

UOT 37.0

***Xalidə Aydın qızı Həmidova***  
*pedaqogika üzrə fəlsəfə doktoru,*  
*Azərbaycan Dövlət Pedaqoji Universitetinin*  
*Məktəbəqədər təhsilin pedaqogikası kafedrasının baş müəllimi,*  
*Sağlam Təhsil - Sağlam Millət layihəsinin metodisti*

## **SAĞLAMLIQ VƏ TƏHSİL PROSESİNİN TƏŞKİLİNƏ VERİLƏN TƏLƏBLƏR**

***Халида Айдын гызы Гамидова***  
*доктор философии по педагогике,*  
*старший преподаватель кафедры Педагогике дошкольного образования*  
*Азербайджанского Государственного Педагогического Университета,*  
*методист проекта «Здоровое образование - Здоровая нация»*

## **ТРЕБОВАНИЯ, ПРЕДЪЯВЛЯЕМЫЕ К ОРГАНИЗАЦИИ ОЗДОРОВИТЕЛЬНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

***Khalida Aydin Hamidova***  
*doctor of philosophy in pedagogy,*  
*senior lecturer of the department of Pedagogy of preschool education,*  
*Azerbaijan State Pedagogical University, methodologist of the project*  
*"Healthy Education - Healthy Nation"*

## **REQUIREMENTS FOR THE ORGANIZATION OF THE HEALTH AND EDUCATIONAL PROCESS**

**Xülasə.** Məqalədə müasir təhsil sistemində mövcud problemlər, bu problemlərin aradan qaldırılması üçün qoyulan tələblər haqqında məlumat verilmişdir. Təhsil prosesində sağlamlığın qorunması və fiziki-gigiyenik tələblərin təşkili yolları göstərilmişdir. Dr. Bazarnının təlim texnologiyasının pedaqoji prosesdə tətbiqinin vacib məqamları qeyd olunmuşdur. Bu texnologiyaların nəticəsində məktəblərdə fəaliyyətin mənimsənilməsi və davranış stereotipinin formalaşması vurğulanıb.

**Açar sözlər:** *təhsildə sağlamlıq, fiziki və psixi mühit, dəyərləri, əxlaq normaları, texnologiyalar, tələblər*

**Резюме.** В статье представлена информация об актуальных проблемах в современной системе образования и о требованиях для устранения этих проблем. Показаны способы охраны здоровья и организации физико-гигиенических требований в учебном процессе. Отмечены важные моменты применения технологии обучения док. Базарного в педагогическом процессе. В результате этих технологий акцент делался на освоении занятий в школах и формировании поведенческих стереотипов.

**Ключевые слова:** *здоровье в образовании, физическая и духовная среда, ценности, нравственные нормы, технологии, требования*

**Summary.** The article provides information about the existing problems in the modern education system. Requirements for overcoming these problems. Ways to protect health and organize physical and hygienic traps in the educational process are shown. Dr. Bazarnı points of application learning technology in pedagogical process were noted. As a result of these technologies, the mastery of activities in schools and the formation of behavioral stereotypes were emphasized.

**Key words:** *health, physical and mental environment in education, values, moral norms, technologies, requirements*

Müasir insan təxminən yüz min il əvvəl meydana gəlmişdir. Bioloji cəhətdən o, dövrümüzün insanı ilə eyni idi. Bununla belə, sosial-mədəni ölçüdə o, bizdən sonsuz dərəcədə uzaq idi və bu nəhəng məsafə təhsili daim aşmaq üçün nəzərdə tutulub. O, insanın həyatı boyu ona bütün əsas ölçüləri ilə tarixi təcrübənin əsaslarını ötürməli, ona dünyanın müasir qavrayışını, sosial ünsiyyət bacarıqlarını, insan tərəfindən fiziki və psixi sağlamlığının qorunmasını öyrətməlidir. İnsan təkcə keçmişin mədəniyyətini təkrarlamayı deyil, həm də onu inkişaf etdirməyi öyrənməlidir. Və bu problemi həll etmək üçün həm cəmiyyət, həm də təhsil təkmilləşdirilməli, bu ehtiyac hissi insanı heç vaxt tərk etməməli, illər keçdikcə daha da güclənməli və daim inkişaf etməlidir.

Təhsil sistemində ən mühüm həlqə, əlbəttə ki, təhsil müəssisəsidir: bağça, məktəb və s. Məktəbin rolu, mənası uşağın formalaşmasının ən çətin və həlledici dövründə ona təsir etməsi ilə müəyyən edilir. Uşağın intellektual qabiliyyətləri formalaşdıqda, onun həyatı dəyərlər sistemi, onun psixikasının tipi, bədən quruluşu müəyyən edilir. İnsanın həm uşaqlıqda, həm də sonrakı həyatında fiziki, əqli və mənəvi sağlamlığı məktəbdə təhsilin necə olmağından əhəmiyyətli dərəcədə asılıdır. İnsanın həm özü, həm də cəmiyyət üçün ən mühüm dəyər olan sağlamlığı dedikdə, təkcə onun fiziki sağlamlığı deyil, həm də fərdin psixi və mənəvi vəziyyəti nəzərdə tutulur. Əgər uşaq başqa insanlarla ünsiyyət qurmağı bacarmırsa, başqa insanlara və hər şeydən əvvəl yaxınlıqna məhəbbət hissi bəsləmirsə, vətəninə sevmirsə və onun üçün narahat deyilsə, sağlamdır mı? İnsan sağlamlığının bu komponentlərinin bir-biri ilə sıx əlaqəli olduğunu nəzərə almaq lazımdır. İnsanların mənəviyyatının səviyyəsi ilə narkotik vasitələrin qəbulu, siqaret çəkmə, QİÇS-ə yoluxma, çox vaxt insanların təkcə sağlamlığının pozulmasına deyil, həm də onların ölümünə səbəb olan cinayətlər arasında aşkar əlaqəyə diqqət yetirmək kifayətdir. Ancaq sağlamlıq haqqında belə bir təbii anlayışın bütün təhsil prosesinin formaları və məzmunu ilə sıx əlaqəli olduğu ortaya çıxır. Qeyd etmək lazımdır ki, təhsil bilik və bacarıqların öyrədilməsinin tərbiyə ilə üzvi şəkildə birləşdirilməli olduğu işdir. Düzgün təşkil edilmiş təhsil prosesi uşaqda əmək fəaliyyətini səmərəli və cəlbedici edən və bununla da onu

məhv etməyən, yaradan, həyat üçün ən vacib olan əmək bacarıqlarını inkişaf etdirir.

Müxtəlif məktəb fənlərini öyrənərək şagird intizamlı, məqsədyönlü, toplanmış, dəqiq olmağı öyrənir, müəyyən bir problemin həlli prosesində digər insanlarla qarşılıqlı əlaqə qurmaq, qəbul edilmiş davranış normalarına riayət etmək və işdən həzz almaq bacarığı qazanır. Tədris prosesi müsbət emosiyalarla zəngin olmalıdır ki, bu da öyrənilən materialın uğurla mənimsənilməsinə və əlbəttə ki, şagirdin sağlamlığının möhkəmlənməsinə də az əhəmiyyət kəsb etmir. Bu gün dünyada ömür boyu təhsilin reallaşmağa başladığı bir vaxtda təhsilə həyata hazırlıq kimi yanaşmaq absurddur. Bəs uşaqlıq insan həyatının ən gözəl hissəsi deyilmi?! Uşaqlığı ağırlı müddətə çevirməyə haqqımız yoxdur. Aydın ki, bu halda uşağın nə təhsili, nə də sağlamlığı olacaq. Bizim dövrümüzdə təhsil getdikcə daha çox insanın həyatını müşayiət edir. Bu, insan üçün maraqlı və xoş olmalıdır, onun həyatını “zəhərlənməməlidir”. Məktəbin ən vacib vəzifələrindən biri şagirdə təhsili təkmilləşdirmək üçün sabit ehtiyac və öz-özünə təhsil almaq bacarığını inkişaf etdirməkdir. Uşaqları həddindən artıq yükləmək çox təhlükəlidir. Bu, sinifdə daimi zehni gərginlik vəziyyətinə, fəaliyyətlərin sərbəst seçimi üçün vaxtın kəskin məhdudlaşdırılmasına və uşaq üçün xüsusilə vacib olan muntəzəm açıq hava oyunlarının təşkilinin mümkün-süzlüyünə səbəb olur. Həddindən artıq yüklənmənin qaçılmaz nəticəsi qazanılan biliklərin keyfiyyətinin kəskin azalması və uşaqların psixi və fiziki sağlamlığına mənfi təsir göstərir. Bu cür həddən artıq yüklənmənin ən mühüm səbəblərindən biri dərslərin və buna uyğun olaraq tədris prosesinin əsas dərslərin zərərinə olan təfərrüatlarla zənginliyidir. Nəticə etibarilə, xüsusi biliklər yaddaşda çətin ki sabitləşir, çünki o qədər də əhəmiyyətli deyil və tez-tez tələb olunmur, ümumi bilik isə ona lazımı diqqət yetirilmədiyi üçün mənimsənilmir. Nəticədə biz aşağı səviyyədə təhsil alırıq. Uşaqlar sabit bilik almırlar. Şagirdlərdən məktəbi bitirdikdən bir il sonra xüsusi olaraq oxumağı dayandırdıqları hər hansı bir mövzu haqqında nə bildiklərini soruşun. Təəssüf ki, bu cür sorğuların nəticələrindən məyus olacağıq. Bu problem təhsilin pragmatik yönününün olmasıdır və bu gün çox aktualdır. Müəyyən bir intizam çərçivəsində əldə edil-

miş bilikləri müxtəlif bucaqlardan görməyə imkan verəcək müxtəlif subyektlərin üzvi qarşılıqlı əlaqəsinin qurulmasına çalışmaq lazımdır.

Diqqətin dünyanın elmi mənzərəsinə, insan inkişafının ən kəskin problemlərinə və xüsusilə müasirliyə yönəldilməsi, hər hansı bir fənnin materialının təqdim edilməsində etik yönüm, onun təqdimatına tarixi yanaşma elementləri təhsil prosesinə marağı kəskin şəkildə artırır və bununla da onun davamlı assimilyasiyasına töhfə verir. Uşaqların təkcə intellektini inkişaf etdirmir, həm də sağlamlığını qoruyur. Bir insanın bir çox funksiyalarda: mütəxəssis kimi, vətəndaş kimi, valideyn kimi, oğul və ya qız, nəvə və ya nəvə kimi çıxış etdiyini başa düşmək vacibdir. Bütün bu münasibətlərin tam reallaşmasında hər bir insan və təbii ki, cəmiyyət maraqlı olmalıdır. Təhsilin keyfiyyətinin aşağı olması dağıdıcılıqla, insanın işindəki uğursuzluqlarla, ailədəki münasibətlərlə, övladlarına müsbət təsir imkanlarının kəskin şəkildə azalması, psixikanın və ümumilikdə sağlamlığın pozulması ilə dolu bir cəmiyyətdir. Ona görə də hər bir ölkə cəmiyyətinin sağlam yetişməsi üçün müxtəlif siyasətlər tətbiq edir. Azərbaycanda "Sağlam Təhsil-Sağlam Millət" layihəsi bu siyasi yönəldənlərdən biridir. Bu yürüdülməsinin məqsədi "sağlam və progressiv Azərbaycan vətəndaşı" yetişdirməkdir:

- 1) bilikli – yaradıcı;
- 2) fiziki sağlam;
- 3) psixi sağlam;
- 4) dəyərlər daşıyıcısı və onları əməllərində yaşadan.

Bu siyasətin qoyduğu tələblər isə təlim nailiyyətləri və yaradıcılıq, fiziki sağlamlıq, psixi sağlamlıq, mənəvi sağlamlıqdır. Bu yöndə yarana biləcək problemlər mövcuddur bunlar aşağıdakılardır:

- yaradıcılığın az olması və ya uşaqlarda bunun müşahidə olunmaması;
- onurğa sütunu ayrılığı, görmə qabiliyyətinə təsir edən bir çox amillərin olması, qeyseriyyə doğuşları ilə doğulan uşaqların çoxluğu, oğlanların cılızlaşması və s.;
- streslə dolu yaşam tərzini, ailələrin boşanma sayının artması və s.;
- milli-mənəvi dəyərləri azalması və s.

Təməl qayda: *Təhsil texnologiyaları sağlamlığa zərər gətirməməlidir!*

*Məktəblilərin intellektual inkişafı.* B. Paskal bir vaxtlar yazırdı ki, insanı yalnız düşüncə dəyişdirə bilər. İnsan gücü kosmosda deyil, düşüncə nizamında axtarır. Paskala görə, kosmosda Kainat insanı kiçik bir nöqtə kimi "qucaqlayıb udur", düşüncədə isə insan onu "qucaqlayır". Zaman dəyişdi və bu gün insan zəkasının texnoloji imkanları ölçüyəgəlməz dərəcədə artıb. Amma günümüzün bəlası ondadır ki, ağıl sanki informasiya ilə əvəz olunmağa başlayıb. İnformasiyanın özü isə bir növ zəka ekvivalentinə çevrilib. Və beləliklə, cəmiyyət getdikcə daha çox insanın təfəkkürünü deyil, onun şüurunun qiymətləndirir və bu, insanların düşüncə prosesini getdikcə dəyərdən salır. Müəllimin uşaqların intellektual inkişafını həyata keçirdiyi şərtlər də dəyişdi. İnformasiyaya münasibətdə müəllim bu gün daha çox məlumat mənbəyi kimi deyil, şagirdin onunla qarşılıqlı əlaqəsinin vasitəçisi, təşkilatçısı kimi çıxış edir. İlk növbədə təhsil əməkdaşlığına əsaslanan pedaqoji metodların rolu da artmış, təkcə "şagird-müəllim" deyil, həm də "şagird-şagird", "şagird-xarici mühit" qarşılıqlı əlaqəsinə zənginləşdirir, təlimdə əməkdaşlığı təmin edir. Bütün bunlar komandada işləmək bacarıqlarını inkişaf etdirir, bizə kollektiv tapşırıqlar qoymağı, məsuliyyəti bölüşdürməyi və nəticədə şəxsi uğur qazanmağı öyrədir. Tələbələr üçün öyrənmə rahatlığı intellektual metodların vacib sağlamlığını qoruyan meyar hesab olunur: kompüterlərin olması sayəsində tələbələr fərdi tempdə işləmək, məlumat mənbələrindən sərbəst istifadə etmək imkanı əldə edirlər. Hərəkət fəaliyyətinə və şagirdlərin hərəkətə olan ehtiyaclarının ödənilməsinə gəlincə, təhsil prosesinin bu komponentləri, artıq qeyd edildiyi kimi, bu gün kəskin şəkildə məhdudlaşır. Buna görə sağlamlığı qoruyan əlavə bir mənbə axtarmaq lazımdır, o, təhsil məkanının belə bir təşkilində ola bilər ki, bu da uşağın hərəkətsizliyinin, onun emosional inkişafının mənfi təsirini azaltmağa əhəmiyyətli dərəcədə müsbət təsir göstərəcək, zehni və vizual yüklənməni azaldacaqdır. Yanlış məlumatları etibarlı hesab edən milyonlarla məktəbli yalana qarşı "immunitetini" itirir. Bundan əlavə, virtual həyat bir çox gəncləri öz düşüncələrindən uzaqlaşdıraraq elektron vasitələrlə təbliğ olunan instinktlərə aparır. Sofoklun məşhur "ağıl insanlara xidmət etmərsə, bu nə qədər dəhşətlidir" sözünü

təfərrüatlarla ifadə edərək belə bir fikir söyləmək olar: “ağıl instinktlərin xidmətində dayanırsa, nə qədər dəhşətli ola bilər”. Şagirdlərin təxəyyülə əsaslanan daxili düşüncə yaradıcılığından xarici təlimatlandırıcı-informasiya xarakterli psixoproqramlaşdırma keçidi uşaqların öz düşüncələrini formalaşdırmaq qabiliyyətini, sərbəst yaradıcı intellektin inkişafını kəskin şəkildə azaldır. "Enerji-informasiya" adlanan təsirlər və proseslər sahəsində tədqiqatların nəticələri nikbinliyə meyl göstərmir. Nə narahat edir? Uşaqların təxəyyül təfəkkürü rasionallıq ilə getdikcə daha çox məhdudlaşdırılır.

Amma insanın yaradıcı potensialı sonda yox ola bilər. Obrazlı yaradıcı təxəyyül olmadan ahəngdar inkişaf etmiş şəxsiyyət ola bilməz. Aparıcı neyrofizioloqlar, o cümlədən Nobel mükafatı laureatları C. Şerrinqton, K. Pribram və başqaları sübut etmişlər ki, beynin hiss və emosiyalarından əsər-əlamət yoxdur, o, özü öz düşüncələrini yaratmaq iqtidarında deyil, çünki bu, dünyanın sensor obrazlı qavrayışı yalnız zəka əsasında mümkündür. Başqa sözlə, nə qədər paradoksal səslənsə də, beyində bizi yaradıcı edən heç nə yoxdur. Məhz buna görə də insanın hissələrindən, səylərindən qopmuş heç bir bilik gənclərin davranışının əxlaqi strategiyasının əsasına çevrilə bilməz. Sübut edilmişdir ki, insanın şifahi, yəni ekstrasensual, qeyri-təcrübəli, sırf informasiya intellekti parazitdir, yalnız başqaları tərəfindən yaradılan məlumatları qeyri-məhdud miqdarda istehlak etməyə qadirdir. Uşaqlara dünyaya başqasının gözü ilə baxmağı öyrədən məktəb özünəməxsus şəkildə məhdud olan və bütün insan imkanlarını üzə çıxarmayan informasiya intellektinin “girovudur” ki, bu da

uşaqlarda yaradıcılığın kəşfi, gizlənmiş, hələ tədqiq edilməmiş qabiliyyətin üzə çıxmasına təsir edir. Təəssüf ki, bir çox məktəblərdə şagirdi sensor təxəyyül əsasında obrazlı düşüncədən uzaqlaşdıran tədris prosesi belə bir kəşfin tezliklə baş verəcəyinə ümid vermir. Yan Amos Komenski Avropa sivilizasiyası üçün təhsil metodologiyasını ortaya qoyaraq onu “maşın didaktikası” adlandırdı. İndiki təhsil dövrü bunu ən dolğun şəkildə təsdiq etdi. İnformasiya texnologiyalarının məktəb həyatına tələsik tətbiqi sayəsində uşaqların öz fikirlərini yaratmaq qabiliyyəti azalır. Təcrübə göstərir ki, İKT-dən istifadə olunmasa belə, ibtidai sinifdə 4 illik müddət ərzində dərsin düzgün təşkil edilməməsi səbəbindən uşağın yaradıcı təxəyyülü 2 dəfə, dünya əks etdirməsinin obrazlı-süjet bütövlüyü 4 dəfə zəifləyir. Şagirdlərin yaddaşında hərflərin, rəqəmlərin və diaqramların toplanması onlarda həyat verən dünyagörüşü hissənin sönməsinə daha da təkan verir. Kompüter, İnternet və təhsil testlərindən sui-istifadənin davamı yaradıcı təxəyyülün yox olmasıdır. Beləliklə, informasiyanın həddindən artıq doyması əsasında yaradıcı təfəkkür zəifləyir, zombi zəkası yaranır.

**Problemə aktuallığı.** Məqalədə yazılanlar təhsil sistemində istifadə olunan yeni mexanizmlərdən istifadə yollarını göstərir. Aktual olan problemlər təhlil olunmuşdur.

**Problemə elmi yeniliyi.** Sağlamlıq təhsil – sağlam millət layihəsinin tətbiqi yolları təhlil edilmiş, sağlamlığa əsaslanan təhsil modellərinin tətbiqi haqqında geniş məlumat verilmişdir.

**Problemə praktik əhəmiyyəti.** Sağlamlıq təhsil-sağlam millət layihəsinin praktik formada təhlili, istifadə mexanizmi göstərilmişdir.

#### **Ədəbiyyat:**

1. Süleymanova A.Y. Təhsilin əsasları: Dərs vəsaiti / A.Y. Süleymanova; [red. G.Mehdiyeva].- Bakı: Təhsil, 2014.- 399 s.
2. Коробейников А.А. К 68 Актуальная европейская проблема: внедрение здоровьеразвивающей педагогики: - М., 2009. -264 с.
3. Лазарев Михаил Львович "Программа оздоровительно-развивающего курса "Цветок здоровья". 1-4 классы", Мнемозина, -2009.
4. Базарный В.Ф. Нервно-психическое утомление учащихся в традиционной школьной среде: истоки, подходы к профилактике / В.Ф. Базарный. – Сергиев Посад, -1995.
5. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе. 1-4 классы. -М. «ВАКО» - 2004.
6. Шестрякова О.Б. Применение элементов здоровьесберегающей технологии В.Ф. Базарного в работе учителя начальных классов // Совушка. -2018. № 1

7. О геометрическом уме и искусстве убеждать; Разговор с г. де Саси об Эпиктете и Монтене; Об обращении грешника. (Перевод Г.Я. Стрельцовой) // Приложение к кн.: Стрельцова Г.Я. Паскаль и европейская культура. -М.: Республика. - с. 434-472.
8. Коменский Ян Амос "Избранные педагогические сочинения" -Москва: Наркомпрос 1939 (Перевод с латинского В.Н. Ивановский)

**E-mail:** musayevaxalide@mail.ru

**Rəyçilər:** *ped.elm.dok., prof. Ş.Q. Əliyev,*  
*ped.elm.dok., dos. P.B. Əliyev*

**Redaksiyaya daxil olub:** 20.09.2022.