

## MƏKTƏBDƏ BƏDƏN TƏRBIYƏSİ VƏ İDMAN

UOT 796.011

**Yusif Məmməd oğlu Babanlı**  
*pedaqogika üzrə fəlsəfə doktoru, professor*  
*Azərbaycan Dövlət Bədən Tərbiyəsi və*  
*İdman Akademiyası*

### ÜMUMTƏHSİL MƏKTƏBLƏRİNDƏ KÜTLƏVİ BƏDƏN TƏRBIYƏSİ VƏ İDMANIN İNKİŞAF YOLLARI

**Юсиф Маммед оглы Бабанлы**  
*доктор философии по педагогике, профессор*  
*Азербайджанская Государственная Академия*  
*Физической Культуры и Спорта*

### ПУТИ РАЗВИТИЯ МАССОВОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ШКОЛАХ

**Yusif Mammed Babanly**  
*doctor of philosophy in pedagogy, professor,*  
*Azerbaijan State Academy of Physical Education and Sport*

### WAYS OF DEVELOPMENT OF MASS PHYSICAL CULTURE AND SPORTS IN SECONDARY SCHOOLS

**Xülasə.** Məqalədə orta məktəblərdə fiziki tərbiyə dərslərinin məzmunu, inkişafı və təkmilləşdirilməsindən bəhs olunur. Fiziki tərbiyə dərslərinin düzgün qurulmasında şagirdlərin fiziki sağlamlığının və psixoloji xüsusiyyətlərinin nəzərə alınması əsas məsələ kimi vurğulanmışdır. Həmçinin məqalədə şagird şəxsiyyətinin və sağlam həyat obrazı vərdişinin formalaşmasında fiziki tərbiyə dərslərinin rolu da göstərilmişdir.

**Açar sözlər:** orta məktəblər, fiziki tərbiyə, idmanın inkişafı, kütləvi bədən tərbiyəsi, təkmilləşdirmək, sağlamlıq, fiziki inkişaf, fiziki qabiliyyət

**Резюме.** В статье рассматриваются содержание уроков физической культуры в средней школе, пути развития и совершенствование. Отмечается необходимость учета физического здоровья и психологических особенностей учащихся для правильного построения занятий по физической культуре. В тоже время в статье говорится о роли занятий физической культуры в формировании личности ученика и навыков здорового образа жизни.

**Ключевые слова:** средние школы, физическое воспитание, развитие спорта, массовое физическое воспитание, совершенствовать, здоровье, физическое развитие, физические способности

**Summary.** The article discusses the content of the lessons of physical culture in high school, the ways of development and improvement. There is a need to take into account the physical health and psychological characteristics of students for the correct construction of classes in physical culture. At the same time, the article talks about the role of physical education classes in shaping the personality of the student and the skills of a healthy lifestyle.

**Key words:** secondary schools, physical education, development of sports, mass physical education, improve, health, physical development, physical abilities

Ümumtəhsil məktəblərində fiziki tərbiyənin strategiyası mövcud təlim formalarının qarşılıqlı, üzvü əlaqəsini təmin etməklə fiziki tərbiyənin sağlamlaşdırıcı, inkişafetdirici, tərbiyəvi funksiyalarının həyata keçirilməsinə maksimum imkan yaradır. Fənnin məzmun xətlərinə əsasla-

nan dərs və fiziki tərbiyənin digər formaları ümumtəhsil məktəblərində vahid bir sistemi formalaşdırır. Bu sistem ümumtəhsil məktəblərinin müxtəlif təhsil mərhələlərində fiziki tərbiyənin əsas istiqamətlərini əlaqələndirməklə şəxsiyyətin harmonik fiziki inkişafına şərait yaradır. Şagirdlərin fiziki tərbiyəsinin əsas məqsədinin harmonik fiziki inkişafın və hərəkət mədəniyyətinin tərbiyə olunması ilə yanaşı onun kollektivdə ünsiyyət qurmaq, cəmiyyətin mənəvi və hüquqi qaydalarına riayət etmək bacarıqlarının formalaşdırılması və təkmilləşdirilməsi vəzifələri də daxil olduğundan dərs pedaqoji proses kimi fənninin tədrisi strategiyasında əsas və aparıcı forma hesab olunur.

Azərbaycan Respublikasının Prezidenti Cənab İlham Əliyevin imzaladığı “Bədən tərbiyəsi və idman qanunu”na əsasən Azərbaycan Respublikasının Nazirlər Kabinetinin məktəb haqqında qərarının şagirdlərin təliminin daha da təkmilləşdirilməsi sahəsində qarşıya qoyduğu vəzifələr sırasında məktəblilər arasında kütləvi bədən tərbiyəsi-sağlamlaşdırma və idman işlərinin inkişaf etdirilməsi üzrə də mühüm tələblər irəli sürülmüşdür.

Məlum məsələdir ki, Azərbaycanda idmanın sürətli inkişaf mərhələləri ölkəmiz müstəqillik qazandığı illərdən sonraya təsadüf edir. Müstəqilliyimiz dövründə 1993-cü ildən sonra bədən tərbiyəsi və idmanın başlıca inkişaf yolları aşağıdakı kimi müəyyən edilir:

Kütləvi bədən tərbiyəsi və idman fəal surətdə inkişaf etdirilsin, müstəqil Azərbaycan Respublikasının yeniyetmə və gənclərinin gündəlik məişətinə onların daha geniş daxil olmasına kömək edilsin. Uşaqlar və gənclər arasında bədən tərbiyəsi və idman işi gücləndirilsin. İdman qurğularından daha səmərəli istifadə olunsun və s.

Müstəqil Azərbaycan Respublikasının iqtisadi və sosial inkişafının əsas istiqamətləri layihəsində Təhsil nazirliyini; əməyə hazırlıq işini daha da təkmilləşdirməklə əlaqədar qarşıya qoyulmuş çətin və mürəkkəb, lakin olduqca şərəfli vəzifəni həyata keçirmək məqsədilə artıq bir sıra işlər üçün isə əsas zəmin yaradılmışdır. Müstəqil dövlətimizin məktəb haqqında son illərdə qəbul etdikləri qərarlarında bu istiqamətdə çox böyük əhəmiyyəti olmuş, ilk növbədə kredit sistemi ilə əlaqədar tədris planları, tədris proqramları, o cümlədən bədən tərbiyəsi proq-

ramları yeni təhsil konsepsiyasına uyğunlaşdırılaraq xeyli təkmilləşdirilmişdir. Fiziki tərbiyə proqramları təkmilləşdirilərək məktəb haqqında yeni qərardan gələn aşağıdakı ümumi prinsiplər əsas götürülmüşdür: məktəblilərin bilik, bacarıq və vərdislərinin bal sistemi ilə qiymətləndirilməsi normalarının hazırlanması, mövzuların öyrənilməsi prosesində fənlərarası əlaqənin imkan və yollarının qeyd edilməsi; zəruri metodiki ədəbiyyatın siyahısının verilməsi; siniflərin öyrənilməsi prosesində şagirdlərə verilən bilik və bacarıqların həcmnin göstərilməsi; təklif olunan texniki təlim vasitələrinin və əyani vəsaitin siyahısının verilməsi, fəndaxili əlaqənin göstərilməsi; materialların həcmi etibarlı ilə təkmilləşdirilməsi; ətraf mühitin qorunması üzrə materialların verilməsi; politexnik istiqamətin gücləndirilməsi; izahat vərəqində fənnin məqsəd və vəzifələri, anlayış və kəmiyyətlərin öyrədilməsi metodlarının, həmçinin təlimin məzmununun təşkilinin göstərilməsi, lüzumsuz, ikinci dərəcəli çətin materialların ixtisasları və s.

Son illər bədən tərbiyəsinin təşkili, nəzəriyyə və təcrübəsi sahəsində müəyyən müvəffəqiyyətlər əldə edilmişdir. Bütün bunlarla yanaşı, şagirdlər arasında bədən tərbiyəsi işlərini təkmilləşdirmək üçün müvafiq imkanlardan tam şəkildə istifadə olunmaqdadır. Ümumtəhsil məktəbləri şagirdləri arasında kütləvi bədən tərbiyəsi və idmanın inkişaf etdirilməsinə, bütün məktəblilərin müntəzəm şəkildə bədən tərbiyəsi məşğələlərinə cəlb olunmasına, fiziki tərbiyə üzrə tədris, sinifdankənar və məktəbdənkənar işlərin forma və metodlarının təkmilləşdirilməsinə birinci dərəcəli əhəmiyyət verərək aşağıdakıları həyata keçirmək tövsiyə edilir:

Məktəbdə və məktəbdənkənar müəssisələrdə bədən tərbiyəsi üzrə tədris-sağlamlaşdırma işləri prosesinin keyfiyyətini və səmərəliyini yüksəltmək yolu ilə ümumtəhsil məktəbləri şagirdləri arasında kütləvi bədən tərbiyəsi və idmanın inkişaf etdirilməsi üçün tədbirlər görülməli, dərskənkənar bədən tərbiyəsi-sağlamlıq tədbirləri elə keçirməlidirlər ki, hər bir şagirdin gündə bir saat (ən azı) bədən tərbiyəsi və idmanın bu və ya digər forması üzrə məşğələyə cəlb olunması təmin edilsin.

Orta məktəblər şagirdlərinin fiziki tərbiyəsi haqqında Əsasnamənin tələblərinin hər yerdə həyata keçirilməsinə xüsusi diqqət yetirməkdədir.

Məktəblilər arasında kütləvi bədən tərbiyəsi və idmanın inkişaf etdirilməsi üzrə əlavə tədbirlər haqqında bədən tərbiyəsi və idman qanunun həyata keçirilməsi üzərində müntəzəm nəzarəti həyata keçirmək üçün tədbirlər görülür. Uşaq-gənclər idman məktəblərinin fəaliyyəti dərəcəli idmançılar hazırlamaqla yanaşı bilavasitə məktəblərdə kütləvi bədən tərbiyəsi işlərinin inkişaf etdirilməsinə yönəldilməli, bu zaman ümumfiziki hazırlıq qruplarının da yaradılmasına xüsusi diqqət yetirilməlidir.

Dərəskənər məşğələlərdə və qruplarda xüsusi bədən tərbiyəsi məşğələləri keçirilməsi üçün lazım olan hər cür şərait yaradılmalıdır. Belə məşğələlərin keçirilməsi barədə günüuzadılmış qrup tərbiyəçiləri ilə müntəzəm olaraq seminarlar keçirilməlidir.

Məktəb bədən tərbiyəsi kollektivləri sinifdənənər kütləvi bədən tərbiyəsinə təşkil edən özünüidarə orqanları kimi möhkəmləndirilməlidir. Məktəbdaxili "İdman yarışları" uşaq idman oyunlarında bütün siniflərdən olan şagirdlərin əhatə edilməsinə nail olunmalıdır. Məktəblilər tərəfindən gün rejiminə, gigiyenanın tələblərinə düzgün əməl edilməsi, habelə bədən tərbiyəsi və idmanla ardıcıl məşğul olmaq vərdişləri tərbiyə etmək üçün valideynlər və şagirdlər arasında müntəzəm izahat işləri aparılmalıdır. Aidiyyəti institutlar valideynlər və şagirdlər üçün fiziki tərbiyə üzrə mühazirə, məruzə və söhbətlərin tematikasını işləyib hazırlamalıdır. Şagirdlərdə fiziki təmrinlərlə müstəqil şəkildə məşğul olmaq üçün bacarıq və vərdişlərin formalaşdırılmasına kömək edən bölmələri genişləndirmək məqsədilə proqramların təkmilləşdirilməsi davam etdirilməlidir. Bədən tərbiyəsi dərslərində "Vətənin Müdafiəsinə Hazırım" bədən tərbiyəsi kompleks norması və tələblərinin yerinə yetirilməsinə fiziki hazırlığın yüksək səmərəliliyini təmin edən müasir metodlar tətbiq edilməlidir. Bədən tərbiyəsi dərslərinin gedişi prosesində fənlərarası əlaqəyə, xüsusilə şagirdlərin digər ümumtəhsil fənlərindən əldə etdikləri nəzəri və praktik biliklərin bədən tərbiyəsindən keçilən müvafiq məsələlərə məqsədyönlü şəkildə əlaqələndirilməsinə diqqət yetirilməlidir. Bədən tərbiyəsi dərslərində istifadə olunan tədris-əyani vəsaitin, texniki vasitələrin və digər təlim vasitələrinin təkmilləşdirilməsinə qayğı göstərilməlidir.

Bədən tərbiyəsi dərslərinin konstruktiv istiqamətliyi yüksəldilməlidir. Bədən tərbiyəsi üzrə şagirdlərə ev tapşırıqları verilməsi müəllimlərin praktik fəaliyyətinin zəruri şərti hesab edilməlidir. İdmana aid jurnallarda ev tapşırıqlarının tematikası və ona nəzarət edilməsi metodlarına dair yazılar verilməlidir. Sağlamlıq cəhətdən xüsusi tibbi qruplara daxil edilən şagirdlərlə bədən tərbiyəsi məşğələlərinin səviyyəsinin yüksəldilməsi təmin edilməli, qarşıdakı tədris illərində bu dərəcədə olan bütün şagirdlər bədən tərbiyəsi-sağlamlaşdırma məşğələləri ilə əhatə olunmalıdır. İbtidai siniflərdə bədən tərbiyəsi dərslərinə mütəxəssislərin cəlb olunmasına diqqət yetirilməlidir.

Son illər məktəblərdə idman bazasının qurulması müvəffəqiyyətlə aparılmışdır. Bu bazaların möhkəmləndirilməsi və daha da təkmilləşdirilməsi üçün lazımi işlər görülməli, bəzi təşkilat və qurumlar bu işdə məktəbə yaxından dəstək olmalıdır. Çünki, fiziki cəhətdən sağlam yetişdirilən nəsil dövlətin inkişafı və gələcəyi deməkdir.

Fiziki tərbiyə müəllimlərinin ixtisası daima təkmilləşdirilməli, şagirdlərlə aparılan tərbiyə işinə kompleks qaydada yanaşılmasını həyata keçirmələri məqsədilə onların ideya-siyasi, psixoloji və metodiki hazırlıqları arasında sıx qarşılıqlı əlaqə təmin edilməlidir.

Şagirdlərlə aparılan kütləvi bədən tərbiyəsi və idman işləri sahəsində yaxşı nailiyyətlər əldə edilmiş məktəblərin, bədən tərbiyəsi müəllimlərinin və məşqçilərin iş təcrübəsi müntəzəm olaraq öyrənilməli və geniş yayılmalıdır. Bunlar idmana aid nəşrlərdə, dövrü mətbuatda işıqlandırılırsa, idmanın kütləvi hal almasına və uşaqların idmana maraq və sevgisinə stimulyat yaratmış olar. "Məktəb - kütləvi bədən tərbiyəsi və idmanın inkişafı" adlı daimi rubrika yaradılırsa şagirdlərin asudə vaxtlarını idmana həsr etmələrinə müəyyən dərəcədə nail olmaq olar.

Azərbaycan Dövlət Bədən Tərbiyəsi və İdman Akademiyasında, Elmi-tədqiqat institutlarında, pedaqoji institutlarda və digər əlaqədar müəssisələrdə məktəbyaşlı uşaqların fiziki tərbiyəsi üzrə aparılan elmi tədqiqatların əlaqələndirilməsi işləri təkmilləşdirilməlidir. Tədqiqatçıların, magistrlərin, doktorantların diqqəti məktəb şagirdləri arasında kütləvi bədən tərbiyəsi və idmanın inkişafı nəzəriyyə və təcrübəsi problemlərinin işlənməsinə yönəldilməlidir.

Kütləvi bədən tərbiyəsinin inkişafını təmin etmək üçün nə etmək lazımdır? Ən əvvəl təlim prosesinin səmərəliliyini yüksəltmək üzrə işi fəallaşdırmaq, dərslərdə standart və qeyri-standard avadanlıqdan səmərəli istifadə etmək, məşğələlərin yüksək tədris sıxlığına və sinfin bütün şagirdlərini hərəkətlərlə maksimum yüksəlməyə nail olmaq lazımdır. Müəllimlər bədən tərbiyəsi dərslərində şagirdlərdə fiziki hərəkətlərlə müstəqil məşğul olmaq vərdişləri formalaşmasını təmin edən pedaqoji təsirin daha məhsuldar metodlarını cəsarətlə tətbiq etməlidirlər.

**Problemin elmi yeniliyi.** Fiziki tərbiyənin məktəblərdə tədrisi məqsədyönlü, planlı və mütəşəkkil proses kimi, şagirdlərin sağlamlığını təmin etməyə, onların fiziki qabiliyyətlərini və bacarıqların formalaşdırılmasına xidmət etməlidir.

**Problemin praktik əhəmiyyəti.** Fiziki tərbiyə müəllimlər üçün praktik əhəmiyyətə malikdir.

**Problemin aktuallığı.** İdmana və fiziki tərbiyəyə dövlət qayğısının artdığı bir dövrdə, məhz orta məktəblərdə fiziki tərbiyə dərslərinin düzgün qurulması, idmanın şagirdlər arasında kütləviləşməsi və təşkili tədrisin aktual məsələlərindəndir.

#### **Ədəbiyyat:**

1. Babanlı Y., Quliyev D. Məktəbdə fiziki tərbiyə: Dərs vəsaiti. Bakı, 2017, 106 s.
2. Babanlı Y.M. Tələbə gənclərin fiziki tərbiyəsi: Magistratura pilləsi üçün dərs vəsaiti. Bakı: "OL" MMC, 2016, 112 s.

**E-mail:** babanli.yusif@bk.ru

**Rəyçilər:** *ped.ü.elm.dok., prof. D. Quliyev,*  
*ped.ü.fəls.dok. Y. Səmədov*

**Redaksiyaya daxil olub:** 24.09.2021