

**ИНГЛИЗ ТИЛИНИ ЎРГАТИШНИНГ ЗАМОНАВИЙ
КОНЦЕПЦИЯЛАРИДА ЖИСМОНИЙ ҲАРАКАТЛАР ОРҚАЛИ
ЎЗЛАШТИРИШ (TOTAL PHYSICAL RESPONSE) МЕТОДИКАСИ**

Азизова Иродабону

Андижон Давлат Чет Тиллари Институт
<https://doi.org/10.5281/zenodo.15661019>

Аннотация. Мазкур мақолада жисмоний ҳаракатлар орқали ўзлаштириш (Total Physical Response - TPR) методикасининг инглиз тилини ўргатишдаги ўрни ва аҳамияти таҳлил қилинган. TPR методикаси тил ўрганишда психомоторик жараёнларнинг роли, нейролингвистик асослар ва амалий қўлланилиши жиҳатларидан ўрганилган. Тадқиқот натижаларига кўра, бу методика талабаларнинг тил ўрганишга бўлган мотивациясини ошириш, хотира самарадорлигини яхшилаш ва стресс даражасини камайтиришда муҳим роль ўйнайди.

Калит сўзлар: TPR методикаси, инглиз тили, жисмоний ҳаракатлар, тил ўргатиш, психомоторик ривожланиш

XXI аср бошларида чет тилларини ўргатиш методикаси тубдан янгиланиб, анъанавий грамматик-таржимон методларидан интерактив ва коммуникатив ёндашувларга ўтиш жараёни кузатилмоқда. Бу жараёнда жисмоний ҳаракатлар орқали ўзлаштириш (Total Physical Response) методикаси алоҳида аҳамият касб этмоқда.

TPR методикаси 1960-йилларда америкалик психолог Джеймс Ашер томонидан ишлаб чиқилган бўлиб, тил ўрганишда инсон миясининг табиий хусусиятларидан фойдаланишга асосланган. Бу методика тил ўрганувчилар ўз танасидан фойдаланиб, ҳаракат орқали янги тилни ўзлаштиришлари мумкинлигини кўрсатади.

Ҳозирги кунда Ўзбекистон таълим тизимида инглиз тилини ўргатишга катта эътибор берилмоқда. Бу борада замонавий методикалардан фойдаланиш зарурияти янада ортиб бормоқда. TPR методикаси ёш ўқувчилар учун жуда самарали бўлиб, уларнинг жисмоний ва зеҳний фаоллигини бирлаштириш имкониятини беради.

Назарий асослар

TPR методикасининг психологик асослари

TPR методикаси бир неча психологик назарияларга асосланади:

Мия ярим шарларининг функционал фарқи назарияси - чап ярим шар аналитик функцияларни, ўнг ярим шар эса интуитив ва ҳиссий функцияларни бажаради. TPR методикаси иккала ярим шарни бир вақтда фаоллаштиради.





Стресс гипотезаси - юқори стресс даражаси тил ўрганишга салбий таъсир кўрсатади. Жисмоний ҳаракат стресс даражасини камайтиради ва ўрганиш самарадорлигини оширади.

Хотира назариялари - кинестетик (ҳаракатга асосланган) хотира энг мустаҳкам ва узоқ муддатли бўлади. Сўзларни ҳаракат билан боғлаш уларни есда сақлашни осонлаштиради.

Нейролингвистик асослар

Замонавий нейролингвистик тадқиқотлар TPR методикасининг самарадорлигини тасдиқлайди:

Мирор нейронлар тизими - бошқа одамларнинг ҳаракатларини кузатганда фаоллашувчи нейронлар тил ўрганишда муҳим роль ўйнайди

Мультисенсор интеграция - турли сенсор маълумотларни бирлаштириш ўрганиш самарадорлигини оширади

Нейропластиклик - мия структураси ва функцияларининг ўзгариш қобилияти жисмоний ҳаракат орқали кучайади

TPR методикасининг асосий принциплари

1. Тинглаш-тушуниш устуворлигини тан олиш

TPR методикасида биринчи навбатда тинглаш кўникмалари ривожлантирилади. Ўқувчилар аввал тинглайдилар, сўнгра жисмоний ҳаракат орқали тушунганликларини намоиш этадилар. Бу табиий тил ўрганиш жараёнига мос келади, чунки болалар аввал она тилида тинглаш орқали тилни ўзлаштирадилар.

2. Стрессиз муҳит яратиш

Анъанавий тил ўргатиш методларида кўпинча ўқувчилар дарҳол гапиришга мажбур бўладилар, бу эса стресс ва тушкунликка олиб келиши мумкин. TPR методикасида ўқувчилар тайёр бўлгунларича гапира бошлайдилар, бу табиий ва стрессиз жараён яратади.

3. Жисмоний фаоллик орқали ўзлаштириш

Ҳаракат орқали ўрганиш турли хил ўрганиш услубларига мос келади:

Кинестетик (ҳаракат орқали) ўрганувчилар учун идеал

Визуал ўрганувчилар учун кўрсатма материал

Аудиал ўрганувчилар учун овозли кўрсатмалар

Амалий қўлланилиши

Дарсни ташкил этиш босқичлари

1-босқич: Кўрсатиш (Demonstration)

Ўқитувчи янги сўз ёки иборани айтиб, мос ҳаракатни бажаради.

Масалан:





"Stand up" - ўрнидан туриш

"Sit down" - ўтириш

"Touch your nose" - бурнига тегиш

2-босқич: Тақлид қилиш (Imitation)

Ўқувчилар ўқитувчи билан биргаликда ҳаракатларни такрорлайдилар. Бу босқичда ўқувчилар гапиришга мажбур эмаслар.

3-босқич: Мустақил бажариш (Independent Performance)

Ўқувчилар фақат овозли кўрсатма асосида ҳаракатларни бажарадилар. Бу уларнинг тушунганлик даражасини текшириш имконини беради.

4-босқич: Ролларни алмаштириш (Role Reversal)

Тайёр ўқувчилар ўқитувчи ролини ўтаб, бошқаларга кўрсатмалар берадилар.

Турли ёш гуруҳлари учун мослаштириш

Мактабгача ёшдаги болалар (3-6 ёш):

Оддай ҳаракатлар: running, jumping, clapping

Танани номлаш: head, shoulders, knees, toes

Ранглар ва шаклларни кўрсатиш

Бошланғич синф ўқувчилари (7-10 ёш):

Мураккаброқ ҳаракатлар: turn around, march, skip

Йўналиш кўрсатувчи сўзлар: left, right, forward, backward

Сони билан боғлиқ ҳаракатлар

Ўрта мактаб ўқувчилари (11-14 ёш):

Мавзуга доир ҳаракатлар: cooking actions, sports movements

Мураккаб кўрсатмаларни бажариш

Драматизация элементлари

Афзалликлар ва чегараланишлар

Афзалликлар:

Юқори мотивация - ўйин элементлари ўқувчилар учун дарсни қизиқарли қилади

Узоқ муддатли хотира - ҳаракат билан боғланган сўзлар узоқ эсда қолади

Стресс камайиши - жисмоний фаоллик стресс гормонларини камайтиради

Барча ўрганиш услублари - визуал, аудиал ва кинестетик ўрганувчилар учун мос

Чегараланишлар:



Мавзу чегараланиши - барча тил материаллини ҳаракат орқали ўрганиш мумкин эмас

Ёш чегараланиши - катта ёшли ўрганувчилар учун камроқ самарали

Маданий омиллар - баъзи маданиятларда жисмоний ҳаракат қабул қилинмаслиги мумкин

Синф шароити - кенг жой талаб қилади

Замонавий технологиялар билан интеграция

Ҳозирги кунда TPR методикасини рақамли технологиялар билан бирлаштириш янги имкониятлар очмоқда:

Виртуал реальность (VR) ва TPR

Виртуал муҳитда ҳаракатларни бажариш

Турли контекстларни яратиш имкони

Хавфсиз ва назорат остидаги муҳит

Мобил иловалар

Ҳаракат сенсорлари орқали ҳаракатларни кузатиш

Интерактив ўйинлар ва машқлар

Индивидуал дарс жадвали

Интерактив доска ва проекторлар

Кўрсатма материалларни кўрсатиш

Жамоавий машғулотлар учун кенг экран

Мультимедиа материаллар билан бойитиш

Хулоса

Total Physical Response методикаси инглиз тилини ўргатишда самарали воситалардан бири бўлиб, у ўқувчиларнинг жисмоний ва зеҳний қобилиятларини бирлаштириш орқали тил ўрганиш жараёнини табиий ва қизиқарли қилади. Бу методика айниқса ёш ўрганувчилар учун жуда мос бўлиб, уларнинг мотивациясини ошириш ва стресс даражасини камайтиришда муҳим роль ўйнайди.

Ўзбекистон таълим тизимида TPR методикасини кенг жорий этиш учун ўқитувчиларни тайёрлаш, дарс материалларини ишлаб чиқиш ва мос синф шароитларини яратиш зарур. Замонавий технологиялар билан биргаликда фойдаланганда бу методика янада самарали натижалар беради.

Келажакда TPR методикасини бошқа инновацион ёндашувлар билан бирлаштириш, нейролингвистик тадқиқотлар натижаларини амалиётга жорий этиш ва турли ёш гуруҳлари учун мослаштирилган дастурларни ишлаб чиқиш муҳим вазифалардан бири бўлиб қолади.





Адабиётлар рўйхати:

1. Asher, J. J. (1977). Learning Another Language Through Actions. Los Gatos, CA: Sky Oaks Productions.
2. Кричевская, К. С. (1996). Прагматические материалы, знакомящие учеников с культурой и средой обитания жителей страны изучаемого языка. Иностранные языки в школе, 1, 13-17.
3. Larsen-Freeman, D. (2000). Techniques and Principles in Language Teaching. Oxford: Oxford University Press.
4. Richards, J. C., & Rodgers, T. S. (2001). Approaches and Methods in Language Teaching. Cambridge: Cambridge University Press.
5. Тошбоева, Б. О. (2022). Теоретический анализ понимания процесса изучения иностранных языков. Herald pedagogiki Nauka i Praktyka, 2.
6. Тошбоева Б. О. (2022). Теоретический анализ понимания процесса изучения иностранных языков. Herald pedagogiki Nauka i Praktyka, 2. <https://zenodo.org/record/6451688>
7. Тошбоева Б. О. (2019). Чет тилларини ўқитишда ахборот коммуникация технологияларининг ўрни. In Педагогика фанининг долзарб муаммолари p. 204 страница.
8. Тошбоева Б. О. (2024). Создание условий для единства мышления и речи: психолого-методические основы обучения иностранным языкам. Зарубежная лингвистика и лингводидактика.

