

**ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ
ОЛИЙ ВА ЎРТА МАХСУС ТАЪЛИМ ВАЗИРЛИГИ**

**НИЗОМИЙ НОМИДАГИ ТОШКЕНТ ДАВЛАТ ПЕДАГОГИКА
УНИВЕРСИТЕТИ**

Пулатова Ханифа Мирзаевна

Логопедик

массаж

(ЎҚУВ ҚЎЛЛАНМА)

ТЎШКЕНТ - 2013

Кириш

Логопедик массаж (уқалаш) коррекцион – пндагогик таъсир этувчи методлардан бири бўлиб, бир қатор оғир нутқ камчиликларида рус адабиётларида қўлланилади. М.Б. Эйдинова, О.В.Правдина, К.А.Семёнова, С.А.Бортфельдларнинг ишлари назарий қўлланма ҳисобланади. Шунга қарамай деформациялашган массаж усуллари нутқ камчиликларида ишлатилади, лекин нисбий ишлаб чиқарилган ва логопедик амалиётда хали кенг қўлланилмайди.

Бироқ логопедик массаж усулининг қўлланилиши фойдадаг холи эмаслигига ҳеч қандай мутахасис қаршилик билдирмайди, хусусан нутқнинг оғир бузилишларида; дизартирия, риноналия, дудуқланишларда алоҳида массагга оид қўлланмалар бузилишига қарамай, ҳозиргача нутқ патологиясининг у ёки бу нуқсонларида ишлатилиши лозим бўлган массаж турлари кўрсатилган адабиётлар мавжуд.

Мазкур китобнинг мақсади - логопедик массагнинг методикаси ва техникасини очиб бериш, унда шунингдек турли хил нутқ нуқсонларида массагдан фойдаланиш техникасини ўрганиш берилган.

Қўлланмада биз логопедик массагни тўлиқ ва тизимли очиб беришга интилдик.

I – БОБ. Нутқ нуқсонларини коррекциялашда массаг усуллари

Логопедик массаг - техник таъсирларнинг фаол методи, мускуллар ахволини ўзгартириб, асаб қон томирлари ва нутқ аппарати переферик толаларига таъсир кўрсатади. Логопедик массаг логопедик техникаларидан бири бўлиб, нутқ талаффуз томони, юзнинг эмоционал (хиссий) тузилишига таъсир этади.

Логопедик амалиётда уқалашдан фойдаланишнинг кўрсатмалари

Ҳар қандай сматик ёки инфекцион касалликлар массагни ўтказишга салбий таъсир кўрсатади. Шунингдек тери касалликлари стоматит оғиз бўшлиғидаги юкумли касалликлар, лимфа безларидаги шишлар ҳолатида массаг ўтказилмайди. Массаг курсини қабул қилишдан олдин невропатолог ва педиатор ҳулосалари керак.

Массагни олиб бориш учун умумий тавсиялар.

Логопедик массаж тоза, иссиқ ва яхши такомиллашган хонада ёки бинода ўтказилади. Муолажа ҳафтада 2 марта кунора олиб борилади.

Бошланғич даврда муолажа 5-7 минут, тугаш даврида 20-25 дақиқа давом этади.

Массажни бошлашдан олдин логопед ота-оналарга массажнинг

4

зарурлигини ва саралилигини тушинтириш керак. Массаж давомида бола оғриқни сезмаслиги керак. Шунингдек олиш керакки тил ва оғиз бўшлиғини массаж қилинганда болаларда ёқимсиз сезги кузатилади. Агар бола тормозланган ёки машғулотга нисбатан салбий муносабатда бўлса, массажнинг бошланғич даври қисқа ва тил учи, лаблар, юқори ва пастки жағларни силаш билан чегараланган бўлиши керак. Жароҳатланган жойлардан бошлаш тавсия этилмайди. Жароҳатланган жойга аста-секинлик билан ёндашиш керак. Амалиётдан маълумки муолажадан ёқимсиз сезгилар болаларда тез йўқолиб боради.

Комплекс тизимли коррекцион таъсир этишда уқалашнинг роли

Логопедик уқалаш – нутқ нуқсонларини корекциялашга йўналган психологик-педагогик ишлар комплексининг қисми у коррекцион таъсирининг барча босқичларида олиб борилиши мумкин лекин уни ишнинг бошланғич босқичларида олиб бориш муҳим.

Кэпгина ҳолларда уқалаш логопедик таъсирларнинг зарурий натижаси ҳисобланади.

Артикуляцион бузилишларда логопедик массаж пассив, пассив-фаол ва фаол артикуляцион машқлар билан олиб борилади.

Нутқ нафаси, овоз, ҳиссий нормаллаштиришда уқалаш анаънавий логопедик ёки релаксацион машқлар билан фойдаланилади.

Логопедик массажни логопед дефектолог ёки логопедик уқалаш малакаларига эга яъни мускулларнинг анатомиясини ва физиологиясини биладиган махсус курсларни ўтаган мутахассис бўлиши ва нутқ фаолиятини ривожланиши, нутқ камчиликларининг этиопатогенезидан хабардор бўлиши керак.

Уқалаш элементларини ота-оналарга махсус инструкторлар ўтиб ўқитиш орқали амалга ошириш мумкин.

Логопедик амалиётда фойдаланиладиган массаж турлари

Логопедик амалиётда массажнинг бир қанча турлари ишлатилиши мумкин. Дифференциал массаж (мустаҳкамловчи ёки бўшаштирувчи) асосий ҳисобланади. Бундан ташқари логопедик амалиётда биологик фаол нуқталар массажи, махсус қўлланмалар асосида ўтказиладиган массаж турлари мавжуд.

Логопедик массажнинг асосий мақсадлари:

1. Умумий мимика ва артикуляция мускулларининг тонусини нормаллаштириш.

2. Артикуляция апаратининг парез ва паралачлар ҳолатини сусайтириш.

3. Нутқ апаратининг паталогик хатти-ҳаракатларини сусайтириш

5

(синкенезия, гиперкенезия, судрго).

4. Мушаклар сезгирлигини ошириш.

5. Артикуляция апарати ҳажмини кенгайтириш.

6. Сушт мушаклар фаоллигини ошириш.

7. Эркин мослашган ҳаракатларни шакллантириш.

1.1 Массаж ва унинг организмга таъсир хусусиятлари

Инсон доимо ўз саломатлиги ҳақида қайғуради. Айрим пайтларда ўз соғлиғини бир томонлама фақат мутахасис буюрган дори дармонлар билан даволвниб келганлар.

Турли хил нутқ нуқсонларини учраши, уларни коррекцион тарбиялаш йўллари билан бир қаторда марказий нерв системасининг турли қисмларида марказга интилувчи ва марказдан қочувчи импульслар мавжуд бўлиб, ҳар қандай М.Н.С.нинг алоқадор нутқ бузилишларида, нутқни ҳаракатга келтирувчи органларни зарарлантириши кузатилади. Нутқни бузилиши марказий нерв системаси билан боғлиқ бўлган барча нутқ бузилишларида ҳаракат моторикаси ҳам бузилган бўлади. Замонавий кореккцион педагогикада нутқ сонларининг бартараф этишда массажнинг аҳамияти нихоятда каттадир. Унинг таъсир хусусиятлари марказий нерв системаларини тинчлантиришга катта таъсир этади.

Массажнинг физиологик таъсирида нерв системаси маълум роль ўйнайди.

Массаж қилинадиган жой, массаж таъсирининг характери кучи ва қанча даволаш давом этишига караб, бош мия пустлоғининг функционал ҳолати ўзгаради.

Массажнинг организмга ёки нутқ зоналарига таъсир механизмида (нерв) асаб омил билан бир қаторда гуморал омил ҳам катта роль ўйнайди.

Массаж таъсирида терида биологик фаол (актив) ўзгаришлар ҳосил бўлиб, қон айланишини фаоллаштиради. Улар нерв импульсларини ўтказишда қатнашади. Массаж тўқималарга меҳаник таъсир кўрсатиб, лимфа қон тўқмалар орасидаги суюқлик айланиши (церкуляцияси)ни кучайтиради.

Натижада қон ва лимфа димланиш йўқолиб, моддалар алмашинуви ва массаж қилинаётган жой териси орқали нафас олиш кучаяди. Мускулларнинг қисқариши функцияси ва тонуси ошади.

Нутқ нуқсонларини коррекциялашда мас: дизартрияда ринология, дудикланиш ва бошқа нутқ нуқсонларида: лаб, танглай лунж, юз қисм пешона дахан ва хокозоларни силаш орқали массаж усулларида фойдаланилади. Ҳар бир нутқ камчиликларини комплекс равишда бартараф

этиш хозирги куннинг энг долзарб масалаларидан бири нутқ нуқсонларини бартараф этишда массажнинг турли хил кўринишларидан фойдаланишда айниқса нуқтали массаж юз мускулларини массаж, хиқилдоқ соҳалари массаж, ёки бўйин массаждан логопедик амалиётда фойдаланишда катта аҳамиятга эгадир.

6

Инсон юзида бошқа аъзоларига нисбатан, асаб толалари, қон томирлар ва лимфа томирлари таъминланган.

Бу юз мускуллари ҳолатига таъсир этади, уларнинг ёрдамида инсоннинг ҳолатида нозик ўзгаришлар ҳиссий туйғулар кўринади. Юз териси механик таъсирга айниқса сезгир бўлади. Шунинг учун уқалаш таъсирларида асаб ва юз мускуллари орасидаги нозик таъсирлар ёрдамида инсоннинг ҳолати ва кайфияти номоён бўлади.

Уқалаш организмга физиологик таъсир этади. Организмда (танада) уқалаш таъсирида бир қанча умумий ва маҳаллий таъмирлар кечади, унда бутун органлар, системалар, тўқималар иштирок этади. Тери ташқи қисми улкан ҳиссий майдон бўлиб, тери анализаторларининг периферик қисми, демак у марказий асаб тизими билан узлуксиз боғлиқ.

Уқалаш давомида нафақат терининг тузилиш қисмига балки унинг томирларига ёғ клетчаткаларига ҳам таъсир кўрсатади. Шу муносабат билан умумий асаб қўзғалишлари ўзгаради, ишлаётган ёки сусайган (пасайган) рефлекслар уйхонади МНС ҳолати тўлалигича ўзгаради уқалаш терида секрет функцисини яхшилайдиган уларни озикланиши ўзида яхшиланади, қон алмашинув жараёни кўтарилади. Уқалаш тери ҳолатига катта таъсир этади. Капилляр тизими рефлекс қисм ҳисобланади. Уқалаш орқали капляр ҳолатидан ўзгариш бутун томирлар тизимида ўзгариш бўлади деган маънони англатади. Уқалаш таъсирида капилляр кенгайди. Он ва томирлар орасидаги қон алмашинуви ўзгаради. Ритмик иш жараёнлари қондан артерия бўйлаб қон алмашинувини енгиллаштиради. Вена қонини оқимини тезлаштиради. Уқалаш бутун мимик фаолият тизимида рефлексор таъсир этади, шу билан лимфа томирларини иш фаолиятини яхшилайдиган. Уқалаш таъсирида маълумки мускуллар тизими ҳолати ҳам яхшиланади. Биринчи навбатда мускул тўқималаридан сезувчанлик ортади, қисқартирувчи функциялардан кучи ва ҳажми, мускуллардан шу фаолияти ортиб, босимдан кейинги фаоллиги тикланади. Уқалашдан дифференциал фойдаланиш мускулларни қисқарувчи тонусида, сусайишида эса аксинча ёрдам беради, артикуляцион ҳаракатлардан кординацион мустақил ҳаракатларига ёрдам беради. Мускуллар функцияси боғловчи тўқима аппаратлари билан боғлиқ. Уқалаш таъсирида боғловчи аппаратлардан ҳаракат ва чўзилувчанлиги ортади, уқалашда таъсир кучи ва танада жавоб реакцияси ўртасида мукамал боғлиқлик мавжуд. Эпчил секин уқалашда уқаланаётган пайтида қўзғалувчанлик пасаяди. Бу тинчлантирувчи таъсир этиб ёқимли илиқлик сезилади, ахвол яхшиланади, тез ва чаққон ҳаракатлар уқалашда қўзғалувчанликни оширади. Шундай қилиб логопедик уқалаш бутун организмга ижобий таъсир этади, асаб ва мускуллар тизимини ўзгартиради.