

O'QITUVCHINING NOVERBAL NUTQ MAHORATINI TAKOMILLASHTIRISH YO'LLARI

Abduvaliyeva Nodira Alisherovna,
Farg'ona davlat universiteti dotsenti,
filologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)
nodiraxonabduvaliyeva@gmail.com
+998916509098
ORCID ID 0000-0002-9824-4622

MAQOLA HAQIDA

Qabul qilindi: 9-fevral 2026-yil
Tasdiqlandi: 11-fevral 2026-yil
Jurnal soni: 17-B
Maqola raqami: 60
DOI: <https://doi.org/10.54613/ku.v17i.1514>
KALIT SO'ZLAR/ КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА/ KEYWORDS

Noverbal vosita, kommunikatsiya, temp, ritm, diksiya, Gipkost (egiluvchanlik) va podvijnost (harakatchanlik), diafragmatik nafas, pedagogik mahorat, ovoz balandligi, nutq sur'ati, pauza, intonatsiya, ekstralingvistik aspekt, kommunikativ vaziyat.

ANNOTATSIYA

Ushbu maqolada o'qituvchining dars jarayonida ta'limiy ta'sirchanlikni oshirishda noverbal nutq mahoratini takomillashtirish yo'llari yoritiladi. Xususan, muloqotda yuz ifodasi, nigoh, imo-ishora, tana holati va masofa (proksemika) kabi noverbal vositalarning o'quvchi diqqatini jamlash hamda mazmunni aniqroq anglatishdagi o'rni asoslanadi. Noverbal signallar o'qituvchi nutqining ishonchligi va emosional ta'sir kuchini kuchaytirib, pedagogik muloqot samaradorligini belgilashi ta'kidlanadi. Shuningdek, nutq texnikasi tarkibidagi tovush xususiyatlari — ovoz balandligi, temбри, ohang (intonatsiya), nutq sur'ati va pauzalarning didaktik vazifasi ochib beriladi. Ovoz diapazoni va artikulyatsiyaning aniqligi o'qituvchining kommunikativ ta'sirini kuchaytiruvchi muhim omillar sifatida baholanadi.

Kirish. Noverbal vositalar verbal nutqiy me'yor uchun kerak bo'lmagan, uslubiy g'aliz hisoblangan til birliklarini tartibga soladi, ya'ni zarur ishoralar bilan nutqiy ifoda bo'yqodirligi oshadi. Bu holda aniq muloqot jarayonida qo'llanilayotgan til birliklari (so'z, so'z birkmasi, gap) almashtirilishi mumkin bo'lgan imo-ishoralar bilan hamohang keladi. Shunga ko'ra o'qituvchi nutqining xususiyati, avvalo, o'quvchilarga qaratilgan va yo'naltirilgan bo'ladi. O'qituvchi monologi ham o'quvchilar bilan ichki dialog shaklida bo'ladi. Uning nutqida birgalikdagi ish uchun gapirish bo'ladi; "Birgalikda o'ylab ko'raylik", "O'ylaymanki, bu ishlar qiziqtiradi", "Siz albatga esladigiz" va boshqalar.

O'qituvchi og'zaki nutqining yana boshqa xususiyati, uning mazmuni o'quvchilar tomonidan ikki kanal orqali tovush va vizual yo'l bilan qabul qilinadi. Vizual harakatlar o'qituvchi nutqining ta'sirchanligi, ifodaliligini oshiradi, u o'qituvchining qayfiyati haqida ham o'quvchilarga axborot beradi. Shuning uchun yosh o'qituvchi muloqotda o'zining tashqi ko'rinishini boshqara olish ko'nikmasini shakllantirish kerak.

Og'zaki nutqning yana bir xususiyatlari improvizatsiya xarakterida ekanligidir. Tajribali o'qituvchi matnga yoki konspektga qaramasdan gapiradi, o'quvchi uni tinglay turib, so'z va ifodalar birdan tutilayotganligini ko'radi. Shunday holat vujudga keladiki, guvchi o'qituvchi bu haqiqatan fikrlarini birinchi marta o'quvchilar bilan ochayotgandek bo'ladi.

Adabiyotlar tahlili. Noverbal kommunikatsiya va pedagogik nutq madaniyati masalasi ilmiy adabiyotlarda keng yoritilgan. Jumladan, A. S. Makarenko pedagogik tajribasi asosida o'qituvchining nutqi nafaqat axborot uzatish vositasi, balki tarbiyaviy ta'sir omili ham ekanligini ta'kidlaydi. Uning fikricha, o'qituvchi so'zining ohangi, qat'iyligi va ifodaliligi orqali o'quvchilarga o'z irodasi, madaniyati va shaxsiy namunasini namoyon etadi [1, 243-b.].

Noverbal belgilar tizimi va ularning kommunikatsiyadagi o'rni Ch. Morris tomonidan semiotika nazariyasi doirasida tahlil qilingan. Olim belgilar tizimi inson muloqotida ma'no uzatishning muhim vositasi bo'lib, ular nafaqat til birliklari, balki turli paralingvistik elementlar orqali ham namoyon bo'lishini asoslab beradi [2, 86-b.].

V. N. Morozov o'z tadqiqotlarida noverbal kommunikatsiyaning psixologik jihatlarini eksperimental asosda o'rganib, mimika, imo-ishora, intonatsiya va ovoz temбри insonlar o'rtasidagi o'zaro tushunishni kuchaytiruvchi muhim omillar ekanligini ta'kidlaydi. Uning fikricha, nutq mazmuni ko'pincha aynan noverbal vositalar orqali kuchliroq ta'sir ko'rsatadi [3, 112-b.].

Tilshunoslikda paralingvistik vositalarning nazariy asoslari T.M. Nikolayeva va B.A. Uspenskiy tomonidan tadqiq etilgan bo'lib, ular nutq jarayonida til birliklari bilan bir qatorda mimika, jest, intonatsiya kabi vositalar ham kommunikativ ma'no yaratishda faol qatnashishini ko'rsatib berganlar [4, 57-b.].

O'zbek tilshunosligida ham noverbal vositalarning lingvopragmatik jihatlarini o'rganilgan. I. Islomjonova paralingvistik vositalarning gender xususiyatlarini tahlil qilib, muloqot jarayonida imo-ishora va yuz ifodalarining nutq mazmunini boyitishi hamda kommunikativ vaziyatga mos holda ma'no yuklashini ko'rsatadi [5, 64-b.].

M. Qurbonov esa imo-ishora vositalarida milliylikning namoyon bo'lishini tadqiq etib, turli xalqlarda jest va mimika tizimi madaniy an'analar bilan bog'liqligini, ular nutq jarayonida qo'shimcha semantik va emosional ma'no yuklashini ta'kidlaydi [6, 41-b.].

Tadqiqot metodologiyasi. Mazkur tadqiqotda o'qituvchining noverbal nutq mahoratini takomillashtirish masalasi nazariy va amaliy jihatdan tahlil qilindi. Tadqiqot jarayonida pedagogika, tilshunoslik hamda kommunikatsiya nazariyasiga oid ilmiy manbalarni qiyosiy tahlil qilish, pedagogik kuzatish, umumlashtirish va tavsifiy metodlardan foydalanildi. Shuningdek, o'qituvchilarning dars jarayonidagi nutqi, mimika va imo-ishoralari, ovoz temбри, intonatsiya, pauza hamda nutq sur'ati kabi noverbal va paralingvistik vositalarning qo'llanishi kuzatilib, ularning ta'lim jarayonidagi kommunikativ ta'siri o'rganildi. Olingan natijalar asosida o'qituvchining noverbal nutq mahoratini rivojlantirishga xizmat qiluvchi pedagogik tavsiyalar ishlab chiqildi.

Natijalar. Bo'lajak o'qituvchi nutqini takomillashtirishni quyidagi yo'nalishlarini ko'rsatish mumkin: o'z-o'zini nazorat va nutq madaniyatini rivojlantirish, no'tqiy muloqotning barcha holatlarida adabiy nutq qoidalarini egallash uchun o'ziga sharoit yaratish.

Nutq tayyorlash jarayonida o'zingizcha quyidagi savollarga javob toping: tinglovchilarda qanday fikr uyg'otmoqchisiz? Ularda qanday kayfiyat yaratmoqchisiz? Nutq mazmuni va sharoiti qanday intonatsiya va ritm talab etadi? Bir necha bor nutqingizni qaytarib ko'ring.

Kommunikativ nutqning muvaffaqiyatli bo'lishi o'qituvchida qator maxsus qobiliyatlar rivojlanishini talab qiladi: sotsial-perseptiv qobiliyati, ijtimoiy tasavvur qobiliyati, o'zini boshqara olish qobiliyati, muloqotda o'zining ruhiy holatini boshqara olish qobiliyati, irodaviy ta'sir ko'rsatish, ishontara olish qobiliyati.

Nutq malakalari va ko'nikmalarini muvaffaqiyatli egallash uchun sharoit yaratuvchi kishining umumiy ruhiy jimoniy xususiyatlarni rivojlantirish, bunda tasavvurni, obrazli xotira va fantaziyaning rivojlantirish ko'zda tutiladi.

Ba'zilar serjilo va yoqimli tovush tug'ma berilgan, lekin bu ham mashq qilib turilmasa buziladi. Kishi tovushini kuchli, egiluvchan, jarayonli qila olishi mumkin. O'qituvchi tovushining o'ziga xosligi nimada? Avvalo, bu tovushning kuchliligi. Uning kuchli nutq apparati organlarining aktivligiga bog'liq. Tovush eshitilishining uchuvchanligi, bu ovozni masofaga moslay olish, tovushni boshqara olipdir. Gipkost (egiluvchanlik) va podvijnost (harakatchanligi) tovushning uni engil o'zlashtira olish, tinglovchilarga moslashdir.

Diapazon - tovushning hajmi. Uning chegarasi juda yuqori va past ton bilan aniqlanadi.

Temp - tovush buyog'i, yorqinligi, shu bilan birga uning yumshoqligi, iliqqligi, o'ziga xosligi. O'qituvchida kasbiy kasallik kelib chiqmasligi uchun tovush gigenasiga amal qilish kerak. O'qituvchi ish vaqtining 50% davomida gapirib turadi. Pedagog ish vaqti tugagach 2-3 soat davomida o'zoq vaqt so'zlashishdan qochishi kerak. Zarur bo'lib qolsa qisqa va sekin gapirishi kerak.

Dars jadvali qo'yilishida shunga e'tibor berish kerak. 3-4 soat darsdan so'ng nutq apparati charchaydi, shundan so'ng 1 soat tovush dam olishi kerak. Ko'p stajli o'qituvchi 2-3 soatda charchaydi va 2 soat dam olishi kerak. Yuqori nafas yo'llari, nerv sistemalari, ovqatlanish rejimiga e'tibor berish kerak.

Diksiya - so'z, bu tovushning aytilishidagi to'g'ri va aniqlik. Diksiyani takomillashtirish nutq organlarining harakatini qayta ishlash bilan bog'liq. Bu borada maxsus mashqlar bajariladi.

Ritmika - ayrim bo'g'inlarni aytishdagi to'liq davomiylik, shu bilan birga nutqni tashkil qilish etapi. Bu nutqning muhim elementi bo'lib, ba'zan intonatsiya va pauza so'zdan ko'ra kuchli emotsional ta'sir qiladi.

Nutq tezligi o'qituvchining individual ovoz sifatiga, uning nutq mazmuni va muloqot holatiga bog'liq bo'ladi. Turli millatlarda nutq tempi turlicha bo'ladi. Ruslarda daqiqasiga 120 so'z atrofida, inglizlarda 120-150 so'zgacha bir temp maromida gapirishar ekan. Tadqiqotlarga ko'ra 1-4 sinflarda o'qituvchi minutiga 60 ta so'z, 5-11 sinflarda 75 ta so'z gapirishi to'g'ri bo'ladi.

Materialning murakkab qismini o'qituvchi past tempda, keyin esa tezroq ganirishi kerak. Qoida, qonunlar, xulosada nutq sekinlashadi, eslab qoladi, nutq mantiqini, fikrlar rivojini kuzatib boradi.

Ba'zilar tovush va uning tembrini tug'ma deb bilishadi. Lekin hozirgi eksperimental fiziologiya tovushni to'liq qayta qurish mumkinligini aniqlamoqda. Tarixdan ham ma'lumki, ba'zi kishilar o'zlarining nutq, tovushlarini takomillashtirib borganlar. Masalan, Demosfen o'zining bu sohadaga kamchiliklarini tugatib borib, Gretsiyaning siyosiy oratorlaridan biriga aylangan. Yoki Vladimir Mayakovskiy ham 20 yoshdan o'zini rasmiy chiqishlari uchun tayyorlagan, og'ziga toshchalar olib, Rion daryosi bo'yida ma'ruza nutqlari tayyorlagan.

Bugunda nutq texnikasi bo'yicha ishlashning pedagogik tajribasi asosida nutqiy nafas, tovush, diksiya, rimika kabi komplekslarini ishlash ko'zda tutiladi. Xususan, nafas organizmga hayot ta'minlab turishi bilan birga u nutqning energiya bazasi sifatida ham faoliyat qiladi. Nutqiy nafas fonotsiol nafas deyiladi (fono-tovush). Kundalik hayotda nutqimiz dialogik tarzda bo'lib, nafas qiyinchilik to'g'dirmaydi. Lekin darsda o'qituvchi ko'p gapirgan, ma'ruza o'qigan vaqtlarda o'zgarmagan, bir maromdagi nafas bilan gapirgan, ma'ruza o'qigan vaqtlarda bir xil ritmdagi nafas orqali so'zlangan nutq qiyinchilik tug'diradi: yuz qizarib ketishi, tomoq qurishi, talabada ham, o'qituvchida ham holsizlik bo'lishi mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Макаренко А. С. Некоторые выводы из моего педагогического опыта // Макаренко А. С. Сочинения: в 7 т. — М.: Изд-во АПН РСФСР, 1958.
2. Morris Ch. The general theory of signs. — Hague: Mouton & Co., Printers, 1971. — 500 p.
3. Морозов В. Невербальная коммуникация: Экспериментальные психологические исследования. — М.: Институт психологии РАН, 2011.

Nafas jarayonida qaysi muskullar ishtiroq etishiga qarab nafasning 4 ta tipi ajratiladi:

1. Yelka va ko'krak qafasining yuqori qismini ko'taruvchi muskullar ishtiroq etadi. Bu kuchsiz, yuqori nafas bo'lib, o'pkaning faqat yuqori qismi faol ishlaydi.

2. Ko'krak orqali nafasni qovurg'alar orasidagi muskullar amalga oshiradi, Diafragma kam harkatda bo'lib, nafas chiqarish kuchsiz.

3. Diafragmatik nafas — ko'krak hajmining o'zgarishi, diafragma qisqarishi hisobiga bo'ladi.

Diafragma va qovurg'a orqali nafas - diafragmaning har tomonlama hajmi o'zgarishi, qovurg'alar orasidagi va qorindagi nafas muskullari ham qatnashadi. Shu nafas to'g'ri bo'lib, bu nutqiy nafas uchun asos bo'lib hisoblanadi.

Muhokama. Mohir pedagog A.S.Makarenko yozganidek: "Men bolalarga qarata yaxshilab qat'iy aytilgan so'z zo'r ahamiyatga ega bo'lishiga, ko'pchilik hollarda bolalar bilan hanuzga qadar yaxshilab gaplasha olmasligimiz sababli ham tashkiliy formalarda ko'pgina xatolarimiz borligiga aminman. Shunday gapira olish kerakki, bolalar sizning gapingizdan irodangizni, madaniyatingizni, sizning shaxsingizni sezsinlar. Ana shunday gapirishni o'rganib olish lozim".

O'qituvchining nutqi aniq, jonli, obrazli, talaffuzi jihatdan yorqin, ifodali, his-hayajonli bo'lib, unda stilistik, grammatik, fonetik nuqsonlar uchramasligi lozim. Bir hildagi cho'ziq, zeriktiradigan nutq o'quvchilarni juda tez charchatadi, ularni lanj, loqayd qilib qo'yadi. Ayrim o'qituvchilar tez gapirishga, boshqalari sekin gapirishga moyil bo'ladi. Biroq o'quvchilarning o'zlashtirishlari uchun o'rtacha, jonli nutq yaxshi natija berishini esdan chiqarmaslik lozim. Shoshqaloqlik saboqni o'zlashtirishga xalaqit beradi va bolalarni tez charchatib qo'yadi. Haddan tashqari sekin nutq lanjlik va zerikishga sabab bo'ladi. Haddan tashqari keskin va baqiroq nutq esa o'quvchilarning asabini buzadi va toliqtirib qo'yadi. O'qituvchining zaif ovozi yomon eshitiladi.

Nihoyatda ko'p takrorlanadigan bir xildagi imo-ishoralar va harakatlar kishining g'ashini keltiradi. Imo-ishora yuz harakatlari bilan ta'sir ko'rsatish mumkin. Bunda ham imo-ishoralar so'z-tovush nutqini to'sib quymasligi kerak. Og'zaki ta'sir qilish mazmuni ta'sir qiluvchi ta'sir ko'rsatishning aniq turiga bog'liq. Hatto oddiy nutqda ham agar kuchli ta'sir qiluvchi ta'sir ko'rsatish vazifasi qo'yilmasa, faqat axborotning mazmuni emas, gapiruvchining so'zlashish ohangi ham idrok etiladi. Nutq texnikasini takomillashtirish uchun o'z ovozin chetdan turib eshitish muhimdir. Bu o'rinda telefon o'qituvchilarga bebaho yordam beradi. Og'zaki ta'sir qilishning har xil turlarini magnit lentasiga yoki telefon apparatiga bir necha marta yozib olib, eshitib ko'rish zarur, shunga erishish kerakki, u galdan bu galga ovoz ohangi tobora aniqroq bo'lib borsin, hal etilayotgan vazifaga tobora mos kelib, so'zlovchining individual xususiyatlarini juda mukammal ifodalaydigan bo'lsin.

Xulosa. So'z bilan ta'sir ko'rsatishni amalda qo'llanish o'z hissiyotlarini, ijodiy ta'sirlanishini boshqarish ko'nikmalariga va o'z his-tuyg'ularini ifodalash uchun aniq shaklni topa bilishga asoslanishi lozim. Bu sohada aktyor ishi osonroq ekanligini e'tirof qilish kerak. Ta'lim-tarbiya ishi rahbarning doimiy tutgan yo'li ba'zan pedagogika his-tuyg'ular va fikrlarni so'z bilan ifodalashda qolibda ish tutishga olib keladi. Ko'pincha so'z bilan ifodalashning bir qolibdaligi o'qituvchi hayajonlanganda va jiddiy ayb, gunoh qilgan o'quvchilarni qoralash lozim bo'lganda yaqqol ifodalanadi.

Pedagogik jarayonda qo'llanadigan o'zaro fikr almashishining asosiy shakllari tahlil qilish va ularga ta'rif berish darsni vaqtda bo'lajak o'quvchining kasb-koriga o'z-o'zini tarbiyaligi uchun ham pedagogik muomala madaniyatini takomillashtirish uchun ham asos bo'lib xizmat qiladi.

4. Николаева Т.М., Успенский Б.А. Языкознание и паралингвистика // Сборник "Лингвистические исследования по общей и славянской типологии". — М.: Наука, 1966. — 150 с.

5. Исломжонова И. Паралингвистик воситаларнинг гендер хусусиятига оид лингвопрагматик таҳлил. — Т.: 2018.

6. Қурбонов М. Имо-ишора мулоқотида миллийликни ифодалаш. — Андижон: STEP BY STEP PRINT, 2022. — 100 б.