxsus pedagogika kafedrasi o`qituvchisi.*

**ANNOTAYSIYA:** Duduqlanishda olib boriladigan korreksion ish bosqichlari va shu bosqichlar asosida uni korreksiyalash usullari, logopedik mashg'ulotlarni tashkil etish jarayonida; qo'llaniladigan metodlar, metodikalar, o'yin faoliyatidan, o'quv faoliyatdan va mehnat faoliyatidan samarali foydalangan holda mashg'ulotni to'g'ri tashkil etish.

**Kalit so`zi:** takomillashtirish, reabilitatsiya, bolalar, kompleks, nutq, tovush, sezgi, idrok, tafakkur, imkoniyati cheklangan, maktab, duduqlanish, nafas, o'yin.

**ANNOTATION:** Stages of corrective work in stuttering and methods of its correction based on these stages, in the process of organizing speech therapy sessions; methods, techniques used, proper organization of training with the effective use of game activities, educational activities and labor activities.

**Keywords:** improvement, rehabilitation, children, complex, speech, sound, sensation, perception, thinking, limited opportunities, school, stuttering, breathing, game.

Biz logopedik mashg'ulotlarni tashkil etish jarayonida albatta maxsus metodikalarga asoslangan o'yin usullari, turli xil o'yin turlaridan foydalanamiz. Maktabgacha tarbiya yoshidagi bolalar uchun ham eng sevimli mashg'ulot bu o'yin faoliyati hisoblanadi. O'yin bolalar uchun shunchaki ermak vositasi bo'lib qolmasdan, ularda qobiliyatlarini rivojlantirishga, mashq qildirishga yordam beradigan muhim vosita shakli hamdir. Bolalar o'yin jarayonida atrof-muhitdagi hayot va tabiat o'rtasidagi hodisalalar bilan ham tanishadi, narsa buyumlarni o'ziga xos tomonlarini ham bilib oladilar. O'yin jarayonida bolalar sakraydi, yuguradi, yuradi, o'rmlaydi, buyumlarni irg'itadi, natijada ularni muskullari rivojlanadi va sezgi taktil, tezkorliklari ham o'sib, rivojlanib boradi. Chunki nafas harakatlarini to'g'ri yo'lga qo'yish, nafas olishni me'yoriy holatga keltirsakgina, duduqlanuvchi bolalarda umumiy va nutqiy harakatlarini to'g'ri shakllantira olishimiz mumkin bo'ladi. Bola nafas harakatlarini to'g'ri taqsimlay olmadimi, demak unda talaffuz kamchiliklari yuzaga kelaveradi. Nutqiy nafasni rivojlantirishga qaratilgan o'yinlarning maqsadi ham bolalarda to'g'ri talaffuz malakalarini shakllantirish, to'xtalishlarsiz ravon nutqni yo'lga qo'yishdan iborat. Biz aytdik turli xil o'yinlar va mashqlar nafas olishni rivojlantirishga yordam beradi. Buning uchun nima kerak? To'g'ri (fiziologik) nafas olish bolaga asta-sekin

hotirjam, ravon gapirishni o'ganishga yordam beradi. Nafasni rivojlantirish uchun ba'zi mashqlar ularda to'g'ri talaffuz qilishni o'rgatishga yordam beradi. Bolalarda to'g'ri nutq nafasini rivojlantirish uchun esa, nutq terapevti ya'ni logoped va tarbiyachi hamkorlikda mashg'ulot olib boradi.

Logopedik mashg'ulotlarning nutq materiali mazmuni buzilishning tuzilishiga, yoshga, duduqlanuvchilar guruhiga, duduqlanishning o'tib borishiga, duduqlanuvchining o'z nuqsoniga bo'lgan munosabatiga va boshqa ko'pgina omillarga bog'liq holda o'zgartiriladi. Maktabgacha yoshdagi bolalarni yosh darajalari turlicha, shunga ko'ra ular bilan olib boriladigan mashg'ulotlarni turi va darajalari ham turlicha bo'ladi. Misol uchun 3 yoshdan 5 yoshgacha bo'lgan bolalar bolalarda o'yin turining sodda ko'rinishlari o'ynaladi, 5-7 yoshli duduqlanuvchi bolalar bilan olib boriladigan o'yinlar esa bir muncha murakkabroq tusda bo'ladi. Bunaqa bolalar bilan o'yinlar asosan guruhli tarzda olib boriladi. Ba'zan esa bola yakka o'zi o'ynashni xohlaydi.

Duduqlanuvchi bolalar bilan nafas harakatlarini to'g'ri nafas olish va chiqarish jarayonlarini yo'lga qo'yish bilan shug'ullanganda eng avvalo, bolaning umumiy holatiga, yoshiga, mashqni bajarish darajasiga alohida e'tibor qaratamiz. Nafas olish va chiqarish vaqtida bola mashg'ulotdan charchagan vaqtida mashg'ulot boshqa vazifa turlari bilan almashtirilgan holda olib borilishi mumkin. Nafas harakatlarini uzluksiz davom ettirish ham bolada nojo'ya ta'sirlarga sababchi bo'lishi mumkin. Misol uchun: bolada bosh aylanishi, ko'ngil aynishi, umumiy holsizlik holatlarini kuzatishimiz mumkin, shuning uchun bola bilan nafas harakatlarini rivojlantirishga qaratilgan o'yinlar ketma – ket bir yoki ikki daqiqadan ko'proq vaqt davomida intensiv ravishda bajarish yaxshiroqdir. Ko'pgina mashqlarda, bola va puflanayotgan narsalar va lablar o'rtasidagi masofa 30 – 40 sm masofada bo'lishi kerak bo'ladi. Vazifalarni bajarish vaqtida bolaning yelkalari ko'tarilmasligi, bola faqat qorin qismiga nafas olish va chiqarish harakatlarini amalga oshirishi kerak bo'ladi. Havo oqimi bir xil, kuchli va yo'naltirilgan bo'lib, kamida 5 soniya davom etadi.

Nafas chiqarish jarayonida havo oqimi bir vaqtning o'zida tovush hosil qiluvchi va artikulyatsion vazifani bajaradi. To'g'ri nutqiy nafasni nazorat qilish jarayonida qo'limiz yordamchi vazifani bajaradi. Bunda qo'llarimizni diafragma qismiga, ya'ni ko'krak qafasi va qorin oralig'i qismiga qo'yiladi. Nafas olganda qorin devori ko'tariladi, ko'krak qafasining pastki qismi esa kengayadi. Nafas chiqarish vaqtida esa ko'krak qafasi va qorin mushaklari qisqaradi. Nutqiy nafasda nafas olish qisqa va yengil darjada, nafas chiqarish holati esa uzoq va davomiy holatda bo'ladi. Duduqlanuvchi bolalarni biz bir nafasda gapirishga, nafasni to'xtatga holatda gapirmaslikka o'rgatiladi. Nafas olishni mashq qilish jarayonida keyingi nafas olish vaqtida avval 2 sekund tanaffus qilish ham lozimdir. Har doim topshiriqlar davomiylik vaqtida yengildan asta-sekin tarzda murakkablashgan holatda olib boriladi. Nafas mashqlari hamisha toza havo yetrali bo'lgan, kislorodga to'yingan holda, keyin esa



bolani juda qorni to'q holatda ham, och holatda ham bo'lmagan holda mashq qildirishimiz kerak bo'ladi. Dastavval nutqiy nafas chiqarish ma'lum bir tovushlar orqali, so'ngra so'zlar, qisqa tazrdagi jumlar, keyinchalik esa she'rlar aytishlar orqali mashq qilinib boriladi.

Bolalar bilan nutqiy nafasni rivojlantirishga oid o'yin turlariga bir qancha o'yinlarni kiritishimiz mumkin: didaktik o'yinlar, haraktli o'yinlar, shivirlab gapirishga qaratilgan o'yinlar, dramatisatsiyalashtirilgan o'yinlar, qo'shiq aytish bilan olib boriladigan o'yinlar, sportga aloqador haraktli o'yinlar va boshqalar. Biz logoped sifatida nutqiy nafasni rivojlantirish uchun bu o'yin turlarini faqatgina bittasidan foydalanib qolmasdan, barcha turdagi o'yinlardan keng foydalanamiz. Bolaga nuqul bitta turdagi o'yinni o'ynataversak bola nima qiladi, zerikadi bergan topshiriqni bajarmaydi. Shuning uchun logoped yaratuvchan bo'lishi kerak, bolalarga har safar turlicha o'yin turlarini ko'rsatishi kerak.

“Rangli yo'llar” o'yini.

O'yindan maqsad: bolani to'g'ri nasaf olishga o'rgatish, nafas olish ko'nikmalarini shakllantirish. O'yinning borishi: Bolalarni ikki guruhga ajratamiz. Logoped bolalarga ko'rsatma beradi. Start chizig'i chiziladi, oxiriga esa finish chizig'i chiziladi. Bolajonlarni ikki tomoniga guash yoki boshqa rangli bo'yoq bilan to'ldirilgan idish va trubichkalar qo'yiladi, ular idishga sharikchalarini botirib olib keyin start chizig'idan musobaqalarini boshlashadi. O'yin finishiga qaysi bola sharni birinchi bo'lib puflab yetkazib borsa, o'sha jamoa g'olib hisoblanadi. Navbatni keyingi ishtirokchi oladi. O'yin izchillikni, tezkorlik va aniqlikni talab qiladi. Shu bilan birga nafasni to'g'ri taqsimlash muhim hisoblanadi.

Differentsial nafas olishni rivojlantirish.

“G'avvoslar” mashqi.

O'yindan maqsad: bolalarga og'izlari bilan ham burunlari bilan ham nafas olishni o'rgatish. Differentsial nafas olishni rivojlantirish. O'yinning borishi: bolalar qo'llarini yon tomonga yoyib, og'izlari bilan nafas oladilar, va ko'rsatma bo'yicha qo'llaringizni yonga tushiring, cho'kib o'tiring (suv ostiga cho'kish) deyilishi bilan bolalar haraktatni ketma-ketlikda bajarib burun orqali nafas chiqaradilar. Metodik ko'rsatmalar: har bir bola mashqlarni ikki yoki uch martadan ko'proq takrorlashadi.

Nafas olishni rivojlantirish uchun mashqlar.

“Chang'ichilar musobaqasi” mashqi.

Maqsad: fiziologik nafas olishni rivojlantirish. Mashqni borishi: stol chetiga chang'ichilarni haykalchalari (yupqa kartondan kesilgan) holatda turibdi. Logoped bolalarni juft-juft qilib chaqiradi. Har bir bola chang'ichilarni oldida o'tiradi. Bolalar faqat bir nafas olish vaqtida ularni siljitishi mumkin bo'ladi va ularga ketma-ket bir necha bora puflanishi kerak emasligi ogohlantiriladi. “Boshladik” ishorasi berilishi

bilan chang'ichilarni harakatlantirish boshlanadi. Qolgan bolalar kimning chang'ichisi birinchi borishini kuzatib borishadi.

“Kim barglarga uzoqroq puflay oladi?” mashqi.

Maqsad: fiziologik nafas olishni rivojlantirish. Mashqni borishi: logopedni yonida turgan ipda turli xil daraxtlarning barglari bor. Logoped bolalarga “qarang bolajonlar” bu barglar shabadalar bilan birga bizga uchib keldi. Ular turlicha chiryli va yengil. Qani kimni barglari sekin va boshqalarga qaraganda uzoqroq esadi ekan. Bolalar barglarga birma-bir puflay boshlaydi. Logoped bolalarni zo'riqmasliklarini va barglarga sekin, hotirjamlik bilan puflashini kuzatadi.

Nutqiy nafasni rivojlantirish uchun mashqlar.

“Yog'och kesuvchi” mashqi.

Maqsad: nafas olishda nutqiy nafas ko'nikmalarni shakllantirish. Bolalar saf tortib turishadi. Oyoqlar yelka kengligida, qo'llar tushirilgan kaftlar bir-biri bilan jips holatda bog'langan. Logoped topshiriq beradi bolajonlar qo'llarimizni tezlik bilan ko'taramiz, nafas olib, oldinga egiling, sekin “og'ir bolta”ni tushiring, uzoq nasaf chiqaring. Bu mashqni bajara turib mashqga o'zgartirish kiritgan holda, “og'ir bolta”ni tushira turib, tovush qo'shib ham bajartirsak bo'ladi.

“Qor bo'roni” mashqi.

Maqsad: nutqiy nafasni rivojlantirish. Mashqning borishi: logoped bolajonlar o'lkamizga bahor keldi. Lekin qish o'lkamizdan ketishni xohlamayapti. Uni jahli chiqqan, qor va bo'ronlarni yuborgan, bo'ron yig'layapti: oo-oo-o.. ..Shamol ham qolishmasdan hushtak chalmoqda: s-s-s-s.... Shamol daraxtlarni egib: v-v-v-v-v... Lekin keyin bo'ron tindi (yana takrorlashadi faqat jimlikda).

#### Foydalanilgan adabiyotlar

1. Muminova L., Ayupova M. Logopediya. T.: O'qituvchi 1993 y.
2. Muminova —Rol didakticheskix igr v razviti rechi na uzbekskom yazikel . Maktabgacha tarbiya, T-1990 y.
3. Nurkeldiyeva D.A., Chicherina Ya.Ye. Ilk, maktabgacha va kichik maktab yoshidagi bolalarni psixologik-pedagogik, logopedik tekshirish. – T.: 2014
4. Aralova I.M “Maktabgacha Ta'lim Tashkilotida Tasviriy Faoliyatning Mashg'Ulot Turlari Va Mazmuni”. «Муғаллим Хэм Үзликсиз 447 Билимлендириў» № 6/5 Нөкис — 2022
5. Akramova X, Aralova I. Maktabgacha ta'lim yopshidagi bolalarni nutq nuqsonlarini korreksiyalashda tasviriy faoliyatdan foydalanish metodlari. „Xalqta'limi“O'zbekiston respublikasi xalq ta'limi vazirligining Ilmiy-metodik jurnali 2021