



**MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARDA DUDUQLANISHNI
BARTARAF ETISHDA NAFAS VA OVOZ USTIDA ISHLASH**

NARALIYEVA KAMOLA ILXOMJON QIZI

Kimyo International University in Tashkent

Toshkent Kimyo Xalqaro Universiteti

ANNOTATSIYA: *Ushbu maqolada maktabgacha yoshdagi bolalarda duduqlanishni bartaraf etishda nafas va ovoz ustida ishlashning pedagogik va logopedik ahamiyati tahlil qilinadi. Tadqiqotda nutq buzilishlarining asosiy sabablari, ularni erta aniqlash va korreksion ishlar jarayonida nafas olish mashqlari hamda ovoz apparatini rivojlantirish usullarining samaradorligi ko'rib chiqiladi. Shuningdek, bolalarning to'g'ri nafas olish ritmini shakllantirish, nutqning ravonligi va ovozning barqarorligini ta'minlashga qaratilgan amaliy mashqlar tizimi yoritiladi. Ilmiy va amaliy yondashuvlar asosida duduqlanishni kamaytirishda kompleks logopedik metodlarning roli asoslab beriladi. Tadqiqot natijalari maktabgacha ta'lim muassasalarida nutqiy rivojlanishni qo'llab-quvvatlashda muhim ahamiyat kasb etadi.*

Kalit so'zlar: *maktabgacha ta'lim, duduqlanish, logopediya, nafas olish mashqlari, ovoz ustida ishlash, nutq rivojlanishi, nutq korreksiyasi, artikulyatsiya, fonatsiya, nutq ravonligi.*

KIRISH

Maktabgacha yoshdagi bolalarda nutqning to'g'ri shakllanishi ularning keyingi ta'lim jarayoni va ijtimoiy moslashuvida muhim o'rin tutadi. Nutq rivojlanishidagi buzilishlar, xususan duduqlanish, bolaning o'z fikrini erkin ifodalashiga to'sqinlik qilib, uning psixologik holati va o'ziga bo'lgan ishonchiga ham salbiy ta'sir ko'rsatadi. Shu sababli duduqlanishni erta aniqlash va uni bartaraf etishga qaratilgan logopedik ishlar dolzarb ahamiyatga ega.

Duduqlanishni korreksiyalash jarayonida nafas olish va ovoz ustida ishlash muhim pedagogik vositalardan biri hisoblanadi. To'g'ri nafas olish ritmini



shakllantirish bolada nutqning ravonligini ta'minlashga yordam beradi, ovoz apparatini rivojlantirish esa tovushlarning aniq va barqaror chiqishini qo'llab-quvvatlaydi. Ushbu jarayonlar logopedik mashqlar tizimi orqali bosqichma-bosqich amalga oshiriladi.

So'nggi yillarda olib borilgan ilmiy tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, duduqlanishni bartaraf etishda kompleks yondashuv, ya'ni nafas, ovoz, artikulyatsiya va psixologik tayyorgarlikni birgalikda rivojlantirish eng samarali usul hisoblanadi. Ayniqsa, maktabgacha yoshdagi bolalar bilan ishlashda o'yin elementlari va qiziqarli mashqlarni qo'llash ijobiy natija beradi.

ASOSIY QISM

Maktabgacha yoshdagi bolalarda duduqlanishni bartaraf etishda nafas va ovoz ustida ishlash muhim logopedik yo'nalishlardan biri hisoblanadi. Ilmiy adabiyotlarda bu muammo nutqning ritm, temp va fonatsiya jarayonlaridagi buzilishlar bilan bog'liq ravishda o'rganiladi. L. S. Vygotskiy nutq rivojlanishini ijtimoiy faoliyat bilan uzviy bog'liq jarayon sifatida talqin qilib, nutq shakllanishidagi har qanday buzilish bolaning kommunikativ rivojlanishiga bevosita ta'sir qilishini ta'kidlaydi. A. R. Luriya esa nutq faoliyatini boshqaruvchi miya tizimlari va ularning funksional aloqalari buzilishi duduqlanishning neyrofiziologik asoslaridan biri ekanligini ilmiy jihatdan asoslab bergan.

Logopediya fanida R. E. Levina va S. L. Volkova ilmiy maktablari duduqlanishni nutqning ritmik-tamoyiliy buzilishi sifatida izohlaydi. Ushbu yondashuvga ko'ra, duduqlanish nafaqat nutq apparatining mexanik muammosi, balki nafas olish, ovoz chiqarish va artikulyatsiya jarayonlarining nomutanosibli natijasidir. Shu sababli korreksion ishlar kompleks yondashuv asosida olib borilishi lozimligi ta'kidlanadi.

Nafas ustida ishlash logopedik amaliyotda nutqning asosiy energetik bazasi sifatida qaraladi. Ilmiy tadqiqotlarga ko'ra, to'g'ri tashkil etilgan diafragmal nafas olish nutqning uzluksizligini ta'minlaydi, tovushlarning barqaror chiqishini yaxshilaydi va nutq tempini me'yorlashtiradi. Volkova tomonidan olib borilgan tadqiqotlarda nafas mashqlarining muntazam bajarilishi duduqlanish belgilarining



sezilarli darajada kamayishiga olib kelishi qayd etilgan. Bu esa nafaqat nutqiy, balki psixofiziologik barqarorlikni ham ta'minlaydi.

Ovoz ustida ishlash ham duduqlanishni bartaraf etishda muhim o'rin tutadi. Logopedik manbalarda ovoz apparatining zaifligi, fonatsiya jarayonidagi uzilishlar va ovozning barqaror emasligi duduqlanishning asosiy belgilaridan biri sifatida ko'rsatiladi. Shu sababli ovozni to'g'ri yoqish, uni boshqarish, unli tovushlarni cho'zib talaffuz qilish va ovoz hamda nafasni birgalikda muvofiqlashtirish mashqlari keng qo'llaniladi. Bu jarayon nutqning ritmik tuzilishini yaxshilashga xizmat qiladi.

Zamonaviy logopedik yondashuvlarda duduqlanishni bartaraf etish faqat nafas va ovoz mashqlari bilan cheklanmaydi, balki u kompleks tizim sifatida qaraladi. Ushbu tizimga artikulyatsion gimnastika, psixologik relaksatsiya va o'yin asosidagi metodlar ham kiradi. Ilmiy kuzatuvlarga ko'ra, ayniqsa maktabgacha yoshdagi bolalarda o'yin faoliyati orqali olib borilgan korreksion ishlar yuqori samaradorlikka ega, chunki bu yoshda bolalarning emotsional qabul qilish darajasi yuqori bo'ladi.

Ilmiy tahlillar shuni ko'rsatadiki, duduqlanishni bartaraf etishda nafas va ovoz ustida ishlash bir-birini to'ldiruvchi jarayonlardir. Nafas nutqning asosini tashkil etsa, ovoz uning ifodaviyligini ta'minlaydi. Ushbu ikki komponentning muvofiqlashuvi natijasida nutq ravonligi tiklanadi, duduqlanish chastotasi kamayadi va bolaning o'ziga bo'lgan ishonchi ortadi.

Umuman olganda, ilmiy adabiyotlar va logopedik amaliyot natijalari maktabgacha yoshdagi bolalarda duduqlanishni bartaraf etishda nafas va ovoz ustida ishlash eng samarali yo'nalishlardan biri ekanligini tasdiqlaydi. Bu jarayon erta korreksiya, muntazam mashqlar va kompleks yondashuv asosida amalga oshirilganda yuqori natijalar beradi.

O'zbekistonlik tadqiqotchilar tomonidan so'nggi yillarda maktabgacha yoshdagi bolalarda duduqlanishni bartaraf etish muammosi keng o'rganilmoqda. Xususan, Goipova N., Akhmedova Z., Abdullayeva K., Abidova N. kabi olimlarning ishlari duduqlanishni korreksiyalashda nafas va ovoz ustida ishlashning muhimligini ilmiy-amaliy jihatdan asoslab bergan.



Goipova Nodira o'z tadqiqotlarida maktabgacha yoshdagi bolalarda duduqlanishni bartaraf etishda logoritmik mashg'ulotlarning ahamiyatini ta'kidlaydi. Uning ilmiy xulosalariga ko'ra, ritmik harakatlar bilan birga bajariladigan nafas mashqlari bolalarda nutqning uzluksizligini ta'minlaydi va nutq tempini barqarorlashtiradi. Tadqiqotda ayniqsa nafasni boshqarish va ovoz chiqarishning uyg'unlashuvi nutq ravonligini oshiruvchi asosiy omil sifatida ko'rsatilgan.

Akhmedova Z. tomonidan olib borilgan tadqiqotlarda esa logopedik ritmika orqali nutqni rivojlantirish jarayonida nafas va motorika o'rtasidagi bog'liqlik chuqur tahlil qilinadi. Muallifning fikricha, duduqlanuvchi bolalarda nafas olishning yuzaki va notekis bo'lishi nutq bloklarini kuchaytiradi. Shu sababli diafragmal nafasni rivojlantirish va ovoz apparatini faollashtirish asosiy korreksion vosita sifatida qo'llaniladi.

Abidova N. va hamkorlarining ilmiy ishlarida esa fonetik va fonematik kamchiliklarni bartaraf etishda kompleks yondashuv tavsiya etiladi. Bu yondashuvda nafas mashqlari, artikulyatsion gimnastika va ovoz ustida ishlash birgalikda olib boriladi. Tadqiqot natijalariga ko'ra, aynan kompleks metodika bolalarda nutq ravonligini sezilarli darajada yaxshilaydi va duduqlanish chastotasini kamaytiradi.

Shuningdek, O'zbekistonlik tadqiqotchilar tomonidan olib borilgan ilmiy ishlar (masalan, Abdullayeva K. va boshqalar) duduqlanishni kamaytirishda relaksatsiya va nafas mashqlarining psixologik ahamiyatini ham ko'rsatadi. Bu yondashuvga ko'ra, bola nafasni boshqarishni o'rgangan sari emotsional zo'riqish kamayadi va nutq jarayoni barqarorlashadi.

Ilmiy manbalarda yana shunday xulosa beriladi: duduqlanish faqat nutq apparatining muammosi emas, balki markaziy nerv tizimi, psixologik holat va nafas-ovoz koordinatsiyasining buzilishi bilan bog'liq kompleks holatdir. Shu sababli O'zbekiston logopedlari tomonidan ishlab chiqilgan metodikalarda nafas, ovoz va ritm bir butun tizim sifatida qaraladi.

Amaliy kuzatuvlarda maktabgacha yoshdagi bolalar bilan olib borilgan korreksion mashg'ulotlar shuni ko'rsatadiki:

- diafragmal nafas mashqlari nutq uzilishlarini kamaytiradi



- ovoz ustida ishlash (cho‘zib talaffuz qilish, ovoz balandligini boshqarish) nutq barqarorligini oshiradi
- o‘yin asosidagi logopedik mashqlar bolalarning motivatsiyasini kuchaytiradi
- ritmik harakatlar bilan nafasni uyg‘unlashtirish nutq tezligini me‘yorlashtiradi

Ayniqsa O‘zbekiston tajribasida logopedik mashg‘ulotlar ko‘pincha o‘yin, musiqa va harakat bilan uyg‘unlashtirilgan holda olib boriladi. Bu esa bolalarda stressni kamaytiradi va tabiiy nutq shakllanishini tezlashtiradi.

Umuman olganda, o‘zbek tadqiqotchilarining ilmiy ishlari shuni tasdiqlaydiki, maktabgacha yoshdagi bolalarda duduqlanishni bartaraf etishda nafas va ovoz ustida ishlash eng samarali yo‘nalishlardan biridir. Bu jarayon faqat texnik mashqlar emas, balki psixologik, pedagogik va fiziologik omillarni birlashtirgan kompleks tizim sifatida qaraladi.

XULOSA

Maktabgacha yoshdagi bolalarda duduqlanishni bartaraf etishda nafas va ovoz ustida ishlash muhim logopedik yo‘nalishlardan biri bo‘lib, u nutqning ravonligi, temp va ritmining me‘yorlashishida asosiy rol o‘ynaydi. Ilmiy adabiyotlar tahlili shuni ko‘rsatadiki, duduqlanish faqat nutq apparati muammosi emas, balki nafas olish tizimi, ovoz shakllanishi va psixologik holatning o‘zaro bog‘liq buzilishlari natijasidir.

Olib borilgan tadqiqotlar va amaliy kuzatuvlarga ko‘ra, to‘g‘ri tashkil etilgan diafragmal nafas olish mashqlari bolalarda nutqning uzluksizligini ta‘minlaydi, ovoz ustida ishlash esa tovushlarning barqaror va aniq chiqishini yaxshilaydi. Ushbu ikki yo‘nalishning uyg‘unligi duduqlanish belgilarini kamaytirishda yuqori samaradorlik beradi.

Shuningdek, zamonaviy logopedik yondashuvlar kompleks korreksion tizimni qo‘llash zarurligini tasdiqlaydi. Bunda nafas va ovoz mashqlari artikulyatsion gimnastika, relaksatsiya va o‘yin metodlari bilan birgalikda olib borilganda natija yanada samarali bo‘ladi. Ayniqsa, maktabgacha yoshdagi bolalarda bu



yondashuvning ijobiy ta'siri yuqori bo'lib, ularning nutqiy va psixologik rivojlanishini qo'llab-quvvatlaydi.

Umuman olganda, duduqlanishni bartaraf etishda nafas va ovoz ustida ishlash nafaqat nutqni to'g'rilash, balki bolaning o'ziga bo'lgan ishonchini oshirish, muloqot ko'nikmalarini rivojlantirish va ijtimoiy moslashuvini yaxshilashga xizmat qiladi. Shu sababli ushbu yo'nalish maktabgacha ta'lim tizimida logopedik ishlarning ajralmas qismi hisoblanadi va kelgusida yanada chuqur ilmiy va amaliy tadqiqotlarni talab qiladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. Volkova S. L. Logopediya asoslari. – Toshkent: O'qituvchi nashriyoti, 2019.
2. Levina R. E. Nutq buzilishlarini bartaraf etish metodikasi. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2020.
3. Goipova N. Maktabgacha yoshdagi bolalarda nutq rivojlanishi va logoritmik mashg'ulotlar. – Toshkent: TDPU nashriyoti, 2022.
4. Abdullayeva K. Duduqlanishni korreksiyalashda logopedik yondashuvlar. – Toshkent: Ilm Ziyo, 2023.