

Дефектолог-
логопедлар,
тарбиячилар ва
ота-оналарга
ёрдам

74,37
Ш 77

287
Шомахмудова Р.Ш.



БАРМОҚЛАР МАШҚИ ВА НУТҚ ЎСТИРИШ



Майда қўл моторикаси машқлари

Китобда сиз қуйидагиларни топасиз:

- Бармоқлар ўйинлари ва машқлар.
- Бармоқлар алифбоси.
- Майда қўл моторикаси ва тўғри нутқни ривожлантириш.
- Диққат, хотира ва тафаккурни ривожлантириш.
- Луғат бойлигини ошириш.
- Логоритмик машқлар.
- Бармоқлар театри.



74.37
Ш 77

Мактабгача ёшдаги болалар билан машғулотлар
ўтказиш учун қўлланма

Р.Ш. ШОМАХМУДОВА

БАРМОҚЛАР МАШҚИ ВА НУТҚ ЎСТИРИШ

Майда қўл моторикаси машқлари



ТОШКЕНТ-2018

Низомий номли
Т Д Р У
kutubxonasi

931104



УЎК: 37.018.1

КБК 81.2

Ш.78.

Р.Ш. ШОМАХМУДОВА,
педагогика фанлари номзоди профессор

Та к р и з ч и л а р :

Ш.Ў. Ғуломова-Сергели тумани 508-ММТМ логопеди.

Н.Обидова-Тошкент Давлат Низомий номидаги ТДПУ
катта ўқитувчиси

Ш.Т. Каримова-ўқув коррекцион реабилитация
марказининг бош логопеди

З. Омонова - Мактабгача инклюзив ўқув коррекцион таълим
марказининг ўқитувчиси

Мазкур қўлланмада мактабгача ёшдаги болаларнинг майда қўл моторикасини ривожлантиришга оид берилган турли хил машқлар, мақоллар, тез айтишлар, қувнок шеърлар ва машғулотлар ўйин тарзида берилган. Қўлланмада қайд этилган бармоқлар машқи мактабгача ёшдаги болаларнинг нутқини, диққатини ва хотирасини ривожлантиришга, ёзувга тайёрлашга ва мактабга тайёрлашга мўлжалланган. Ушбу қўлланмадан мактабгача таълим муассасаси дефектолог-логопедлари, тарбиячилар ҳамда олий таълим тизимидаги бакалавр, магистр, қўшимча таълим муассасаларида фаолият юритувчи мутахассислар ҳамда малака ошириш институтининг курс тингловчилари ва ота-оналар болалар билан шуғулланишлари мумкин.

УЎК: 37.018.1

КБК 81.2

МУАЛЛИФДАН

Бола тарбияси унинг туғилишидан яъни илк ёшидан бошланади. Боланинг биринчи қадами, зинама-зина кўтарилиши, ўзининг шахс сифатида шаклланиб бориши ва чиройли дунё оламига кириб бориши ўйин асосида ривожланади. Болалар билан олиб бориладиган турли хил ҳаракатли ва дидактик ўйинлар унинг жисмоний аъзоларини ривожлантиради. Шунингдек унинг мавжуд бўлган нуқсонларини енгиллаштиради. Боланинг фикрлаш қобилияти, тафаккур ва нутқий қобилиятини шакллантириб боради. Ўйин, шеър, эртак, ижод қилиш каби фаолият турларини олиб боришимиз эса, биз болани ўқиш-ёзишга ўргатишимизга ва уни қанчалик билим олишига боғлиқ. Болалар билан ўтказиладиган логопедик машқларни ўтказиш максимал даражада яхши натижа беради. Бола машқларни қизиқиб ва завқланиб бажариши учун бериладиган материалларни нафақат танлаб олиши, шунингдек уни ўтказиш шаклини яхши билиши ҳам керак. Логопедик тажрибада мактабгача ёшдаги болалар билан қўлланиладиган ўйин, бармоқлар машқи ҳозирги кунда жуда машҳур бўлмоқда.

Хурматли ота-оналар!

Бир неча йил олдин боланинг илк ёшидан ривожлантириш унча долзарб масала эмас эди, деярли эътибор берилмас эди. Бу масала билан кўпинча мутахассислар ва мактабгача таълим муассасаларида фаолият юритувчи педагоглар шуғулланар эди. Ҳозирги кунда кўпчилик ота-оналар болани илк ёшидан ривожлантириш кераклигини тушуниб етишди ва катта иштиёқ билан мустақил равишда болалар билан шуғулланиб келишмоқда.

Бола билан ўтказиладиган машғулотнинг максимал даражада натижа бериши ва у бу ишидан қониқиши учун нафақат материални тўғри танлаш ҳамда иш тартибини тўғри йўлга қўйиши зарур.

Ҳозирги кунда мактабгача ёшдаги болалар учун логопедик амалиётда қўлланилаётган иш тартиби долзарб бўлмоқда.

Замонавий логопедия фани жуда кенг тармоқлидир. Логопедик ишнинг кўп усуллари нафақат коррекцион муассасаларда, мактабгача умумтаълим муассасаларида балки уй шароитида ҳам бармоқлар машқи боланинг мускулларини ривожланиши учун қўлланилиб келмоқда. Логопедик иш тартибининг муҳимлиги шундаки, бола билан ўтказиладиган ўйин қизиқарли бўлиши учун профессионал ёндашувни амалга ошириш керак.

Болалар билан ўтказиладиган логопедик машқларни максимал

даражада ўтказиш яхши натижа беради. Бола машқларни кизиқиб ва завкланиб бажариши учун бериладиган материалларни нафақат тўғри танлаб олиш, шунингдек, уни ўтказиш шаклини яхши билиш керак. Логопедик тажрибада мактабгача ёшдаги болалар билан қўлланиладиган ўйин, бармоқлар машки ҳозирги кунда жуда машхур бўлмокда.

Бола ҳаёти – бу ўйин. Бола ўйин орқали атроф олами тасаввур қилади, ривожланади ва ўсади. Катталар қай даражада ўйинни сифатли ташкил қилиши ва бу ўйин боланинг талабига қанчалик тўғри келишига боғлиқ. Ўйинни ўтказиш тартибини билиш учун логопедик иш усуллари қўллаш муҳим аҳамият касб этади.

Логопедиянинг бу бўлими ўқитиш, тарбиялаш, ўйинни бирига қўшиб уйғунликда олиб боришини талаб қилади.

Логопедик ўйин тартибини қўллашдан мақсад-боланинг майда қўл бармоқлари ва нутқ аъзоларини (функциялари) ривожлантириш, қўлни ёзишга ўргатишга тайёрлаш, кейинчалик унинг нутқини, хотирасини, диққатини шакллантириш ва ривожлантиришдан иборат. Шунинг учун ҳам майда қўл бармоқларини ривожлантирувчи ўйинларни олиб бориш муҳумдир.

Бола нутқини ўрганган таниқли тадқиқотчи олим М.М.Кольцов қадимдан қўл бармоқларининг ҳаракатларини ривожлантириш тарихидан бошлаб қўл ҳаракати нутқ билан боғлиқлигини алоҳида таъкидлаб ўтган. Болани ёшлигидан бошлаб майда маторикасини ривожлантириш жуда фойдали эканлигини аجدодларимизнинг қарашларидан ҳам билишимиз мумкин. Шунинг учун ҳам бармоқларни нутқ аъзоси деб биламиз. Буюк аجدодларимиз даврларидан бошлаб, бармоқлар ўйини ҳар бир халқнинг миллий санъатида қўлланилиб келинган. Бу мисолларни ўзбек, рус, белорус, озарбайжон ва бошқа миллатларнинг фольклор санъатида кўриш мумкин. Масалан: товушсиз имо-ишора билан театрлаштирилган пантомима рақслари, қўлга кийилган қўғирчоқлар ўйини, бармоқлар ёрдамида турли шаклларни намоиш этиш. Бунда бу пантомима рақсларини намоиш этишда қўл ва бармоқлар машкидан кенг фойдаланилмокда. Бармоқлар машки ўйинини ўтказиш тартибини билиш учун логопедик иш усуллари қўллаш муҳим аҳамият касб этади. Бу машқларни болалар билан ўйин шаклида ўтказиш жараёнида кичкинтой катталар билан мулоқот қилишни ўрганади, шу билан бирга самарали билим олишга, ҳамда тўлақонли шахс сифатида илк ёшидан ривожланишига ёрдам беради. Шунинг учун ҳам бола билан биргаликда ўтказилган вақт ўйинни кизикарли, ҳазиломуз, ҳаётий

воқеа ва ходисалар билан боғлаб ўтказишимиз келажакда болани ҳар томонлама шахс бўлиб ўсишига ёрдам беради.

Майда қўл моторикаси бармоқлар машқини бажариш, боланинг фаол нутқини ривожлантиришга ижобий таъсир кўрсатади. Олимларнинг электрофизиологик тадқиқотларида бармоқларини импулси асосида нутқ зонаси шакилланиши қайд этилган. И.П.Павлов нутқнинг ривожланишида тактил сезгининг катта аҳамиятга эга эканлиги тўғрисида фикр билдиради.

Тактил сезги нутқ марказининг ҳаракатига қўшимча энергия бериб шакллантиришга ёрдам беради. Бош мия қанча ривожланса нутқ ва тафаккур ҳам шунчалик тез ривожланади. Бу концепция ҳозирги замон олимларининг ишлаб чиққан назариясига асос бўлди.

Бош мияда нутқ маркази жуда яқин жойлашган. Марказий нерв системасининг (миянинг) олдинги қисмининг учдан бир қисмида қўл мушаклари жойлашган. Майда моторикани такомиллаштириш асосида нутқ аъзолари ривожланади. Агарда ривожланишда турли хил камчилиги бўлган болаларнинг нуқсонларини 2-3 ёшгача тузатишмаса уларнинг мулоқотга кириши ортда қолади ва атроф оламдаги овозларни, ҳаракатларни бажаришда қийналишади. Шу сабабли ривожланишида турли хил нуқсонлари бўлган: (кўришида, эшитишида, нутқида, ҳаракатида) болалар билан коррекцион ишларни эрта бошлаш тавсия этилади. Айнан шу давр боланинг атроф оламни идрок этиши, мулоқотга кириши, нутқни тушуниши, ритмик интанацион овоз жиҳатларини шакилланишини – ота-оналар ва тарбиячилар билиши зарур. Уч ёшдан кейин эса, ривожланишнинг шаклланиши анча қийин ва узок вақт кечади. Бу ёшдаги болалар билан ҳаракатларини ривожлантириш машқлари, буюмлар ва ўйинчоқлардан фойдаланиш, идрок қилиш, атрофдаги буюмлар ва ходисалар билан танишиш, расм чизиш, бармоқлар машқини ўтказиш шарт. Одатда мактаб ёшигача бўлган болаларнинг ихтирочилик фаолиятини ривожлантириш – бола ривожланишининг олдинги боскичларида бошланган расм, нақш чизиш, аппликацияга ўргатишни давом эттириш билан боғлиқдир. Унда ўз тасаввурини акс эттиришга, нарса-буюмни, аввало, катталар ёрдамида, сўнгра мустақил кузатишга ўргатиш, фонетик ритмикадан тизимли фойдаланган ҳолда кун давомида машғулотлар ўтказиш тавсия этилади.

Шуни айтиш жоизки, логопедик ишда фойдаланадиган бармоқлар машқини логоритмик машқлар билан биргаликда олиб бориш болаларнинг нутқий ва майда қўл моторикасини ривожлантиради, луғат бойлигини оширади. Логопедик машғулотларда бармоқлар машқини ва логоритмик машқларини бажариш билан бир

каторда болаларнинг нутқини, товуш талаффузларини тўғри ривожлантиришга қаратилган машқ ва машғулотлар муҳим аҳамият касб этади. Масалан: предметларни номлаш, товушларни бўғинлаб ва жумлаларни оғзаки талаффуз қилиш ҳамда ўқиш ва ёзишга ўргатиш ишлари олиб борилади. Бундай машғулотлар жараёнида нутқ ўртасида нафас олиш, нутқ суръати ва оҳангини ривожлантиришга йўналтирилган машқлар қўлланилади.

Бола билан турли хил бармоқлар машқини бажариш қўл моторикасини ривожлантиришда яхши натижа беради. Бундай машқларни бажаришда нутқ марказида кўзғалиш пайдо бўлиб бармоқлар ҳаракати фаоллашади. Бармоқлар машқини бажариш болани расм чизишга тайёрлайди, қўл мушакларининг ҳаракати фаоллашади ва кейинчалик ёзиш малакасини оширишга ҳам ёрдам беради. Ҳар бир машқни бажариш бўйича предметли расмлар, шеърлар, геометрик шакллар билан ишлаш усулларида фойдаланиш лозим. Машқларни бажаришда барча бармоқларнинг иштироки ва ҳаракати муҳимдир. Бола бармоқлар машқини расмлар асосида яхши бажаришни ўзлаштириб олганидан кейин машқлар мураккаблашиб боради. Кейинги босқичда бармоқлар иштирокида сахналаштирилган пантомима, сюжетли кичик ҳикоялар намойиш қилинади. Ота-оналар ва педагоглар шуни билиши жоизки, бола билан бажариладиган барча машқлар тушунарли ва осон бўлиши керак. Машғулот болага қизиқарли бўлиши ва унга завқ бағишлаши лозим.

Мактабгача ва кичик мактаб ёшидаги кўпчилик болаларда умумий моторикасини етарлича ривожланмаганлиги билан бир каторда майда қўл моторикаси – бармоқларининг яхши ривожланмаганлиги кузатилади. Майда қўл моторикаси бармоқларнинг ҳаракатини ривожлантириш бўйича олиб бориладиган ўйинлар болаларнинг тева-рак атрофни тасаввур қилиш, мўлжалга олиш ва нутқий моторикасини коррекциялашга ижобий таъсир кўрсатади. Бармоқлар машқини ҳар бир логопедик ва тарбиявий машғулотларда 2-3 дақиқадан машқ қилдириш лозим. Масалан: бармоқлар саломлашмоқда машқини бажаришда ўнг қўлнинг катта бармоқ учини навбатма-навбат кўрсаткич бармоқни, ўрта бармоқни, жимжилок бармоқ учига тегизилади. Худди шу ҳолатда чап қўлнинг бармоқлари билан ҳам ушбу машқлар бажарилади. Шу тартибда барча бармоқлар билан ҳаракатли ва нутқий машқлар олиб борилади.

КЎРИШ ВА МАЙДА ҚЎЛ МАТОРИКАСИНИНГ РИВОЖЛАНИШИДА ЁШГА ДОИР ТАЛАБЛАР

Бола қўлларини оғиз томонга йўналтиради. Ўз қўлларининг ҳаракатини кузатади. Кўрув идроки орқали буюмларга қўл узатади ва ушлайди.



3-6 ойлик. (1)

Болада кўриш ва қўл моторикаси бир-галикда ривожланади. Кўз қўл ҳаракатини йўналтиради. Бола буюмни бир қўлдан иккинчи қўлга олади, кубикларни қутига, қошиқни косага сола олади.



6-12 ой (2)

Бола битта қўли билан иккита предметни ушлайди, китоб саҳифаларини варақлайди. Иккитадан олтитагача бўлган кубикларни устма-уст қўяди. Квадратни квадратга, овални овалга жойлаштиради.



1-2 ёш (3)

Бола қутиларни очади ва улар ичидаги нарсаларни ташқарига олиб ташлайди. Кум ва лой ўйнайди, қопқоқларни очади, бармоқлари билан бўйайди, телефоннинг тугмаларини боса олади. Намуна бўйича “Х” (икс) чизади.



2-3 ёш (4)



3-4 ёш (5)

Бола қаламни бармоғи билан ушлайди (муш-тида эмас), бир қанча шаклдаги чизмаларга қараб чизади. Кубиклардан нарсалар йигади, уй қуради. Думалаб келаётган коптокни илиб олади. Катта ҳажмдаги тугмаларни ечади ва тақади.



4-6 ёш (6)

Бола рангли қалам ва бурчаклар билан расм-лар чизади. Оддий шаклдаги уйнинг расми (квадрат ва диагональ), одамча (2 тадан 3 та-гача тана аъзоси бор одам: бош, қорин, қўл, оёқ). Квадрат ва юлдузни намуна бўйича чи-зади. 9-та кубикдан кўпроқ бўлган кубикдан қурилма ясайди. Қоғозларни устма-уст қўяди. Предметларни пайпаслаб, аниқлаб бера олади. Пластиндан нарса ясай олади. Майда тугма-ларни қадайдди ва еча олади.



4-6 ёш (6)

Бола расмларни хатосиз қирқа олади. Ҳарф ва сонларни босма ёзувда ёза олади. Расм-да етишмаган қисмини чизиб, давом эттириб қўяди. Мухга болга билан уради. Кўрсатилган геометрик шаклларни номлаб беради. Тика олади, тўқий олади, майда конструкторлар билан ишлайди. Расм фаолиятининг турли йўналишларидан фойдаланади (лой иши, қуриш-ясаиш, аппликация). Расм чизганда болада кўп ҳажмда майда деталларни чизиши шаклла-нади, бола ишнинг турли йўналишларини эгал-лайди. Аста-секинлик билан босма ҳарфларни ёзишдан ёзма ҳарфларни ёзишга ўтади.

БОЛАЛАР БИЛАН ЎЙНАЛАДИГАН ЎЙИНЛАР

Бола тўлақонли ривожланиши учун катталар билан мулоқотда бўлиши лозим. Бола илк ёшидан бошлаб, катталарни яхши кўриши, ғамхўрлик қилиши, илик мулоқотда бўлиши уни жисмоний ва ақлий ривожланиб боришига асос бўлади. Оилада боланинг дастлабки бир ҳафталигидан бошлаб мулоқотда бўлиб, унга ашула оҳангида алла айтиш, кичик тўртликлар, фольклор, ўйин тарздаги мақол, маталларни эшиттириб бориш бола билан мулоқотда бўлиш унда катта эмоционал ривожланишига ижобий таъсир кўрсатади ва тинчлантиради. Теварак атрофни идрок қилиши боланинг тасаввурини кенгайтиришда ва нутқни ривожланишида энг муҳим омилдир. Болалар билан ўтказиладиган логопедик машқлар максимал даражада яхши натижа беради. Бола машқларни қизиқиб ва завқланиб бажариши учун бериладиган материалларни нафақат танлаб олишга, шунингдек, уни ўтказиш шаклини яхши билишга боғлиқ. Логопедик тажрибада мактабгача ёшдаги болалар билан қўлланиладиган ўйин, бармоқлар машқи ҳозирги кунда жуда машҳур бўлмоқда.

Боланинг илк ёшидаги даври ўйин бўлиб, бола ўйин орқали атрофни оламни тасаввур қилади, ўрганади, ривожланади ва ўсади. Катталар қай даражада ўйинни сифатли ташкил қилиши ва бу ўйин боланинг талабига қанчалик тўғри келишига боғлиқ. Ўйинни ўтказиш тартибини билиш учун логопедик иш усуллари қўллаш муҳим аҳамият касб этади. Бу бўлим биринчи навбатда она ва болага тавсия этилади. Мулоқот кўпроқ бир томонлама бўлади. Она ўзи билмаган ҳолда бола учун жуда фойдали ва керакли ҳаракатларни ривожлантириб боради. Болани илк ёшидан бошлаб психологик, жисмоний, ақлий эмоционал ривожланиши бўйича олиб борилган ишлар, боланинг таълим олиши ва шахс сифатида ривожланишига ва тўғри тарбияланиб боришига асос бўлади. Кўпчилик инсонларда кичкина бола фақат жисмоний ёрдамга муҳтож, деган нотўғри фикр мавжуд: овқатлантириш, чўмилтириш, кийимларни алмаштириш ва ҳоказолар. Болани мулоқотдан маҳрум этмасдан она болани меҳр билан бағрига босиши ва меҳрли овози билан болани тинчлантириши керак. Бола билан мулоқотга киришишда кўшиқ яхши омил саналади. Бола ҳаётининг биринчи ҳафтасиданок у билан мулоқотда бўлганда кўшиқ куйлаш, алла айтиш, оддий шеърый кўшиқларни хиргойи қилиш мумкин.

«АЛЛА»

“Алла” азалдан болаларга айтилиб келинадиган қўшиқ бўлиб, болани ухлашга тайёрлаш, кундузги ва кечки уйқудан олдин болани асабийлаштирмасдан енгилгина силаш ёрдамида тинчлантириб сокин муҳитни яратиш керак. Алла айтиш жараёнида она ўз фарзандига бўлган меҳр-муҳаббатини изҳор этиб боради.

Она болани бошини ва қўлини силаб бешикка белади. Бешикни тебратиб алла айтади.



Алла

Алла айтай жоним болам, қулоқ солгин алла,
Ширин аллам тинглаб, аста ухлаб қолгин алла.
Қўзларингга томган сувга ҳайрон бўлма алла,
Истикболнинг порлоқ сенинг жажжигинам алла-ё.
Бахтимга сен катта бўлгин, ҳазон бўлма алла.

Жонимнинг жиндалаги, алла,
Қовуннинг ҳандалаги, алла.
Гуллар ичида ғунчаси, алла,
Нонлар ичида кулчаси, алла.
Қўзичогим, дўмбогим, алла,
Қўзингни юм оппогим, алла.

Алла, алла, оппоғим, алла,
Гул ичида япроғим, алла.
Қизил гулнинг бутоғи, алла,
Онанг шунинг адоғи, алла

Ойни олиб берайми, алла,
Кунни олиб берайми, алла,
Беланчагинг бошига, алла,
Сара гуллар терайми, алла?

Алла, алла, ойдин яхши, алла,
Қайғу-гамдан шодлик яхши, алла.
Бекадр кариндошликдан, алла,
Қадр билган ётлик яхши, Алла.

Қоронғу кенг далада.
Типратикон ухлади.
Инга кириб олмахон,
Ширин уйкуга толди.

Алла-алла алла-ё,
Куёнчам ухлаб қолди.
Алла-алла алла-ё,
Бақа ҳам ухлаб қолди.

Алла-алла, алла-ё,
Алла айтайин сизга.
Сув тубида балиқлар,
Кетди ширин уйкуга.

* * *

Ой келади ботгани,
Ўғлим келади ётгани.
Тонг сахарда шабада,
Хизмат килсин уйғотгани.
Алла, болам, дўмбоқкинам, алла-ё, алла,
Ширин кўзичоғим, алла-ё алла.
Осмондаги юлдузга алла-ё алла,
Денгиздаги кундузинга алла-ё алла.
Кеча тўйиб ухласанг алла-ё алла,
Ором ўтар кундузинга алла-ё алла.

Бармоқлар ухлайди



Бир, икки, уч, тўрт, беш
 Жим бўлинг, шовқин солманг.
 Бармоқларни уйғотманг.
 Керак энди дам олиш,
 Озгина ухлаб олиш.
 Барча бармоқ ухлайди,
 Ҳеч ким халакит бермайди.

Мушукчам ухла

Оппоккина мушукчам,
 Ухлай қолгин хотиржам.
 Сичқонча инда ухлар,
 Қушлар ҳам инга қайтар.
 Эрта тонгда турамиз,
 Бирга яна ҳинаймиз.



Она алла айтаётган пайтида боласининг қўли ва бармоқларини енгилгина силаб, уқалаб ўтириши мумкин. Боланинг қўлини ўз кафтига қўйиб, аввал бутун кафтини силайди, сўнг жимжилоқдан бошлаб ҳар бир бармоқни силайди.

Сўнгра ҳар бир бармоқ, жимжилоқдан бошлаб бош бармоқгача учидан бошлаб аста-секин ишқалайди. Силашга қараганда ишқалашда кўпроқ куч талаб этилади ва уқалаш машқлари асосида олиб борилади.

Барча массаж уқалаш машқлари силашдан бошлаб, силашда якунланади. Шу боис қўл, кафт ва бармоқларни ишқалаш ва силашни такрорлаш лозим.

“УЙҒОНИШ”, “УЙҒОТИШ”

Бола инжиқланмаслиги ва йиғламаслиги учун катталар иложи борича турли шеърлар, қўшиқчалар ва санамалар айтиши боланинг нутқини ривожлантиришга яхши ёрдам беради.

Кичкинтойни ювинтирганда, сочларини тараганда, кийинтираётган пайтингизда ҳар бир ҳаракатингизни изоҳлаб беринг.

Она олдин ҳар бир ҳаракатни ўзи бажаради, кейин болага қайтаришини таклиф қилади. Агар бола ҳали жуда кичкина бўлса, кичкинтойнинг қўлидан ушлаб, у ёки бу ҳаракатларини биргаликда бажариб, кўрсатиб бериши мумкин.

Ўт чумоли

Ўт чўмоли уйқудан турди, *Қўлни тепага чўзамиз.*

Чумчукча донга осилди, *Ўнг қўлни мушт қилиб, чап қўлнинг кафтига тақиллатади.*

Куёнча каромга, *Бармоқлар ёрдамида қулоқчани кўрсатинг.*

Сичқонча ушоғига, *Қўлни мушт қилиб, жимжилоқ бармоқчани кўрсатинг (сичқончанинг думига ўхшатиб).*

Болачалар сутга, *Қўлни лисонча шаклига келтириб, сут ичаётган ҳаракатини кўрсатинг.*

Куёш чикди

Куёш чикди чараклаб, *Иккала қўл билаклари бир-бирига ёпиштирилиб, бармоқлар ён тарафга сочилади.*
Вактли турдик эрталаб!

Бармоқлар уйғондилар
ва ишга киришдилар.

Муштни 4 марта сиқиб-очиш.

Бармоқлар ҳаракатда,
Онам хурсанд бизлардан!

Бола кафти билан чапак чалади.

Сувча, сувча

Сувча, сувча
Юзимни юв
Яноқларим кизариши учун,
Кўзларим ялтираши учун,
Оғзим кулиши учун,
Тишим тишлаши учун.



*Катталар болани ювтинраётганда ўз ҳаракатлари ва юви-
ла ётган юз қисмларининг номини айтади. Бунда нафақат ҳиссий
мулоқот шаклланади, шу билан бир қаторда бола ўз тана аъзолари-
ни ўргана бошлайди.*



Соч ўстириш

Сочларимни тарайман,
Сочларимни ўрайман.
Сочларим белимга тушсин,
Бир тола ҳам йўқолмасин.
Чигал бўлмай, сочлар ўссин,
Қиз онага кулок солсин.

*Катталар қизнинг сочини тараб, шеър айтади ва сўзларни кетма-
кет такрорлашни сўрайди. Шунда болада яхши кайфият ва ҳиссий
мулоқот ўрнатилади.*

Эрта тонгда



Тонг сахарда кизариб,
Куёш чикди чарақлаб.
Бармоқлар уйғондилар,
Кийиндилар болалар.
Ура! – бармоқлар турди,
Нонушта вақти келди.

Болани кийинтириш ва тугмаларни тақшишга ўргатиш учун ушбу матал айтилади. Болани бир неча марта муштни сиқиб-очиш, чапак чалиш-ни таклиф қилинг. «Энди эса бармоқлар сенга ёрдам беришга тайёр», деб айтинг!

Чапак чалиш

Чапак, чапак чаламиз,

Катта одам билан болалар биргаликда чапак чаладилар.

Хурсанд бўлиб сакраймиз.

Бармоқлар ёрдамида сакраш ҳолатини кўрсатиб бериш лозим.

Бувижонга борамиз,

Бармоқлар ёрдамида юриш ҳолати.

Ширмой кулча ёпамиз.

Иккала қўл бармоқлари ёрдамида нон ясаш.

Ёзилади дастурхон,

Иккала қўл ёрдамида дастурхон ёзилиб, уни силаб теккислаш ҳолатини кўрсатиб бериш.

Бувижоним меҳрибон

Катта одам болани қучоқлаб бошини силайди.

Катталар билан болалар биргаликда бажариши мумкин бўлган бундай машқлар ёрдамида боланинг кайфияти ва турли хил уйинларга бўлган қизиқиши ортиб боради.

БАРМОҚ ЎЙИНЛАРИ ВА МАШҚЛАР

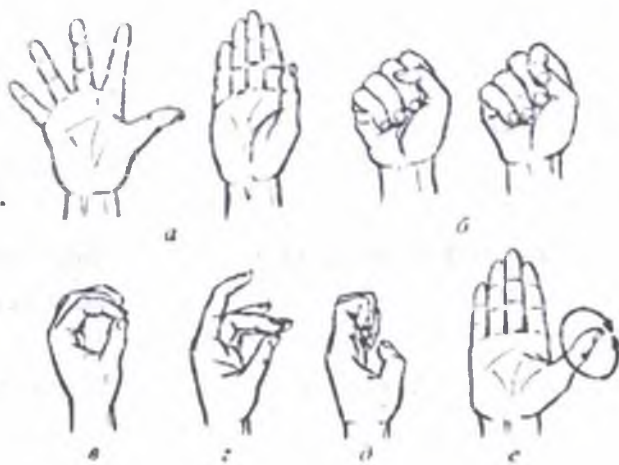
Машғулотда бармоқ учун ажратилган ўйинли тренинг 10–20 дақиқани ташкил этади. Бу вақтда боланинг диққати ўтилаётган мавзу бўйича маълумотларни эслаб қолишига қаратилган бўлиши лозим.

Машғулотга тайёргалик даври – 3 дақиқа.

Бу босқичда бармоқлар номини ёдлаш, умумий енгил машқларни бажариш, қўл ҳаракатлари ва бармоқлар учун машқлар бажариш мумкин. Бу машқларни оддий нуткий шеърлар билан олиб борса ҳам бўлади.

М а с а л а н :

Катта бармоқ уйига,
Кўрсатгич ўрта, номсиз.
Миттигина жимжилок,
Келди меҳмонга бир кун.
Эшик аста очилиб,
Бармоқлар кириб келди.
Бешта ўғлон бирлашиб,
Мазза қилиб ўйнашиб,
Сакрадилар, юрдилар,
Ўтирдилар, турдилар.
Барча бармоқ инок дўст,
Бир-бирисиз ҳаёт йўк.



Машқларни “ўтилган” ўйин ёрдамида такрорлаш 3-5 дақиқани ва машқларни янги ўйин билан ўргатиш 5 - 7 дақиқани ташкил қилади.

Машғулотни якунлашда ҳам ҳар бир ўтилган машғулотларни такрорлаб, машғулот якунланади.

Бу бўлимда энг кераклиги бола билан биргаликдаги ижодий ёндашув ва қизиқишига асосланиб, машғулотни келгуси сафар давом эттиришга бўлган хоҳишини сўндирмаслик лозим.

Мушук сайрга чикди

Мушук сайрга чикди,
Тоза ҳаво олмоққа.
Олдидан сичқон чикса,
Тутиб олиб емоққа.



Бош устида қулоқ шаклини кўрсатиш

Кулча сотиб олди

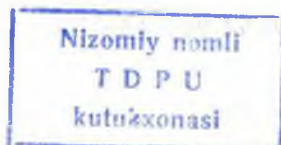
Сайр қилиб мушукча,
Бориб қолди дўконга.
Ширин кулчани кўриб,
Шошиб қолди олмоққа.



Чап қўл кафтлари текис қилиниб, ўнг қўл бармоқ учлари бирлаштириб чап қўл кафтига қўйилади. Кейин қўллар алмашади.



*Чап қўл бармоқлари йигилиб биров бу-
килади, ўнг қўлнинг бармоқлари мушт
қилиниб чап қўл кафтига қўйилади.*



931104

Кўриб қолди, мушукча
Ўртоғи қуёнчани.
Ҳадя қилди дўстига
Сотиб олган қулчани.



Кўрсаткич ва ўрта бармоқлар юқорига кўтарилиб ораси очиқ ҳолатда кўрсатилади, қолган ёрдамчи ва жимжилоқ бармоқлар букилади ва унинг устидан бош бармоқ қўйилади. Бу ҳолат қуён қулоқларини билдиради.

Қуёнча сакрайди

Жажжи қуён қувониб,
У ён, бу ён сакрайди.
Ўз уйи атрофида,
Шодон, қувноқ, яйрайди.



Қўллар бош устида, бармоқларнинг учлари бирлаштирилиб, учбурчак ҳосил қилинади. Бу ҳолат уйнинг томини билдиради.

Ўнг қўл кафти очилиб, бармоқлар бирлаштирилиб, олдинга чўзилади ва айлантирилади.



Эчки

Шохдор эчки келяпти,
Айёр эчки келяпти.
Кўз-кўз қилиб гавдасин,
Қайсар эчки келяпти.



Ўнг қўлнинг кўрсатғич ва жимжилоқ бармоқларини юқорига кўтариб, ўрта ва номсиз бармоқлар букилиб, бош бармоқ унинг устига қўйилади.

Эчкилар шохидек,
Оёқларни: Тўп! Тўп! уриб
Сув ичмаса ўнгга қараб,
Ўт емаса чапга қараб,
Доно эчки келяпти.

Шиллик қурт

Шиллик қуртжон, шиллик қурт,
Кўринишинг бошқача.
Жажжигина шохчангу,
Гажак думинг бошқача.



Чап қўл мушт қилинади. Ўнг қўл бармоқлари чап қўлнинг устига қўйилади.



Шилликкўрт шохчаси кўрсатилади

Иккала қўлнинг кўрсатгич ва ўрта бармоқлари бирлаштирилиб, бошнинг икки ён томонига қўйилади.

Юришларинг кўрсатсанг,
Шохча, думинг кўрсатсанг.
Бир кулиб, қараб боксанг,
Ширмой нонлар бераман.

Чап қўл кафти очилади. Ўнг қўл бармоқлари бирлаштирилган ҳолда думалоқ қилиниб чап қўл кафтига қўйилади.



Ёмғир

Ёмғир, ёмғир, жон ёмғир,
Шовкин солмай ёғақол.



Чап қўлнинг кафтини очиқ ҳолатда ушлаб, ўнг қўлнинг бармоқ учлари билан очиқ қўлнинг қафтига урилади.

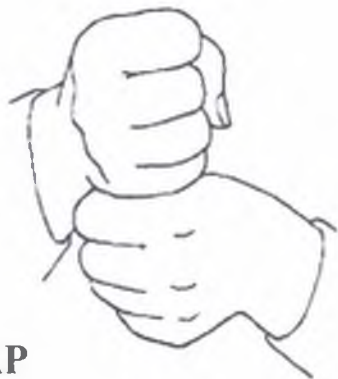


Иккала қўл бармоқларининг учлари галма-галдан бирлаштирилади ва очилади.

*Кўм-кўк дала, кирга ёғ,
Ўрмонзору, бокка ёғ.*

*Деразамни чертмасдан,
Майингина ёғақол.*

Иккала қўл бармоқлари мушт қилиниб, бир-бирининг устига қўйилади.



ТОПИШМОҚ ВА ЖАВОБЛАР

*Эрта тонгдан туради,
Доим кўшиқ айтади.*



*Иккала қўлнинг бармоқ учлари
бир-бирига тегиб туради.*

*Галма-галдан бармоқ
учлари чапак чалади.*





Бошида қизил тожи

Ўнг қўлнинг бармоқлари текис ва тик қилиниб, чап қўлнинг бармоқлари ўнг қўл бармоқлари орасига киргизилади ва сиқиб турилади.

Бу нима? ким билади?

Эрталабдан турувчи,
Доим қўшиқ айтувчи.
Бошида бор қизил тож,
Будир хабарчи хўроз.



Чап қўлнинг бош ва кўрсаткич бармоқ учлари бирлаштирилиб, ўрта бармоқ ва жимжилоқ бармоқ бироз юқорига кўтарилиб хўроз тумшуги шакли ҳосил қилинади.

Арча тагида бир кун

Иккала қўл бармоқлари тик қилиниб, бир-бирининг орасига киргизилади ва арча шакли ҳосил қилинади.



Кўрдим игнали ёстик



Иккала қўл бармоқлари ётиқ ҳолатда бир-бирининг орасига киргизилади.



Ётди, ётди у тонгда

Иккала қўл бармоқлари букилиб бир-бирининг орасига киргизилиб, мушт ҳолатда сиқиб турилади.

Қочиб қолди бир зумда

Иккала қўлнинг сиқилиб турган бармоқлари галма-галдан очилади ва бўшаштирилади.

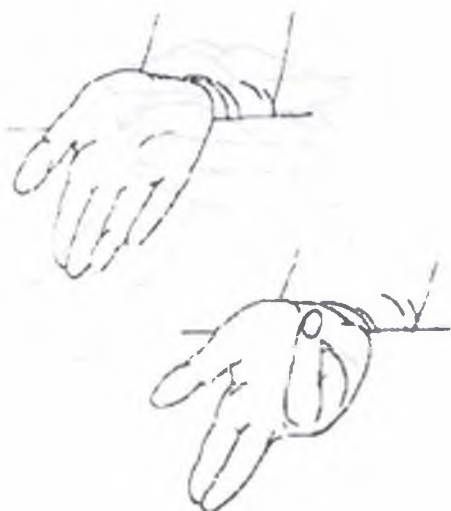




Қор парчалари

Эрта тонгда ҳавода,
Юлдузчалар айланиб.
Кафтимга тушиб олди,
Бир зумда эриб қолди.

Ўнг қўл бармоқлари мушт қилиниб,
кўрсаткич бармоқ юқорига кўтарилиб,
навбатма-навбат айланма ҳаракатни
бажаради.



Иккала қўлни стол устига қўйиб,
кафт юқорига қаратилади. Бармоқлар
навбат билан жимжилоқдан бошлаб
букилади ва мушт ҳолига келтирилади.



Қор



Оппоқкина ёпинчиғим

Иккала қўлнинг кафтлари очиқ ҳолда юқорига қаратилади.

Ер юзини қоплади

Чап қўл мушт қилиниб, ўнг қўл бармоқлари муштнинг устини ёпади.



Қуёш чарақлаб чиқиб

Иккала қўл билаклари бир-бирига ёпиштирилиб, бармоқлар ён тарафга худди қуёш чарақлагандай сочилади.

Кўрпам ҳам эриб қолди



Иккала қўл бармоқлари галма-галдан қўлнинг устини силайди.

ҚУВНОҚ ШЕЪРЛАР

Тук-тук қилиб болғачам
Янғи уйлар қуради

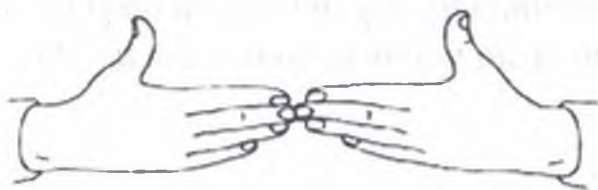
*Иккала қўл бармоқлари мушт қилиниб,
бир-бирининг устига қўйилади.*



*Иккала қўл бармоқларининг учла-
ри бир-бирига теккизилиб, учбурчак
ҳосил қилинади.*

Худди сарой синғари
Эшик, ромлар қўяди.

*Иккала қўлнинг кўрсаткич ва
бош бармоқлари учлари бир-бирига
теккизилиб, бошқа бармоқлар бу-
килган ҳолатда бўлади.*



*Иккала қўл олдинга чиқариб,
бармоқлар тўғри ҳолатга кел-
тирилади ва узун бармоқ уч-
лари бир-бирига теккизилади.
Бош бармоқлар эса юқорига
қўтарилади.*

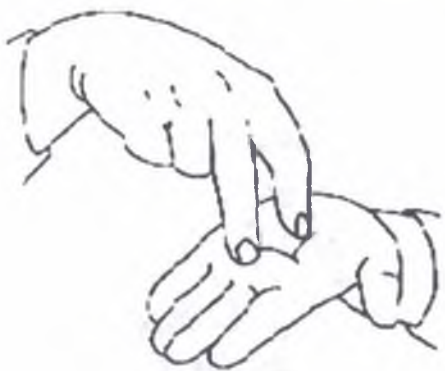
Апрел ёмғири

Ёмғир, ёмғир ёғасан.

*Барча бармоқ учларини жамлаб,
бирдан таранг қилиб очилади.*



Сайр этгани бермайсан.



Чап қўл кафти текис очилади. Ўнг қўлнинг кўрсатғич ва ўрта бармоқлари чап қўл кафтида юриш ҳаракатини ба-
жаради.

Ёмғир сувларинг билан,
Ерларни ҳам ювасан.



Ўнг қўл бармоқлари чап қўл бармоқлари-
нинг устки қисмини силайди.

Қўлларнинг бу ҳаракати алмаштирилади.



Том ва дарвозаларни
Сен янгилаб берасан.

Кафтлар бир-бирига эгилган икка-
ла қўлнинг ўрта кўрсатғич ва номсиз
бармоқларнинг учлари уйнинг томига
ўхшатиб бир-бирига текизилади.

Иккала қўл юқорига кўтарилиб, бармоқлар
бир-бирининг орасига киргизилиб девор шакли
ҳосил қилинади.



Айёр типратикан

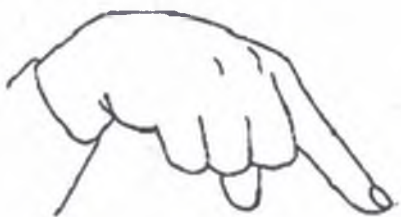
Чевархон типратикан,
Тикди тиконли камзул.
Камзул жуда чиройли,
Тугмаси йўқ, игнали.



*Қўл мушт ҳолатига келтирилиб,
бош бармоқдан бошлаб,
бирин-кетин бармоқлар очилади.*

Олма, нок меваларни,
Игнага илиб олди.

*Иккала қўл кафтлари бирлаштирилиб,
бармоқ учлари эса бир-бирига теккизилади.*



Боғда нима кўрса у,
Елкага осиб олди.

*Қўл мушт ҳолатига келтирилиб, кўр-
сатгич бармоқни стол устига қўйиб, ҳара-
катлантирилади.*



Шунча совғани олиб,
Дўстлар олдига шошди.

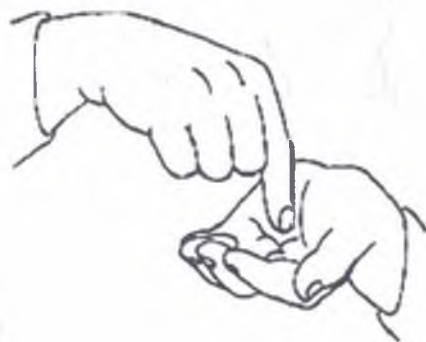
Кафтлар бир-бирига қаратилиб, жимжилоқ ва бош бармоқлар бир-бирига икки мартадан тегизилади.

Хаммани меҳмон қилиб,
Дилларни шод айлади.

Бўтқа

Малика бўтқа пиширди
Дўстларини чакирди.

Ўнг қўлнинг қўрсатгич бармоғи чап қўлнинг кафтига қўйилиб айлантирилади.



Сурайё, Муҳайё, Ақром, Иқромни
Меҳмон қилди барчани.

Ўнг қўлнинг қўрсатгич бармоғи билан чап қўлнинг бармоқ учларини жимжилоқ бармоқ бирма-бир силкитиб чиқади.

Ширин, тотли бўткасин
Ликопчага солди у.

Иккита қўл бармоқлари бирлаштирилиб, кафтлар ликопча шаклига келтирилади.



Кучук ва мушук учун
Товоқларга солди у.

Кафт очик ҳолда, бош бармоқ юқорига
кўтарилиб кўрсатгич бармоқ букила-
ди. Жимжилоқ бармоқ тепа-пастга
ҳаракатлантирилади.



Ўрта, номсиз ва бош бармоқларни букиб, доира
шаклига келтирилади. Жимжилоқ ва кўрсатгич бармоқ
ларни кўтариб биров букилади.

Сичконча шошиб келиб,
Татиб кўрди бўтқани.

Кафтлар очик ҳолатда ёнбошлаб, бир-
бирига бирлаштирилади. Бош бармоқларни
юқорига кўтариб, чапак чалинади, шу тарз-
да ҳаракат давом эттирилади.



Барчалари шод хуррам,
Кувноқ, шодон яйрашди.
Мазали бўтқани еб,
Роса мазза қилишди.

ТОПИШМОҚЛАР

Бу бўлим катта ёшдаги болалар учун.

Бунда болалар топишмоқлар, тез айтишлар, чўпчаклар, кизикарли ашулаларни топишади. Болага қўли билан кўрсатиб топишмоқнинг жавобини топишини айтинг, ўзингиз ҳам топишмоқ, тез айтишларни топиб кўрсатинг кейин ўрин алмашинг.

Болага топишмоқ айтинг у жавобини топсин.

КАРАМ

Қаранг ажойиб нарса,



Ердан чиққан коптокча.



Қарс-курс килади,
Бу қандай овоз бўлди.

Ярашар қарс-курс қилсам,
Ахир мен Карам бўлсам.



Билаклар бирлашган ҳолда кафт очилиб, бармоқлар ёйиқ ҳолда ҳар томонга айлантрилади.

Иккалла қўл бирлашиб копток шакли ҳосил қилинади.

Қўлларни кулф ҳолатида бир - бирига маҳкамлаб икки томонга тортилади, қўллар ҳолати алмашади.



Иккалла қўл бирлашиб копток шакли ҳосил қилинади.

ДЎСТЛАР

Бир, икки, уч, тўрт,



Бармоқлар мушт қилиб йиғилади,
сўнг кўрсаткич бармоқдан бошлаб,
кетма-кет бармоқлар юқорига кўта-
рилади (бош бармоқдан бошқа).

Тўртта сичкон инок дўст.



Иккала қўл бармоқлари букилиб
бир-бирининг орасига киргизилиб,
мушт ҳолатда сиқиб турилади.

Чой ичишди, ош ейишди,

Кафтларни бирлаштириб косача
қилиб, пастга қаратиб чайқатамиз.

Беш тангадан пул тўлашди.

Қўлни мушт қилиб тепага кўтариб
тез таранг қилиб очамиз, бармоқлар
ёйилади.

ТОПИШМОҚЛАР

Тогда, богда яшайди,
Қишин, ёзин яшнайд.

(арча)



Аслим тупроқ бўламан,
Пишгач кучга тўламан.
Рангим сарик, қизғиш, оқ,
Қурувчига мен ўртоқ.

(ғишт)

Чаён эмас чакагон,
Қуш эмас учагон.
Эртаю кеч ўзини,
Биз-бизлаб мактаб қоғон.

(ари)



ҚАНИ ТОПИНГ-ЧИ!

Ҳил-ҳил пишиб,
Оқ шафтоли.
Шохда турар,
Ток шафтоли.
Усмон тўртта

Еди кеча.
Ойим менга
Берди бешта.
Қани, топинг,
Бари нечта?

(тўққизта)



МАҚОЛЛАР

Шогирдсиз устоз – мевасиз дарахт.

Яхши гап дил давоси.

Яхшилик ерда колмас.

Билишни истасанг, сўрашдан тортинма.

Ош деса чопар, иш деса қочар.

Кишининг сўзига эмас, ишига бок.

Ҳунарли киши хор бўлмас.

ТЕЗ АЙТИШЛАР

Ёш мушук – мош мушук,
Мош мушук – ёш мушук.

Кишмиш еган кишининг,
Тиши қамашмасмиш.

Жамила жийдани жойига жойлади.
Чаманда чирманда чалдим.

Каримга бердим тойчоқ,
Мен у билан чин ўртоқ.

Чархчи чархлар,
Пичок яркирар.

ШЕЪРЛАР

Саримсок

Саримсокман, саримсок,
Доим менинг таним соғ.
Сал хиди бор демасанг,
Кўп эмас, оз-оз есанг,
Гўёки сув, хавоман,
Минг бир дардга давоман.



Мажнунтол



Бошим эгик мажнунтол,
Мажнунтолман, мажнунтол.
Дам олсангиз соямда,
Мен сизлардан,
Мамнун тол.

Сабзи

Таништириб ўзини,
Сабзи бошлар сўзини:
– Қизил, сариқ рангдамиз,
Енгилмаймиз жангда биз.
Ер остида уйимиз,
Доим фикру ўйимиз:
Одамларга бериб наф,
Қозонда турсак қайнаб.



Чорлашма

Ашула, шула, шула,
Қозонда пишди шовла.
Келинг, кўшиқ айтайлик,
Жўр бўлишиб бир йўла.

Аввал барча машқлар аста - секин бажарилади, агар бола талаб қилинган ҳаракатни қабул қила олмаса, мустақил бажара олмаса, боланинг кўлини ушлаб, ҳаракатини биргаликда бажариш лозим.

Болага шунини тушунтириш лозимки, машқ давомида барча бармоқлар ишлаши керак, ҳатто жимжилоқ ҳам дангасалик қилмаслиги лозим. Айрим ҳаракатларни кичкиналар бажаришга қийналадилар. Лекин биз ўз иш тажрибамизда шунга гувоҳ

бўлдикки, болага ҳам осон ҳам қийин машқларни кўрсатиш лозим.

Енгил машқларни бола ўша заҳотиёқ бажаради, қийин машқларни олдинига эслаб қолади, кейин эса ниманидир мустақил бажаришга ҳаракат қилади. Бола кўрсатмаларни бажара олгандан сўнг, уни рағбатлантиришни унутманг.

Ўқиш ва ёзишга кизиқа бошлаган каттароқ ёшдаги болалар учун, “Бармоқлар алифбоси” ҳарфларни ўрганиш ва мустаҳкамлаш учун қўшимча кизиқарли материал бўлиб хизмат қилади. Сўзлар шундай ҳолатда танланганки бола сўздаги биринчи товушни ажрата олади.

М а с а л а н : Катта одам болага сўз қайси ҳарф билан бошланганлигини аниқлаб беришини таклиф қилади. Сўнг шеърларни ўқиб бўлгач, нима ҳақида гап кетаётганлигига қараб, болага предметни қўл ҳаракатлари билан кўрсатиб беришини таклиф этиши мумкин.

“Бармоқлар алифбосини” тўлиқ эгаллагандан сўнг болага ўзи мустақил равишда предметни ўйлаб топиш ва уни ҳаракатлар билан кўрсатиб беришини таклиф этилади.

Шуни айтиш жоизки, юкорида келтирилган шеър, мақол, топишмоқ ва тез айтишлар болаларни нафақат бармоқлар ҳаракатини ривожлантиришга, шунингдек товушларни тўғри талаффуз қилишга, луғат бойлигини оширишга ва боғланган нутқини ўстиришга ижобий таъсир кўрсатади.



БАРМОҚЛАР АЛИФБОСИ

Бу бўлим 3 ёшдан бошлаб болаларга ўйин фаолиятида фойдаланиш учун ва асосий ҳолатлар билан танишишга мўлжалланган бўлиб, машғулотларда шуғулланишлари учун тавсия этилади.

“Бармоқлар алифбоси” ёрдамида сиз бола билан биргаликда нафақат таклиф этилган ўйинларни балки ўзингиз мустақил ўйлаб чиқилган ўйинларни ўйнаш, топишмоқларнинг жавобини топиш, ёқтирган шеърларни айтиш, мақолларни ўргатиш, кичик сахна кўринишларини ўйнаб кўрсатиш, кичик эртакларни ҳикоя қилиб беришингиз мумкин.

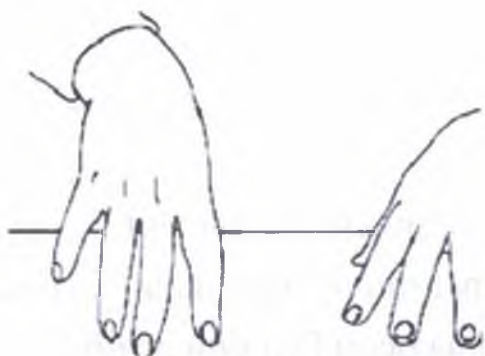
Бармоқлар алифбосида бола асосан ҳарфларни ва уларни англа-тувчи расмларни бармоқлар ёрдамида кўрсатишни ўрганади. Бунда кўрсатилган ҳар бир расмлар болага қулай ва осон бўлиши лозим.

Таклиф этилган ҳар бир эртакни тушунтириш учун эртаклар аниқ ва расмлар билан танланган. Болалар бу эртакларни осон эслаб қоладилар ва катталар кетидан қийналмасдан эртак мазмунини айтиб бера оладилар.

“Бармоқлар алифбосидан” ишни бошлашингизда болага расмни кўрсатинг ва шеърни ўқиб беринг. Агар имконият бўлса, шу жисмларнинг тайёр ҳолатини топинг. Бола бу жисмни ўз ўйинчоқлари ичидан ёки ўзи яхши кўрган китоблари ичидан топсин. Унга шу жисм ёки нарсани бармоғи билан кўрсатишни таклиф этинг. Олдин катталар тушунтиради. Сўнг у ёки бу топшириқнинг қандай бажарилишини қўл ва бармоқ ҳаракатлари орқали кўрсатилади. Кейинчалик аста - секин боланинг ўзи предметнинг ҳаракат ёки ҳолатини бармоқлари билан кўрсата олади.

Айик

Мешкорин Айик полвон,
Ҳеч асалга тўймайди.
Асалариларнинг ҳеч,
Меҳнатини билмайди.



Иккала қўл бармоқлари ёйилиб, стол устига қўйилади ва бармоқлар юргизилади.

Балик

Балиқни биласизми?
Сувсиз яшай олмайди.
Чиройли қўйлагини,
Ҳеч кимга алишмайди.



Иккала қўл олдинга чўзилади, бармоқлар бирлаштирилиб, ўнгга ва чапга тез-тез ҳаракатлантирилади.

Варрак

Валининг варраклари,
Осмонга учиб кетди.
Самога чирой бериб,
Валини хурсанд қилди.



Ўнг қўл бармоқлари текис ҳолатда олдинга чиқарилади. Юқоридан пастга, пастдан юқорига қаратиб ҳаракатлантирилади.

Гул

Гуллар жуда нафисдир.
Кишига завқ беради.
Ҳатто олам ҳуснига
Чирой ва кўрк беради.



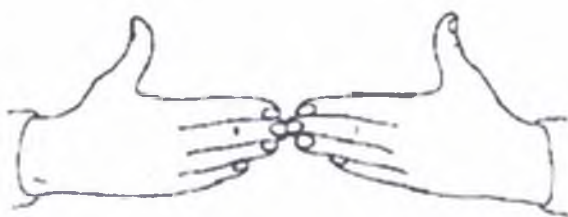
Қўллар юқорига кўтарилиб, биллаклар бирлаштирилади. Бармоқлар икки томонга қаратиб, худди қуёш чарақлагандек, ёйиб турилади.

Дарвоза

Дарвозани оч тезрок,
Дўстларни чақирайлик.
Барчамиз биргалашиб,
Ҳйин кулгу килайлик.



Иккала қўлнинг кафтлари ўзига қаратиб, ўрта бармоқнинг учлари бир-бирига тегиб туради. Бош бармоқлар юқорига кўтарилади.



Етти

Еттидирман билсангиз,
Бармоқларни санангиз.
Агар билмай қолсангиз,
Олтига бир кўшингиз.

Иккала қўл юқорига кўтарилади. Ўнг қўлнинг бешта бармоғи, чап қўлнинг жим-жилоқ ва ёрдамчи бармоқлари юқорига кўтарилади қолган бармоқлар кафтга қараб букилади.





Ёмғир

Ёмғирдирман, ёмғирман,
Ё ҳарфига бошлиқман.
Ёлғиз қолмасин десанг,
Ёнимга қўш бирор ҳарф.

Барча бармоқ учлари бирлаштирилиб, сўнг таранг қилиб очилади. Худди ёмғир ёғаётгандек тез-тез очиб ётилади.



Жўжа

Чип-чип жўжаларим,
Менинг жажжи жўжаларим.
Қанотини ёйиб турган,
Сарикқина жўжаларим.

Чап қўл кафти косача шаклига келтирилади. Ўнг қўлнинг кўрсаткич бармоғи косача ичига қуйилади. Бошқа бармоқлар қайрилиб туради.



Зағча

У ён чопди зағчажон,
Бу ён чопди зағчажон.
Ўз донини тополмай.
Оворадир зағчажон.



Ўнг қўлни юқорига кўтариб, бармоқлар учлари жипслаштирилади ва олдинга чўзилади. Қушинг тумшуги шакли ҳолати кўрсатилади.

Игна

Игнадирман кичкина,
Миттигина кўзим бор.
Ип ўтказсанг гар менға.
Бир дунё юмушим бор.



Қўлни мушт қилиб, кўрсатгич бармоқ юқорига кўтарилади ва игна ҳолати кўрсатилади.



Какку

Какку куйлайди кўшиқ,
Ўз дардин баён этиб,
У ҳамиша ҳавотир,
Кўкламга ин керак деб.

Чап қўл кафти очилиб, ўнг қўлнинг уч бармоғи ҳар томонга айлантирилади. Жимжилоқ ва бош бармоқлар букилади.



Чап қўл бармоқлари ўнг қўл
бармоқлари билан силанади

Чап құл кафти очиқ, текис ҳолатда.
Ўнг құл бармоқлари билан кафтга навбат билан урилади.



Лола

Лола, лола, лолажон,
Гўзалдирсан лолажон.
Нафис чиройинг билан,
Безайсан кир, далани.

*Иккала қўл бармоқлари йигилиб,
навбатма-навбат гул очилгандай
очилади.*



Мушук

Момиққина мушугим,
Юмшоққина мушугим.
Ширингина сут берсам,
Рахмат айтган мушугим.



*Чап қўл кафти очиқ, юқорига қаратил-
ган, ўнг қўл бармоқлари йигилиб, қўл кафти-
ни айланма ҳаракат билан силайди.*



*Ўнг қўл чап қўл устини мушукчани сила-
гандек охиста силайди,*



Нон

Хаётнинг мазмуни нондир,
Нон ҳаммага керакдир.
Уни авайлаганлар,
Зўр ҳурматга лойиқдир.



Чап қўл кафтини бироз букиб, косача шаклига келтирилади. Ўнг қўл бармоқларини мушт қилиб, чап қўлнинг кафтига қўйилади.

Олма

Мен олмаман кўрингиз,
Хомлигимда олмангиз.
Хомлигимда олсангиз.
Вой корним, деб қолмангиз.



Ўнг қўл бармоқлари мушт қилиниб, чап қўлнинг бармоқлари устини ёпиб туради.

Пиёда

Спорт соғлиқ гарови,
Инсонни чиниктирар.
Қанча юрсанг пиёда,
Умринг бўлар зиёда.



Ўнг қўлнинг кўрсаткич ва ўрта бармоқлари стол-
нинг устига қўйилиб, қолган бармоқлар букилган холда
юргизилади.

Рақамлар

Мана кўринг болалар,
Бизлар доно рақамлар.
Бизни билиб олсангиз,
Сира ҳам қийналмайсиз.



Ўнг қўл бармоқлари очилиб, тик қилинади. Чап қўлнинг кўрсаткич бармоғи билан бармоқ учларига тегизилиб саналади.



Саватча



Саватчани олиб тезда,
Бокқа қараб югурдим.
Мевалардан тўлдирдим.
Дўстимга совға қилдим.

Иккала қўл бармоқлари бир-бирига киргизилиб, бош бармоқлар учлари бир-бирига теккизилади. Саватча шакли ҳосил қилинади.



Тарвуз

Копток каби думалоқ,
Ичи қизил сувлирок.
Мазали ширин хануз,
Ҳа, сиз айтган бу тарвуз.



Чап қўл бармоқлари мушт қилиниб, ўнг қўл бармоқлари билан устидан сиқиб ёпиб турилади.

Узук

Йўлда мен кетаётиб,
Узукча топиб олдим.
Узукчани кўрдим-у,
Бармоққа тақиб олдим.



Ўнг қўл бармоқлари мушт ҳолатда бўлади. Бош ва кўрсатгич бармоқ учлари бирлаштирилиб узукча ҳосил қилинади. Чап қўл бармоқлари ён томонга қаратиб очилади. Узукча ҳар бир бармоқчага тақилади.



Фил

Филполвон мақтанади,
Мен кучли ва кўркмасман.
Агар Сичкон бўлмаса,
Ҳеч кимга енгилмасман.

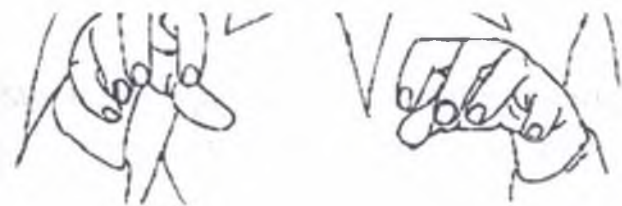
Қўл бармоқларни ёйиб, кафтлар қулоқ
орқасига келтирилади, бош бармоқ
қулоқнинг орқасига қўйилади.



Икки қўл кафтлари ва бармоқлари
очишиб, ўнг қўлнинг бош бармоғи, чап
қўлнинг жимжилоқ бармоғига тек-
кизилиб уланади ва узун бармоқ ҳосил
қилинади.

Хаскаш

Боғда барғлар тўкилди,
Хаскаш билан йиғаман.
Барчасини тўдалаб,
Тоза қилиб кўяман.



Кафтлар настга қаратилиб,
бармоқлар бировз букилади ва
стол устида юқоридан настга
хаскаш сингари ҳаракатлан-
тирилади.

Шолғом

Мен сиз айтган шолғомман,
Рангим қизил ва сариқ.
Мазам бироз аччиқдир,
Соғлик учун зарурдир.



Юлдузлар

Осмон тўла юлдузлар,
Чараклаб нур сочар.
Кечаларни ёритиб,
Оламга чирой берар.



Ўнг қўл бармоқлари очилиб, сочилган ҳолда кўрсатилади.

Янги йил



Янги-янги истаклар,
Бахтдир кулган чечаклар.
Бизни кутар истикбол,
Янги йилжон келақол.



Иккала қўл бармоқлари тик ҳолда бир-бирининг орасига киргизилиб арча шакли ҳосил қилинади.



Ўрдак

Сувда сузар ўрдакчам,
Тоза юрар ўрдакчам.
Чиройли куйлагини,
Ифлос қилмас ўрдакчам.

Ўнг қўл тик кўтарилиб, бармоқлар учлари бош бармоқ билан бирлаштирилади.



Қурбақа

Қурбақалар дўстлигин,
Кўриб кўйинг болалар.
Мана шундай аҳиллик,
Айтинг, яна қайда бор?



Бармоқлар йиғилиб, мушт ҳолатда стол устига қўйилади ва тезликда очилиб, ётилади. (Қурбақа сакраган ҳолатга ўхшаб). Яна тез қўлни мушт қилиб, стол устига бармоқларни очиқ ҳолда қўйилади.

Ғоз

Сувда сузади аста,
Сувдан чиқар бирпаста.
Қизил башмоқ кийган у,
Товуши йўғон ғоздир бу.



Ўнг қўлнинг тирсаги стол устига қўйилади. Бармоқ учлари бош бармоқ учига бириктирилади. (худди ғознинг тумшуги шаклидек)

Чумоли

Биласизми, болалар,
Меҳнат роҳат бағишлар.
Шунинг учун чумолилар,
Тинмай меҳнат килишар.



Ўнг қўлни мушт қилиб, кўрсаткич ва узун бармоқларни ўнг ва чап томонга қараб, ҳаракатлантирилади. (чумоли ҳаракатидек)



ТУРЛИ ҲАРАКАТЛАРНИ ТАСВИРЛАШ

“Деворни бўйаймиз”



Ўнг қўл чап қўлнинг кафтида енгил ҳаракатлантирилади.
Қўл ҳаракатлари алмаштирилади.

“Мушукчани силаймиз”



Бунда асосий ҳаракат силаш бўлиб, ўнг қўл бармоқлари бироз олдинга эгилиб-чўзилиб ҳаракатлантирилади.

“Жўжаларни овқатлантирамыз”

Ўнг қўл тирсагини столга тираб, бармоқ учлари бирлаштирилади. Кейин бармоқлар бўшаштириб, аста-секин очилади. Иккала қўл бу ҳаракатларни галма-галдан, сўнг биргаликда бажаради.



“Гитара чаламиз”



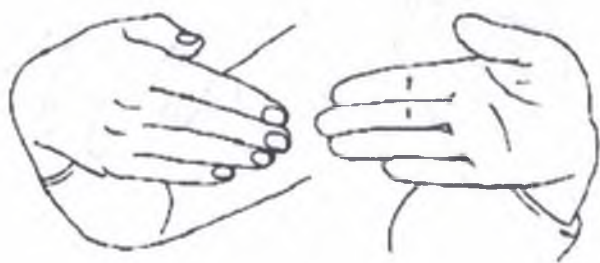
Қўл ҳаракати билан дуторни чалаётган ҳолатни кўрсатилади. Ўнг қўл бармоқлари гитаранинг настки томонидан, чап қўлнинг бармоқлари гитаранинг бош тарафида ҳаракатлантирилади.

“Сурнай чаламиз”

Сурнай чалинаётган ҳолат кўрсатилади. Иккала қўл бармоқлари бир-бирига туташтирилиб, бармоқлар ҳаракатлантирилади.



“Тўлқин”



Бола иккала қўли билан тўлқин ҳаракатини бажаради. Иккала қўл бармоқлари текис ҳолатда ҳаракатлантирилади.

Малика уй бекаси

Маликахон гўзал қиз,
Ораста-ю, доно қиз.
Бунн ҳамма билади,
Кўрган хавас қилади.



Ўнг қўл бармоқлари чап қўлнинг кафтини силайди, чап қўл бармоқлари эса ўнг қўл кафтини силайди. Машиқлар навбат-ма-навбат бажарилади.

Сичқонча стол тагидан ушоқларни териб олмоқда

Чап қўлнинг кафти узайтирилиб, бармоқлар бирлаштирилади. Ўнг қўлнинг узун бармоғи билан ёрдамчи бармоқ бош бармоққа бириктирилади. Жимжилоқ бармоқ ва кўрсаткич бармоқ “қулоқча” шакли ҳосил қилинади. Бириктирилган бармоқлар сичқонча юзини чимчилайди.



Мушук дераза тагида



Ўнг қўлнинг жимжилоқ ва кўрсаткич бармоқлари тик қилинади ва биров эгилади. Узун ва ёрдамчи бармоқ учлари қайтарилиб, бош бармоқнинг учига текизилади ва думалоқ шакл ҳосил қилинади.

Тирноқ билан тирнамоқда



Чап қўл бармоқлари бирик-тирилиб, узайтирилади. Ўнг қўл бармоқлари бириктирилиб, бироз эгилади ва тирноқлар билан чап қўлнинг кафтини тирнайди.

Ўнг қўлнинг бош бармоғи кўтарилади, қолган бармоқлар чап қўлнинг бармоқларини силайди. Чап қўл бармоқлари йигилиб, узайтирилади.



Ўнг қўл бош бармоғи кўтарилади ва бошқа бармоқларни орқа томони билан чап қўл кафтига қўйилади.

Ўнг қўл бармоқлари бўшаштирилган ҳолатда тиззага қўйилади. Чап қўл бармоқлари устини силайди.



ҲАММОМ

Ўнг ва чап қўл бармоқларини текис қилиниб, юқорига қаратиб кўтарилади. Иккала қўл бармоқ учлари бир-бирига текизилиб, учбурчак ҳосил қилинади.



Болаларга бу ҳаммом эканлиги ва ҳаммом бизга нима учун кераклиги тушунтирилади.



Иккала қўл бармоқ учлари бириктирилади, учбурчак ҳосил қилинади. Бармоқлар ораси бироз очилади. Иккинчи кишининг кўрсаткич бармоғи бармоқлар орасига киргизилади.

Иккала қўл бармоқлари бириктирилиб, уларнинг орасига бола бармоғини киргизади. Бармоғи сиқилса қўлини тортиб олади. Бу машқ бир неча марта такрорланади.



АСКАРЛАР



Икки қўл кафтини бирлаштириб, ҳар бир бармоқни очиб овоз тақлид қилинади.

М а с а л а н : жимжилоқ бармоқда болалар ингичка ва майин овозда гапиради. Ўртанча бармоқда она овозида гапирилади. Кўрсатгич бармоқда аскарлар овозида гапирилади.

Кўрсатгич бармоқ бир-бирини тақиллатади.



Кечаси ҳамма чайлада ётади,
Бакирик овоз эшитилади.

Солдатлар: тук-тук!

Болалар: ким бу ерда?

Жимжилоқ бармоқлар бир-бирини тақиллатмоқда.

Солдатлар: иккита солдатлар ётишга келишди.

Кўрсатгич бармоқлар тақиллатади.

Болалар: ойимдан сўраймиз.

Жимжилоқлар тақиллатади.

Она: болалар нима дейсиз?

Ўртада бармоқлар тақилламоқда.

Болалар: иккита аскарлар ётиб қолишга келишибди.

Жимжилоқ бармоқ тақилламоқда.

Она: отангиздан сўранглар.

Ота: болалар нима дейсизлар?

Ўрта бармоқ тақилламоқда.

Болалар: иккита аскар ётиб қолишга келишибди.

Жимжилоқ бармоқлар тақиллайди.

Ота: киритинглар!

Бармоқлар бириктирилади ва кўрсатгич бармоқлар бир-бирига урилиб тақиллатилади.

Ўрта бармоқлар тақиллайди.

Болалар: киринглар!

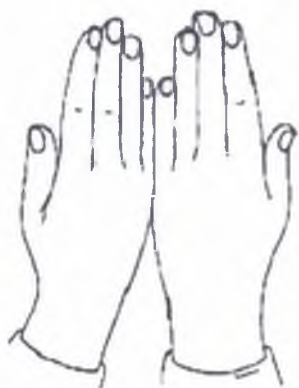
Жимжилоқ бармоқлар тақиллайди.

Аскарлар: кандай яхши рухсат беришибди!

Аскарлар: киринглар!

Иккала қўл бармоқлари бир-бирига жипслаштирилиб, кўрсатгич бармоқлар бир-бирининг орасидан ўтказилиб, букилиб-очилич рақсга тушади.





Иккала қўлнинг кафтлари жимжилоқ бармоқлари ёнма-ён бириктирилиб, бармоқлар юқорига кўтарилади.

Иккала қўл ташқи томони билан бир-бирига қаратилиб, ёпиштирилади ва бармоқлар юқорига кўтарилиб ҳаракатлантирилади.



УЙ ҲИНИ



Иккала қўлнинг кафтлари бириктирилиб, бармоқлар бирлашиб, юқорига кўтарилади.

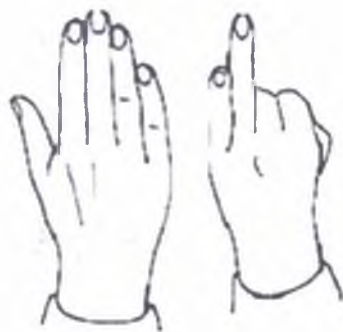
Кичкина уйчада кампир яшайди

Бош устида бармоқ учлари бир-бирига текизилиб, учбурчак шакли кўрсатилади.



Кампирнинг ўғиллари еттита экан.

Қўллар тўғирланиб, ўнг қўлнинг бешта ва чап қўлнинг жимжилоқ ва ёрдамчи бармоқлари юқорига кўтарилиб, еттита бармоқ кўрсатилади.



Уларнинг қулоқлари катта экан.



Иккала қўлнинг кафт ва бармоқлари ёйилиб, иккала қулоқ орқасига қўйилади.

Ҳаммасининг қоши йўқ.

Иккала қўлнинг бармоқлари мушт қилиниб, кўрсаткич бармоқлар билан қош чизилади.



Ўғилларининг мўйловлари бор экан.



Қўллар мушт қилиниб юзга қўйилади, кўрсаткич ва бош бармоқлар бириктирилиб, мўйлов шакли кўрсатилади.

Ўғилларининг бошлари катта экан.



Ўнг қўлнинг кўрсаткич бармоғи билан бош кўрсатилади.

Ўғилларининг соқоли бор.

Иккала қўлнинг 4 та бармоқлари бириктириб, бош бармоқ эса ичкарига қайтарилади. Бармоқлар текисланиб, жағ устига қўйилади.



Улар емадилар ва ичмадилар.



Қўл бармоқларини мушт қилиниб, кўрсаткич бармоқ билан бурунга текизилади.

Қўл бармоқларни йигиб қошиқни ушлаган-дек оғизга олиб борилади.



Ҳамма маликага қаради.

Иккита қўл бармоқлари икки кўз ёнига қўйилади. Бармоқлар бириктирилади ва киприклар қоқилади.



Иккита қўл бармоқлари очилиб, кўзларнинг очиқ ҳолати кўрсатилади.



Болалар бу ҳаракатларни қайтарадилар.

АКА-УКАЛАР

Қўл кўтарилади. Кафт очилиб, бармоқлар олдинга чўзилади.

Ака-укалар уйчада ўтириб қолишди. Бармоқлар бироз сайр қилишни хоҳлайди.



Қўлни юқорига кўтариб, бармоқлар бирлаштирилади. Жимжилоқ бармоқ бошқа бармоқлардан ажратилади ва 2-3 сония шу ҳолатда ушлаб турилади. Жимжилоқ бармоқ бироз тебраниб, ҳаракатга келтирилади ва яна ўз ҳолатига қайтарилади.

Ҳа, уни ўзини якка сайр қилиши зерикарли бўлади.



Қўллар юқорига кўтарилади. Бармоқлар бирик-тирилади. Жимжилоқ бармоқ билан ёрдамчи бармоқ ажратилиб, уларни ҳар томонга ҳаракатга келтирилади ва яна ўз ҳолига қайтарилади.

Укаси акасини сайр қилишга чақиради ва бирга сайр қилишади.

Бармоқлар жипслаштирилиб, кўрсаткич бармоқлар қолганларидан ажратилади ва бош бармоқ устига қўйилади шу ҳолатда 2-3 сония ушлаб турилади.



Ака - укалар бирга сайр қилишди.



Қўл бармоқлари юқорига кўтарилади. Бош бармоқ ҳар бир бармоқнинг учини силаб чиқади.

Улар ака - укаларини ўз уйига чакирадилар.

Барча бармоқлар учлари бирлаштириб, мушт қилинади. Иккинчи қўл бармоқлари эса бўшаштириб пастга эгилади.



Катталар ўйинда иштирок этадиган бармоқларни ва уларнинг йўналишларини тушинтириб беради. Ўйинни турли вариантларини кўрсатиб бериш мумкин.

Агарда бола 4-5 ёшда бўлса ўйинни бошлашдан аввал, 3-4 кўринишдаги бармоқлар иштрок етади. Агар 6 ёшли бўлса, тўрт, беш кўринишдаги бармоқлар иштирок етади.

Илгичлар



Болалар кўрсатгич, ўрта, номсиз ва жимжилоқ бармоқларни илгак қилиб, навбатма навбат ҳар томонга тортади.

Узук

Қўлни кўтариб бармоқлар текис қилинади ва кўрсатгич бармоқ билан бош бармоқ учлари бир-бирига текизилиб, узук ҳосил қилинади.



Чўзиб итар



Иккала қўлнинг бармоқлари бош бармоқдан ташқари жипслаштирилади ва бир-бирини ҳар томонга тортиб чўзади.

Уй

Қўллар учларини юқорига кўтариб, бармоқлар текисланади. Бир - бирининг учи учбурчак шаклида бирлаштирилади. Уйча ҳосил қилинади.



Бошида бола катталар ортидан бир неча маротаба бармоқлар кўринишини такрорлайди, бола эсида саклаб қолиши учун. Кейин унга қуйидаги шартни бажариш айтилади;

- Узукчанинг ўрнига илгични тайёрлаш;
- Уйчанинг ўрнига гулни тайёрлаш;

Қолган йўналишларни катталар айтгандай тўғри бажариш.

Ўйин аста-секин бошланади, кейинчалик тезлиги пасайиб боради.

Агарда бола машқларни бир неча бор қайтаргандан сўнг адашмаса, унда бошқа мураккаброқ шартлар билан алмаштириш мумкин.

М а с а л а н :

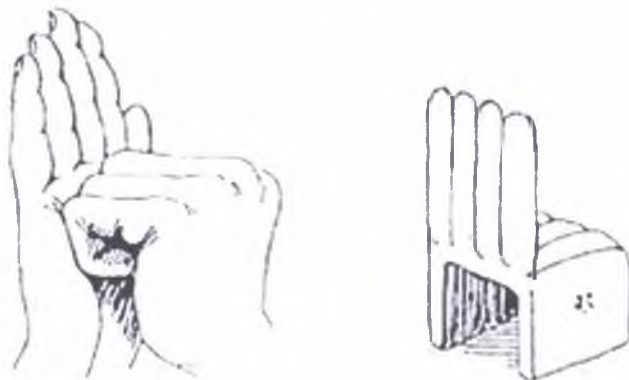
Узукчани гул ўрнига итар;

Узукчани ўрнига уйчани итар;

Гулга ҳеч нарсани кўрсатмаслик, бекитиш;

ТУРЛИ ХИЛ ГЕОМЕТРИК ШАКЛЛАР ЁРДАМИДА БАРМОҚЛАР ҲАРАКАТИНИ РИВОЖЛАНТИРИШ

Стул



Чап қўл тўғри ҳолатда юқорига кўтариб, сўнг ўнг қўл мушт қилинади ва кафтнинг ичкарасига қўйилади. Бола бу машқни қийналмасдан бажарса унда бармоқларнинг иштирокида машқлар навбатма-навбат бажарилади.

Стол



Чап қўл мушт қилинади ўнг қўл бармоқлари очилиб, мушт устига қўйилади. Бола машқларни осонгина бажара олса, қўллар ҳолатини алмаштириб, машғулот навбатма-навбат бир неча бор такрорланади.

Қўлнинг ўртанча ва номсиз бармоқлари учлари бош бармоқ учи билан бирлаштирилиб олдинга чўзилади. Кўрсаткич ва жимжилок ёнидаги бармоқлар устига чиқарилади.

Хаскаш

Барглари тушираман
Хаскаш билан йиғаман.



Иккала қўл бармоқлари бир-бири билан боғланиб, бармоқлар ичкарига қайрилади ва бош бармоқлар очилиб юқорига кўтарилади.

Занжир

Бармоқларни улаймиз,
Занжирчалар ясаймиз.



Чап қўлнинг кўрсаткич ва бош бармоқлари узук шаклида, ўнг қўлнинг бармоқлари навбатма-навбат узукнинг ичига киргизилиб, занжир ҳосил қилади. Бу машқни бажаришда барча бармоқлар иштирок этади.

Пуфакча

Пуфакчани иширдим,
Осмонларга учирдим.
Тўсатдан у ёрилди,
Кичкина бўлиб қолди.



*Иккала қўл бармоқ учлари теккизилиб, унга пуфлаб иширилади.
Пуфак ҳолатда бармоқ учлари очилиб ётилади.*

Арча

Ўрмонларнинг соқчиси,
Янги йил даракчиси.
Игна баргли арчажон,
Бўлиб кел бизга меҳмон!



Бармоқлар бир-бирининг орасига ён томондан киритилади.

Саватча

Мен ўрмонга бораман,
Қўзиқорин тераман.
Саватчам бор ажойиб,
Унга барин соламан.



Кафтлар бир-бирига қаратилиб, бармоқлар бир-бирининг орасига киритилган ҳолда букилади.

Кучук

Кучукда бор дум, бўйин,
Ҳамда бор узун бурун.



Ўнг қўл кафтининг бош бармоғи юқорига кўтарилади. Кўрсатгич, ўртанча ва номсиз бармоқлар бирлашади. Жимжилоқ бармоқ очилиб, пастга ва юқорига кўтарилиб, туширилади.

Кўзойнак

Мен кўзойнак тақаман,
Узоқларни кўраман.



Иккала қўлнинг бош бармоқлари қолган бармоқлар билан бирлаштирилиб, узукчалар ҳосил қилинади. Узукчаларни кўзга яқинлаштириб, узоқни кўради.

Қўнғиз

Қўнғиз учар ғўнғиллаб,
Гулға кўнар думалаб.

Бармоқлар мушт ҳолатда. Бола кўрсатгич ва жимжилоқ бармоқларини икки томонга чўзиб, ҳаракатлантиради.



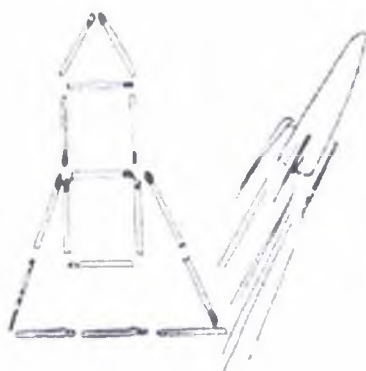
Кема

Катта кема келяпти,
Овози эшитиляпти.



Иккала кафт кўндаланг ҳолатда, бош бармоқлар юқорига кўтарилади, бармоқлар учлари бирлашиб, кемача шаклига келтирилади.

ГЕОМЕТРИК ШАКЛЛАР

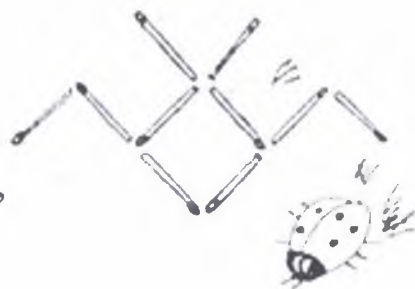


Ракета

Мен ракета ясайман,
Юлдузларга учаман.

Қўнғиз

Гулга қўнғиз қўнади,
Ушлай десам учади.



Дераза

Хонамдаги дераза,
Каттагинадир роса.

ТАЁҚЧАЛАРДАН ШАКЛЛАРНИ ЯСАШ

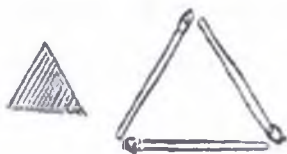
Тўртбурчак

Таёқчаларни ўлчаб,
Яса тўғри тўртбурчак.



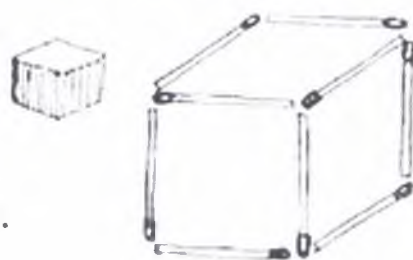
Учбурчак

Учбурчакли хонача,
Учта бурчакда уйча.



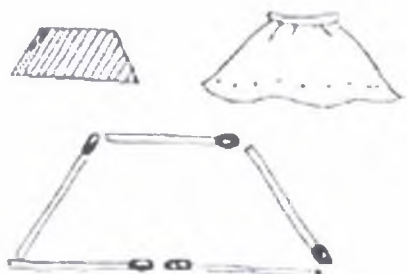
Кубик

Кубикда томонлар кўп,
Қурилишда фойдаси хўп.



Трапеция

Трапеция томга ўхшар,
Чеварлар ҳам ишлатар.
Учбурчак бошин бўлсанг.
Трапецияга айланар.



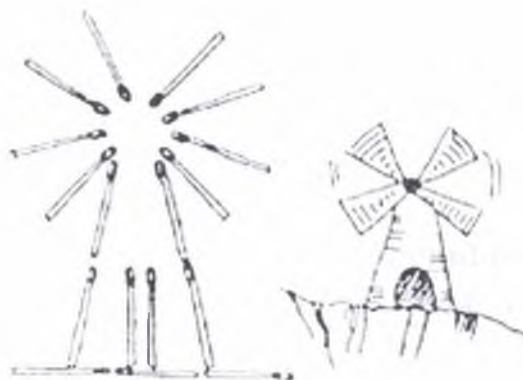
Кўзойнак

Менинг бувимга ишда,
Кўзойнак муҳим жуда.
Китоб ўқиш, ёзишда,
Унинг ўрни ўзгача.



Тегирмон

Тегирмондан ун чиқар,
Тандирда кулча пишар.

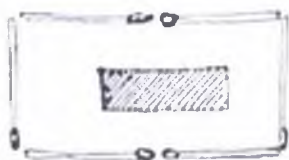


Капалак



Гулдан гулга учар капалак
Баҳор келганидан беради дарак.

Тўғритўртбурчак



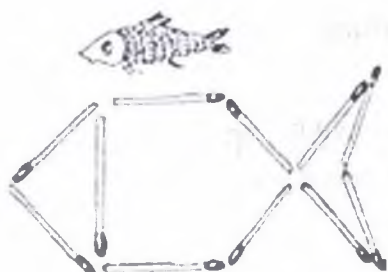
Тўғри тўртбурчак
Квадратдан узун,
Хато бўлмади
Ҳеч кўркмай чизинг.

Юлдузча

Осмондаги чирокча
Эканку бу юлдузча.



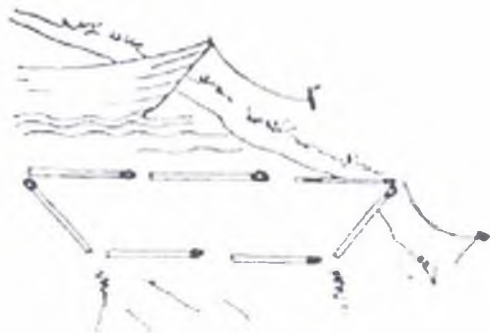
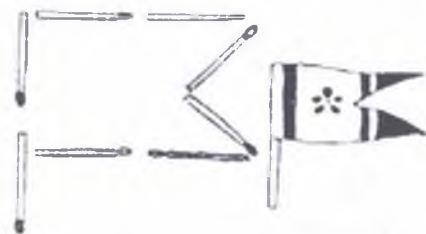
Балиқча



Сувда сузар балиқча
Унда йўқдир оёқча.

Байроқча

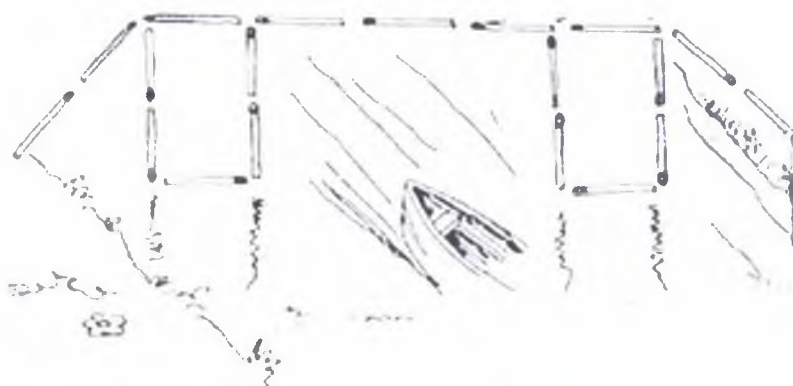
Байроқчани оламан
Байрамга мен бораман.



Қайықча

Сув бўйида қайықча,
Унда сузар балиқчи.

Кўприк

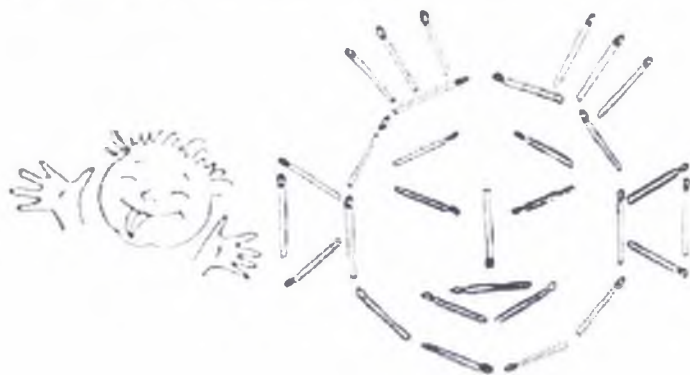


Дарёда кўприк курдик,
Барчани хурсанд қилдик.



Одамча

Ҳтиргандим одамча ясаб,
Қолибдику Ҳзимга Ҳхшаб.



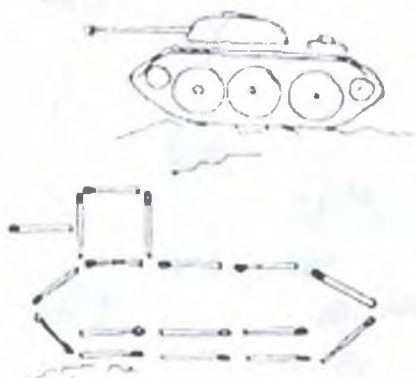
Машина

Қўчаларда турли машина,
Қатта кичик, Ҳзинг бир қара.



Кема

Денгизда кема юрар,
Уни капитан бошқарар.



Танк

Танк мустаҳкам, қучли, жасур,
Армияда жуда зарур.

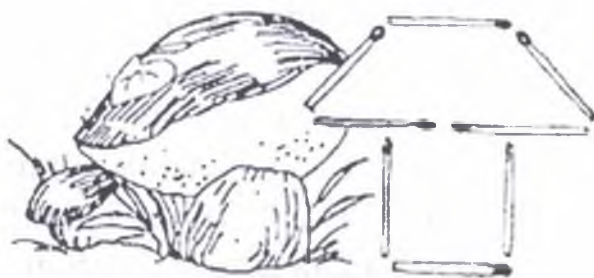
Арғимчок

Арғимчок учар баланд,
Болалар жуда хурсанд.



Белкурак

Белкурагим қум уяр,
Машинани тўлдирар.



Қўзиқорин

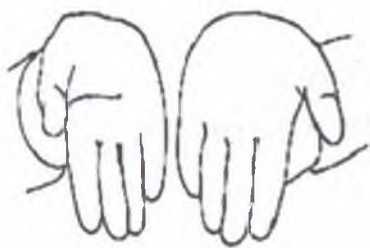
Ўрмонга бордим,
Қўзиқорин тердим.

Арча

Арча, арча, жон арча,
Япрокларинг нинача.
Атрофингда айланиб,
Қўшиқ айтади барча.

БАРМОҚЛАР МАШҚИНИНГ ЛОГОРИТМИКА МАШҚЛАРИ БИЛАН БОҒЛАНИШИ

Бармоқлар машқини бажаришда логоритмик машқлар ҳам муҳим аҳамият касб этади. Логопедик ритмиканинг моҳиятини тушуниш учун ҳаркатланиш кўникмаси, ҳаракатланиш малакаси, ритмика, мусикий оҳанг, ҳаракатли ўйинлар, кинизитерапия, даволаш ритмикаси, логопедик ритмика нима эканлигини тушунтириш зарур. Ритмик ҳаракатни бармоқлар машқи билан биргаликда олиб боришда ҳаракат ва ҳаракатли ўйинларнинг ўрни жуда катта. Ҳаракат бу тизимда мувозанатлаштирувчи асосий механизмлардан бири. Инсон организми нафақат муҳит билан мувозанатга киришади, балки фаол мослашади, кўникади. Мослашув жараёнида муҳитни фаол ўзгартиради ва мослаштиради. У болаларнинг уйғунлашган жисмоний ривожланишига, мусикий эшитиш, мусикий хотира, ҳаракат аниқлигининг ривожланишига ёрдамлашади, болаларни мусиқа, ракс, кўшиқ билан таништиради, ҳаракатда мусикий асарнинг характери ва жадаллигини акс эттиришга ўргатади. Ритмика машғулотида сакраш, ўйинли машқлар, югуриш, бадий гимнастика элементлари, раксли ва имитацияли ҳаракатлардан фойдаланилади.



Масалан: Ритмик ҳаракатли машқларни бажаришда болаларнинг қўл панжасини ва мускулларини, елка қоматларини таранг қилиб тепага кўтариб ва яна аста - секинлик билан пастга туширилади. Бу машқ 2-3 марта қайтарилади.

Қўл бармоқлар белга қўйилиб, 3-4 марта гир айланади.

Болалар ва катталар билан ўйналадиган ритмик ўйинлар ва бармоқлар машқи эркин ҳаракатдан олдиндан мўлжалланиб ташкиллаштирилган ҳаракатга ўтиш яъни жамоа бўлиб ўйнаш асосида олиб борилади. Бунда мусиқа болаларнинг аклий қобилиятларини фаоллаштиради, диққат, кузатувчанлик, онги ва маънавий шаклланишига ёрдам беради. Мусиқа ҳаракат билан изчил боғланган бўлиб, ҳаракатланувчи машқлар ритмик машғулотларни шакллантириш-

нинг асосий воситаси бўлиб хизмат қилади. Бу машқларни бажаришда болаларга қўл бармоқларининг иштироки асосида олиб борилади **Масалан**, болалар мусикани эшитиши билан бармоқларини кенг очган ҳолда ўйин шаклида ҳар томонлама ҳаракатлантириш машқини бажаради.



1. Мустақил ритмик машқлар:

- 1) Жуфт бўлиб сафланиш;
- 2) Мусика жўрлигида мақомли машқлар;
- 3) Сўзларни ҳаракат билан боғлаш (координация).

1-вариант	2-вариант
<p>Оёғимиз тақ-тақ-тақ Қўлимиз чапак-чапак Бошимиз сарак-сарак Қўлимизни кўтардик Секингина туширдик, Энди эҳтиёт бўлиб Жойимизда айландик Қўлни ёнга туширдик Доира бўлиб югурдик</p>	<p>Мен томонга қараб туринг, Бир эгилиб салом беринг. Меҳмонларга қараб кулинг, Қўркмай қадам ташлаб юринг. Бошингизни сарак-сарак Қўлларимиз чапак-чапак.</p>

2. Бармоқлар машқи

1-вариант	2-вариант
<p>Боғчага бораман дейди, Бирга бўламан дейди. Қўшиқ айтаман дейди, Расм соламан дейди Доно бўламан дейди.</p>	<p>Ўнг қўлимда беш бармоқ, Чап қўлимда беш бармоқ. Иккаласи ўн бармоқ, Иккаласи дўст бармоқ.</p>

1- Машғулот

Мевалар

Мақсад: «Мевалар» мавзуси бўйича болаларнинг лексик билимларини мустаҳкамлаш; сакрашнинг турли ҳаракатларини ўргатиш;

ҳаракат кординацияси, эшитиш диққати, бармоқлар мушакларини ривожлантириш.

I. Дастлабки машқлар: тўғри қадам, оёқ учида, товонда, оёқ каф-тининг ички ва сиртки томонида давра бўйлаб юриши (турли мусиқа жўрлигида).

II. Ҳаракатни турли тезликка мослаш:

Кетма-кет (бирин-кетин) сакраш, ёнлама юриш, оёқ учида югу-риш;

III. Мусикали – ритмик машқлар:

1) „бир-икки,, санамаси ёрдамида болаларни жуфт-жуфт қилиб сафлаш;

2) Нутқ ва ҳаракат координациясига қаратилган машқлар.

Логопед сўзлари	Болалар ҳаракатлари
Биз боққа кириб келдик Олма дарахтига етдик Оёқ учида туриб Олма уздик атайлаб Кейин секин энгашиб Саватга солдик авайлаб.	- Шеър сўзларига мос ҳаракатлар

Ҳар бир ҳаракат маълум бир ритмда содир этилади. Ритм (оҳанг) тушунчаси кенг камровга эга ва шеърга, проза, юрак, нафас олиш, табиатларга нисбатан қўлланилади. Ритмнинг асосий белгисини бирмунча камрок ёки кўпроқ такрорлашнинг қатъий даврийлигида кўриш қабул қилинган.

Биз боққа кириб келдик Олма дарахтига етдик Оёқ учида туриб Олма уздик атайлаб Кейин секин энгашиб Саватга солдик авайлаб.	- Шеър сўзларига мос ҳаракатлар
---	---------------------------------

Капалак

Капалакжон капалак
Баҳордан бердинг дарак
Нусхангдан тикдим палак
Жажжи гўзал капалак
Гулзоримда гуллар кўп
Кел, сен гулларимдан ўп
Очилсин бўлиб тўп-тўп
Жажжи, гўзал капалак. (Қўл белда енгил учиб юриш)



Болари

Гув-гув учар болари
Дув-дув учар болари
Гулдан гулга кўнишиб
Шарбат ичар болари
Сен кадрдон дўстимиз
Асалинг еб ўсдик биз
Боғимизда яйрашиб
Учиб, уйинг сол ари.
(Қўл қанот ҳолатида, майда қадам билан)



1- Қўл мускуллариини бўшаштириш.

Логопед: Болалар, стул четига яқинроқ ўтирамыз, стул суянчиғига суянамыз. Оёқларни эркин ҳолатда қўямиз. Оёқларни ораси очик ҳолатда бўлади. (Логопед 1-расм ҳолатини намуна сифатида кўрсатиб беради). **ДИҚҚАТ!**

Ҳамма билади ўйнашни,
Югуришни, сакрашни.

Билолмас ҳамма,
Бўшашни, дам олишни.

Умумий эркин ҳолатга болаларни чақириш логопед томонидан паст овозда, секин суръатда узун паузалар билан айтилади.

Бизда шундай ўйин бор,
Бўлади жуда осон.
Ҳаракат секинлашди,
Зўриқиш йўқолади.
Ҳаммага бўлди айон,
Бўшашиш жуда онсон.

2-машқда:

Муштум машқлари

Логопед: Қўллар мушт ҳолатига келтирилади. (Логопед қўлларини тиззага қўйиб кўрсатади), бармоқлар қаттиқ сиқилади, суяклар оқаргунча қаттиқ сиқилади.

-Қўлларимизни қаттиқ сиқиб бундай ҳолатда узок ўтириш ноқулай, қўлларимиз чарчади, бармоқларни сиқишни тўхтатинг, қўлларимизни очамиз. Бармоқларимиз очилади, энди улар дам олади. (Машқ 3 марта бажарилади). Энди менга кулоқ солинг ва қайтаринг. Аста - секин нафас олиб, нафас чиқарамиз. Яна бир марта нафас оламиз, нафас чиқарамиз.

Қўлларимиз тиззада,
Бармоқларни силаймиз.
Қаттиқ куч билан,
Муштларни сиқамиз.

Бармоқларни қаттиқ сиқиб, сўнг ёзиб бўшаштирамиз. Ёзилган бармоқларни тепага кўтариб пастга тушуриш енгил бажарилади.

Ҳаммага бўлди аён,
Бўшашиш жуда онсон.
Билинг қизлар, болалар,
Дам олади бармоқлар.

3- машқда:

Буғу машқи.

Логопед: Тасаввур қилинг, биз буғулармиз. (Қўллар бошнинг тепасида кесилган шаклда, бармоқлар кенг ёйилган) Буғунинг икки шохи худди шундай бўлади. Қўлларимизни кўтарамиз, қўлларни тарафга қилиб, қаттиқ ҳолатга олиб келамиз. Қўллар худди кийик шохи-га ўхшаб қаттиқ бўлиб қолади (логопед ҳар бир бола қўли мускулларини қаттиқлик ҳолатини текшириб туради). Бундай қаттиқ ҳолатда қўлларни ушлаб туриш кийин, қўллар чарчади, қўлларимизни тезда тиззагача туширамиз. Қўлларимиз бўшашди ва дам оляпти.

Энди менинг кетимдан қайтаринг. Нафас оламиз ва нафас чиқарамиз (икки марта).

Қараф биз кийиклармиз,

Шамол бизга талпинади.

Шамол тинди, елкалар росланди,

Қўлларимиз тиззада, энди биров дам оламиз.

Бўшашамиз, дам оламиз,

Нафас оламиз чуқур,

Енгил ва равон.

(Логопед енгил қўл ҳаракати билан ҳар бир бола қўлини елкадан бармоқ учларигача енгил силаб чиқади).

4, 5, 6-машғулотлар

Оёқ қўлларини бўшаштириш машқлари.

Логопед: Болалар, тасаввур қилинг, оёқларимизни гўёки пружина устига қўйдик. Пружина полдан юқорига сакраганда, оёқларимиз учи ҳам юқорига итарилмоқда.

Товонларимиз эса полга тегиб турибди. Пружина ҳар гал юқорига кўтарилганда оёқ учларини тепага итаради. Оёқ учларини яна пружинани босгандек, полга қаттиқ итарамиз. Пружинани қўйиб юборамиз.

Оёқларимиз дам олмоқчи. Қандай ёқимли дам олиш, мени эшитинг ва менга қараб бажаринг.

Нафас олиб, нафас чиқарамиз. (2 марта)

Қандай ажойиб пружиналар,
Оёқларимиз тиқилди появзалга.

Болалар оёқ учларини тепага кўтардилар, бу вақтда товонлар
полдан кўтарилмайди.

Пружинани каттиқ босиб,

Тушир оёқ учини.

Пружинасиз каттиқ босиб,

Дам олдиргин оёқни. (машқ 3 марта такрорланади)

Кўлларимиз бўшашади,

Оёқлар ҳам бўшашади.

Энди енгил бир текис,

Чуқур нафас оламиз.

ОТ ЎЙИНИ

Мақсад: Бола ҳаракатидаги мутаносибликни, югуриш малакаси-
ни, эмоционал тонусни ривожлантириш.

Жихозлар: Гардиш (обруч).

Ўйин қоидаси: Тарбиячи болаларга гардишни ушлаб, қуйидаги
сўзлар остида бироз чопишни таклиф этади.

Чир, чир, чир, чир,

Айланамиз ғир, ғир.

Энди ҳамма чопади,

Ўз ўрнини топади.

Секин-секин шошилмай,

Аста юринг қоқилманг.

Ҳозир эса ҳаммамиз,

Ўйинни тугатамиз.

Ўйин ҳаракатларини ўзгартирган ҳолда қайта ўйнаш мумкин.
Ўйинда гардишни ушлаган ҳолда ярим ўтириб туриш, оёқ учига
кўтарилиш каби машқлар бажарилади.

БАРМОҚЛАР ТЕАТРИ



Шуни унутмаслик керакки, мактабгача ёшдаги болаларнинг асосий фаолияти бу ўйин. Бундай ўйинларни ташкил қилиш учун болалар ичидан иқтидорли бола танлаб олинади ва унга бошловчилик вазифаси топширилади. Театр ўйинини ташкил қилишда турли хил жиҳозлар, декоратив расмлар, мусика асбоблари ва чироклар билан жиҳозланиши керак.

Ўйинда энг мураккаб нарс ҳам тушунарли бўлади. Болани биргалик-

да ўйнаш таклифини рад этманг. Мазкур қўлланмада турли хил материаллар берилган бўлиб, унда тўртлик шеърлар, тезайтишлар, эртаклар, қўшиқлар ва топишмоқлар берилган. Шунингдек бармоқли театр ўйинларини болалар билан олиб бориш яхши натижа беради. Бунда болага ўйиннинг энг содда усули таклиф қилинади. Болага суюжетли ўйин қандай эканлигини тушунтириш ва бармоқлар ҳаракати билан бажариладиган ўйинларни ёдлашни ўргатиш зарур. Ушбу ўйинни бир неча маротаба такрорлаб, болалар ўзининг ролини яхши билиб туриб, ушбу ўйинни томошабин болаларга тушунарли ва қизиқарли қилиб кўрсатиб беришлари керак.

М а с а л а н : “Бўғирсок” эртагини болаларга тушунтириб, уни роль қилиб бўлиб берилади. Бу ролларни ижро этиш тартиби кўрсатиб берилади. Бундай машғулотлар тўғри ташкиллаштирилса, бола бажараётган роли орқали ҳам кўп нарсаларни билиб олади.

БЎҒИРСОҚ

Бир қишлоқда чол билан кампир яшар экан. Уларнинг болалари йўқ экан. Чол қорни очиб, кампирга:

– Бўғирсоқ пишириб бер, – дебди.



Кампир супрани очибди. Озгина унни йиғибди. Унни қаймоққа қорибди. Ёғга солиб қовурибдида, совисин деб хонтахтага қўйибди.

Бўғирсоқ бирдан кўзларини очиб, атрофга қарабди. Сўнгра у оғзини очибди ва қулибди. Чол билан кампир эса ҳайрон бўлиб, бир-бирларига қарашибди.

Кампир бўғирсоқни олмоқчи бўлиб қўлини чўзган экан, бўғирсоқ бир сакраб, юмалаб ерга тушибди.

Бир юмалаб ҳовлига чиқибди. Ҳовлидан эшикга, кўчага чиқиб, қочиб кетибди. Чол билан кампир жуда хафа бўлиб қолибдилар.



Бўғирсоқ узоқларга кетибди. Йўлда у қуённи кўрибди.

Қ у ё н : – Сен кимсан? – деб сўрабди.

Б ў ғ и р с о қ : – Мен бўғирсоқман, – дебди.

Қ у ё н : – Мен сени ейман, – дебди.

Б ў ғ и р с о қ : – Йўқ, мени емагин. Мен сенга ашула айтиб бераман, – дебди ва ашуласини айта бошлабди.

Мен бўғирсоқ, бўғирсоқ,

Супрадаги ун-урвок,
 Супуришиб олдилар,
 Қаймоққа хўп кордилар,
 Пиширдилар товада,
 Совитдилар ҳавода,
 Қочиб кетдим бувимдан,
 Қочиб кетдим бобомдан,
 Эшит, куён, бўлди бас,
 Сендан қочиш ҳеч гап-
 мас! – деб ўрмонга қараб қочиб кетибди.



Бўғирсоқ йўлда юмалаб кетаётган экан, унга Зумрадхон деган бир қизча учрабди.

З у м р а д х о н : – Тўхта, сен кимсан, қаерга кетяпсан? – деб сўрабди.

Бўғирсоқ яна ўз қўшиғини куйлай бошлабди.

Мен бўғирсоқ, бўғирсоқ,
 Супрадаги ун-урвок,
 Супуришиб олдилар,
 Қаймоққа хўп кордилар,
 Пиширдилар товада,

Совитдилар ҳавода,
 Қочиб кетдим бувимдан,
 Қочиб кетдим бобомдан,
 Эшит, қизча, бўлди бас,
 Сендан қочиш ҳеч гапмас! – дебди.

З у м р а д х о н : – Вой тентаквой, сен ёмон иш килибсан.
 Ўрмонда бўри билан тулки яшайди. Улар сени еб қўяди, – дебди ва
 бўғирсоқни тутиб олибди.

Зумрадхон бўғирсоқни олиб, чол билан кампирнинг уйига келибди. Улар Зумрадхон билан Бўғирсоқни кўриб жуда хурсанд бўлишибди.



Саволларга жавоб беринг:

1. Бўғирсоқни ким пиширди?
2. Бўғирсоқ нима қилди?
3. Бўғирсоқ йўлда кимни кўриб қолди?
4. Бўғирсоқ қандай ашула айтди?
5. Бўғирсоқ йўлда яна кимни кўрди?
6. Зумрадхон бўғирсоққа нима деди?
7. Зумрадхон бўғирсоқни қаерга олиб борди?

ХАҚҚУШ

Бир бор экан, бир йўк экан. Бир балиқчи бўлган экан. У жуда камбағал экан.

Балиқчи эрта тонгда дарё бўйига келибди. У окшомга якин битта кичкина балиқчани тутибди, холос. Буни кўрган қуш ундан:

- Бу балиқчани нима қилмоқчисиз? – деб сўрабди.

- Балиқчани бозорга обориб сотиб, нон оламан. Уйда ҳеч вақо йўк, – дебди балиқчи.

- Сизларга ачинаман! Майли, шундай бўлақолсин, ҳар куни ховлиларингга каттакон балиқ олиб келаман. Аммо Ҳаққуш ҳақида ҳеч кимга оғиз оча кўрманглар.

Шу кундан бошлаб Ҳаққуш ҳар куни балиқчининг ховлисига каттакон балиқ олиб келадиган бўлибди. Кампир балиқни қовурар, балиқчи эса уларни бозорда сотар экан. Бир куни балиқчи бозорда балиқ сотаётган экан. Бирдан унинг ёнидан подшоҳнинг жарчиси ўтиб қолибди. У:

- Ким Ҳаққушни қаердан топишни айтса, шох унга ярим подшоҳлигини беради! – деб қичқирибди.

Жарчи Ҳаққуш ҳақида бирор нарса билса керак деб ўйлаб, чолни подшоҳ хузурига судраб олиб борибди.

- Қарияпман, – дебди подшоҳ, – ўнлаб табиблар мени даволайолмади. Бир табиб, Ҳаққуш қонига ювинсам тузалишимни айтди. Агар ўша қушни тутиб берсанг, ярим подшоҳлигимни берганим бўлсин. Агар қушни тутиб беришга қўнмасанг, ўлимга буюраман.

- Аммо Ҳаққуш шундай каттаки, – дебди балиқчи, – уни юзта одам ҳам тутиши қийин.

Шунда тўрт юзта одам балиқчининг ховлисида Ҳаққушнинг келишини кута бошлабди. Қуш учиб келиши билан балиқчи:

- Эй Ҳаққуш, кел, ховлимга қўн! Меҳмон бўл! – деб қичқирибди.

Қуш ерга қўниб косадаги овқатдан чўкилай бошлабди. Шунда тўрт юз одамнинг ҳаммаси унга ташланибди. Қуш канотларини қоқиб қўкка талпинибди.

Балиқчи қушнинг оёғидан ушлаб олибди, подшоҳ хизматкорлари эса балиқчининг оёғидан ушлаб олибдилар. Тўрт юз одам зан-

жирга ўхшаб хавода муаллақ қолибди.

Хаққуш эса борган сари юкорилайверибди. Балиқчининг қўллари толиб, панжалари ёзилиб кетиб қушнинг оёқларини қўйиб юборибди. Одамларнинг хаммаси ерга қулаб мажакланибди. Инсофсиз балиқчи ана шундай жазо топган экан.

Мазкур “Хаққуш” эртагини логопед ва педагоглар болалар билан бармоқлар машқи ёрдамида сахналаштиришни ўрганамиз. Бундан мақсадимиз: болаларни рол ижро этишга, мустақил фикрларини айта олишга ва бир бирлари билан иноқ ва аҳил бўлишга ўргатиш. Қўл моторикаси ва бармоқлар ҳаракатини ўргатишдир. Бунда бу сахна кўринишига бу эртакнинг ҳар хил кўринишидаги расмлари керак бўлади. Болалар расмларни яхшилаб кўздан кечириб олишади. Бошловчи билан ролларни бўлиб берилади. Болалар ўз ролларини бажарадилар.

Мана энди спектаклимиз тайёр.

Биз барча оила аъзоларимизни томошабин сифатида таклиф қилсак бўлади.



ТОШБАҚА ВА ҚУЁН

Кунлардан бир кун ўрмонда кетаётган тошбақа ва қуён учрашиб



қолишибди. Улар бир - бирлари билан яхши салом-алик қилишиб сўрашибди. Шунда бирдан қуённинг шумлиги тутиб, тошбақага „Сендек ландавур ва ишёкмас жониворни ҳеч умримда кўрган эмасман. Бир қадам йўлни узок судралиб босиб ўтасан. Мен эса бир онда босиб ўтаман. Мен шунчалик чакқонманки, ҳар доим узок йўлим яқин бўлади,,, - деб мактанди.

Шунда тошбақа хижолатомуз оҳангда:„ Мени танбал, дангаса деб таъна тошини отма. Одатим шу, мен ҳеч қачон шошмайман. Ҳар бир қиладиган ишимни секин асталик билан бажараман. Агар ҳоҳласанг, сен билан чопишиб беллашаман,, , дебди. Қуён тошбақани менсимайгина унга рози бўлибди. Улар маррани белгилашибдилар. Қуён чакқонлик билан тез чопиб кетибди. Йўлда қуён маррага олдин боришига ишониб, биров мизгиб олмоқчи бўлиб ётган экан бирдан ухлаб қолибди. Тошбақа эса бунга эътибор бермай ўз йўлида давом этиб кетаверибди ва белгиланган маррага етиб келибди. Қуён уйғониб қарасаки тошбақа аллақачон маррага етиб борган экан. У ўзининг мактаниб гапирган гапидан уялиб қолибди.

Мақол

Вакт кутиб турмайди,

Вактнинг ҳар бир дақиқасидан унумли фойдаланиш керак.

Расмга қараб бармоқларимиз билан қуён ва тошбақа шаклини кўр сатинг.



Фойдаланилган адабиётлар

1. Тимофеева Е.Ю. Чернова Е.И. “Пальчиковая гимнастика”. Пособия для с детьми дошкольного возраста,- СПб.: КОРОНА принт; М.: Бином-Пресс, 2006, 128 с., йил.

2. Шомахмудова Р.Ш. Пўлатова Ҳ.М. “Дудукланувчи болалар билан олиб бориладиган коррекцион логопедик тизими”. Ўқув методик қўлланма.

3. Шомахмудова Р.Ш. Нурмухаммедова Л.Ш. “Логопедик Комплекс машқлар” методикаси. Тошкент: “LESSONPRESS” нашриёти, 2015 йил.

4. Шомахмудова Р.Ш., Нурмухаммедова Л.Ш. “Алоҳида эҳтиёжли болаларни оилада тарбиялашусуллари”. Ота-оналар учун илмий-услубий қўлланма. 2016 йил.

5. Шомахмудова Р.Ш., Мўминова Л.Р. “Талаффузга ўргатиш ва нутқ ўстириш”, Тошкент: “LESSON PRESS” нашриёти, 2017 йил.

6. Шомахмудова Р.Ш. “Коррекцион-логопедик машғулотларни ўтказишда дидактик ва ҳаракатли ўйинлар”. “LESSON PRESS” нашриёти, 2017 йил.

7. Шомахмудова Ш.Р., Тўлаганова Д.Р. “Илк ёшдаги жисмоний ривожланишида нуқсонли бўлган (фалаж) болалар билан олиб бориладиган коррекцион педагогик ишлар”. “LESSON PRESS” нашриёти, 2018 йил.

МУНДАРИЖА

Муаллифдан.....	3
Кўриш ва майда қўл маторикани ривожланишида ёшга доир талаблар	7
Болалар билан ўйналадиган ўйинлар.....	9
Алла.....	10
“Ўйғониш”, “Ўйғотиш”	13
Бармоқ ўйинлари ва машқлар.....	16
Топишмоқ ва жавоблар.....	21
Қувноқ шеърлар	26
Топишмоқлар.....	31
Маколлар.....	33
Тез айтишлар	34
Шеърлар.....	34
Бармоқлар алифбоси.....	37
Турли ҳаракатларни тасвирлаш	53
Турли хил геометрик шакллар ёрдамида бармоқлар ҳаракатини ривожлантириш.....	67
Геометрик шакллар	72
Бармоқлар машқини логоритмика машқлари билан боғланиши.....	78
От ўйини	84
Бармоқлар театри	85
Бўғирсоқ.....	86
Ҳаққуш.....	89
Тошбақа ва қуён	91
Фойдаланилган адабиётлар.....	93

Р.Ш. ШОМАХМУДОВА

БАРМОҚЛАР МАШҚИ ВА НУТҚ ЎСТИРИШ

Майда қўл моторикаси машқлари

Мухаррир: *М.Талипова*
Бадий муҳаррир: *М.Асророва*
Компьютерда саҳифаловчи: *Б.Ҳайдаров*
Корректор: *Г.Талипова*

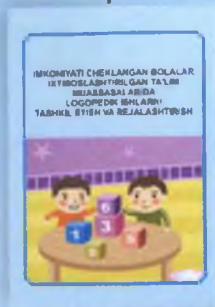
Босишга руҳсат этилди 15.06.2018 й. Бичими 60x84 1/8
Офсет қоғози. Ризограф усулда. Times гарнитураси.
Шартли босма табағи 6.6. Нашр. ҳисоб табағи 8,5.
Адади 1000 нусхада. Буюртма № 3-18

“LESSON PRESS” МЧЖ нашриёти.
100071. Тошкент, Комолон кўчаси, 13.

“IMPRESS MEDIA” МЧЖ босмахонасида чоп этилди.
Манзил: Тошкент ш., Яккасарой тумани, Кушбеги кўчаси, 6 уй.
Почта манзили Тошкент ш., Учтепа тумани, Кук-юнгучка кўчаси, 18 уй.

5000 :

Муаллифнинг бошқа нашрлари



L

