

MAVZU. NOTIQLIK MAHORATI

Reja.

1. **Notiqlik nima va uning yo'nalishlari.**
2. **Verbal kommunikatsiya nima?**
3. **So'z-parazitlar: nimani buzadi?**
4. **Ovoz turlari haqida.**

Maqsad.

Ishtirokchilarda notiqlik mahoratini rivojlantirish, ya'ni jamoat oldida erkin, mantiqan izchil, hissiyot bilan boyitilgan va ta'sirchan nutq so'zlash ko'nikmalarini shakllantirishdan iborat.

Mashg'ulot davomida ishtirokchilar:

- auditoriyani o'rganish va nutqni moslashtirishni;
- nutqni rejalashtirish va asosiy fikrni aniq yetkazishni;
- ovoz kuchi, tembr va diksiyadan samarali foydalanishni;
- so'z-parazitlardan qutulishni;
- motivatsion, ta'limiy va ishontiruvchi nutqlarni tuzishni;

Sahna qo'rquvini yengishni o'rganadilar

Notiqlik – faqat gapira olish emas, balki tinglovchiga kerakli xabarni tushunarli, his-tuyg'ular bilan boyitilgan holda yetkazish san'atidir. Notiq o'z fikrini mantiqan, izchil, madaniyatli tilda ifoda etadi, tana tili, ovoz ohangi va pauzalarni to'g'ri ishlatadi. Bu mahorat insonning o'ziga bo'lgan ishonchini oshiradi, atrofdagilarga ta'sir o'tkazish imkonini yaratadi.

Notiqlik mahoratini yo'nalishlari:

Ishontiruvchi notiqlik nutqi – uning maqsadi auditoriya fikrini o'zgartirishdir.

Ilhomlantiruvchi nutq – maqsad auditoriyada hissiy javob uyg'otish, ularni ilhomlantirish va harakatga chorlashdan iborat.

O'rgatuvchi (ta'limiy) nutq – notiqning maqsadi tinglovchilarda yangi ko'nikma shakllantirish, bilim berishdir.

Ommaviy chiqish turlari.

Ommaviy chiqishlar bir-biridan nimasi bilan farq qilishi mumkin?
Qanday qilib o'z auditoriyangiz uchun nutq tayyorlash mumkin?

Axborot beruvchi nutq.

Bunday nutqning maqsadi – tinglovchilarga ma'lum bir ma'lumotni yetkazish.

Ya'ni, nutqda auditoriya quyidagi savollarga javob olishi kerak: Kim uchun? Nima? Qayerda? Qachon? Soat nechida? Nima sababdan? va boshqalar.

Ko'ngilochar nutq

Bunday nutqning maqsadi – auditoriyani xushnud qilish, ko'nglini ko'tarish.

Bu ko'pincha radio boshlovchilari, stand-up chiqish qiluvchi spikerlar uchun xos bo'lgan vazifadir.

Ishontiruvchi nutq

Bu nutqning maqsadi – tinglovchilarni nimadadir ishontirish. Masalan, aynan shu brend mahsulotini yoki xizmatini, aynan hozir sotib olish kerakligiga ishontirish.

Etiket nutqi

Bunday nutqning maqsadi – jamiyat tomonidan qabul qilingan marosim yoki odob-axloq qoidalariga amal qilishdir. Masalan, rasmiy mehmonlarni kutib olishdagi nutqlar, to'y marosimidagi tabriklar va shunga o'xshash chiqishlar.

Notiqlik mahoratining asoslari – bu insonning jamoat oldida erkin, aniq va ta'sirchan nutq so'zlash ko'nikmalarini egallashidir.

Qanday qilib jamoat oldida nutq tayyorlash mumkin?

1. *Auditoriyani o'rganing.* Kim sizni tinglaydi? Ularning yoshi, saviyasi, ehtiyojlari qanday?

2. *Maqsadni aniqlang.* Siz auditoriyani xabardor qilmoqchimisiz? Ishontirmoqchimisiz? Motivatsiya bermoqchimisiz?

3. *Asosiy fikrni belgilang.* Tinglovchilar nutq yakunida nima eslab qolishlari kerak?

4. *Reja tuzing.* Kirish, asosiy qism va xulosa qismlarini aniq belgilang.

5. *Dalillar va misollar keltiring.* Gaplaringizni faktlar, voqealar, shaxsiy tajribalar bilan mustahkamlash foydali.

6. *Nutq uslubini tanlang.* Rasmiymi yoki norasmiymi? Qanday soʻzlar auditoriyaga yaqinroq?

7. *Amaliyot qiling.* Nutqingizni qayta-qayta mashq qiling, video yoki audio yozuv qilib tahlil qiling.

Verbal kommunikatsiya va soʻz orqali taʼsir

Verbal kommunikatsiya — bu ogʻzaki nutq orqali muloqot qilish. Bu faqat soʻzlardan iborat emas, balki ohang, gap tezligi, pauzalar, urgʻu va hatto sukut ham unga kiradi. Yaxshi notiq soʻzlar kuchini biladi va ularni ongli tanlaydi. Chunki har bir soʻz — bu fikrga yoʻnalish, tinglovchiga esa signaldir.

Verbal kommunikatsiya quyidagilarni oʻz ichiga oladi:

Aynan aytilgan soʻzlar (leksik mazmun)

Nutqning tuzilishi (kirish, asosiy gʻoya, xulosa)

Intonatsiya va ohang (hissiyot yuklangan)

Talaffuz va gapirish tezligi (tushunarli va ritmli boʻlishi kerak)

Yodingda boʻlsin: “soʻz ogʻzingdan chiqqan paytdan boshlab, u sen emas — u omma mulki.”

Soʻz-parazitlar: nimani buzadi?

Soʻz-parazitlar — bu nutqdagi keraksiz, maʼnosiz yoki takroriy soʻzlar boʻlib, ular gapning tiniqligiga xalaqit qiladi, tinglovchini chalgʻitadi, notiqqa esa ishonchni pasaytiradi.

Odatda uchraydigan soʻz-parazitlar:

“mana”, “demak”, “shunaqa”, “xullas”, “umuman olganda”, “bilasizmi”, “xuddi”, “aniqmas”, “nima edi”, “hozir aytaman”, “endi-ya”, “toʻgʻrisi”...

Ular:

Ishonchni pasaytiradi — noaniqlik ko'rsatadi.

Tinglovchini bezor qiladi — ular takrorlana boshlasa, eshituvchi "o'chadi".

Gap tuzilishini buzadi — asosiy fikr yo'qolib ketadi.

Qanday qutulish mumkin?

O'z nutqingni yozib tingla: ko'p ishlatiladigan so'z-parazitlarni aniqla.

Har bir so'zdan oldin sekundlik pauza qilishga odatlan.

"Sukut"ni qo'rquv emas, vosita sifatida qabul qil.

Gapni oldindan rejalashtirish orqali ortiqcha "to'ldiruvchi" so'zlardan saqlan.

Ovoz bilan ishlash: kuch, tembr, diksiyani rivojlantirish

1. Ovoz kuchi:

Ovozning kuchi – bu uning qanchalik baland eshutilishini bildiradi. Kuchli ovoz auditoriyani uyg'otadi, e'tiborini jalb qiladi va ishonch uyg'otadi. Biroq haddan tashqari baland yoki qattiq baqirish emas, balki tabiiy, ammo yetarlicha aniq va eshutiladigan ohang muhim.

Maslahat: Nafasni to'g'ri boshqarish orqali ovoz kuchini saqlab turish o'rganiladi. Nafas diafragma orqali olinadi – bu professional notiqlar siridir.

2. Tembr :

Tembr – bu ovozning ohangdorligi, uning "ta'mi" deyish mumkin. Ba'zi odamlarning ovozi yoqimli, taskin beruvchi bo'lsa, boshqalariniki dag'al, yoqimsiz bo'lishi mumkin. Tembr – bu tug'ma xususiyat, lekin uni ma'lum darajada yumshatish, boyitish yoki jozibador qilish mumkin.

Maslahat: Ovoz yo'llarini tinchlantirish va jarangdor talaffuzga o'tish tembrni yoqimli qiladi.

3. Diksiya:

Diksiya – bu tovushlarning aniq, tushunarli talaffuz qilinishi. Agar siz juda tez, g'ijimlab yoki og'izni to'liq ochmay gapirsangiz – tinglovchilar sizni tushunmaydi. Aniq talaffuz – notiqlikning poydevoridir.

Maslahat: Til, jag' va lablar uchun maxsus mashqlar bajarish diksiyani sezilarli darajada yaxshilaydi. Masalan, shivirlab she'r o'qish, og'zaki toshlarni to'g'ri aytish, diktant yozish – bularning barchasi foydali.

Ovoz turlari: Erkaklar va ayollar uchun

Ayollar ovoz turlari:

Soprano – ayollar ovozining eng baland diapazoni. Yorqin, ochiq va jarangdor tembrga ega.

Kontralto – ayollar orasida eng past ovoz turi. Chuqur, barqaror va ta'sirli tembr bilan ajralib turadi.

Erkaklar ovoz turlari:

Tenor – erkaklar ovozining eng baland turi. Lirik, yumshoq va ta'sirchan ohangda bo'ladi.

Bas – erkaklar orasida eng past ovoz turi. Quvvatli, chuqur va vazmin tovush bilan ifodalanadi.

Ovoz tembriga nima ta'sir qiladi?

Zararli odatlar

Chekish: ovoz boylamlarini qog'ozni o't yoqqandek kuydiradi. Natijada, ovoz xirillagan, g'iyqillagan bo'ladi, jozibasi yo'qoladi.

Spirтли ichimliklar: shilliq qavatni quritadi, nutq apparatining muvozanatini buzadi.

Qichqirish: agar har kuni (ayniqsa sovuqda) baland ovozda gapirilsa — ovozni butunlay yo'qotish mumkin.

Noto'g'ri ovqatlanish

Yog'li, juda issiq, nordon yoki achchiq taomlar halqum va qizilo'ngachni qo'zg'atadi.

Suv kam ichilsa — tomoq quriydi, ovoz "cho'kib" qoladi.

O'sish davri

O'smirlikda, ayniqsa o'g'il bolalarda, "ovozning sinishi" (mutatsiyasi) bo'ladi.

Bu — tabiiy hol, ammo bu davrda boylamlarni ortiqcha zo'riqtirmaslik muhim.

Ovoz "kattalashadi" va o'z shaklini izlaydi — ortiqcha zo'riqish doimiy iz qoldirishi mumkin.

Amaliy mashqlar:

1. Bugun ertalab o'zingiz haqingizda uchta ijobiy sifat yozing.
2. 10 daqiqa davomida hech qanday chalg'ituvchi narsalarsiz faqat bir ishga diqqat qarating.
3. Har kuni oxirida uchta minnatdorchilik sababini yozib chiqing.
4. O'zingizga qo'ygan kichik maqsadni bir kun ichida yakunlang.
5. Biror yangi kitob yoki maqolani o'qishni boshlang.