FİZİKİ TƏRBİYƏNİN TƏDRİSİ METODİKASI
МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ
METHODS METHODS OF TEACHING PHYSICAL CULTURE

UOT 372.879.6

Pərviz Nazir oğlu Quliyev
Azərbaycan Dövlət Bədən Tərbiyəsi və İdman Akademiyasının
dosenti
https://orcid.org/0000-0002-7559-2624
https://doi.org/10.69682/azrt.2024.91(2).204-207

Hökümə Eyvaz qızı Məmmədova
Azərbaycan Dövlət Bədən Tərbiyəsi və İdman Akademiyasinin
müəllimi

FİZİKİ TƏRBİYƏ DƏRSLƏRİNDƏ MÜTƏHƏRRİK OYUNLARIN MAARİFLƏNDİRİCİ ƏHƏMİYYƏTİ

Парвиз Назир оглу Гулиев
доцент
Азербайджанской Государственной
Академии Физической культуры и Спорта

Хокума Эйваз гызы Мамедова
преподаватель Азербайджанской Государственной
Академии Физической культуры и Спорта

ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ ЗНАЧЕНИЕ ПОДВИЖНЫХ ИГР НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ ВОСПИТАНИЯ

Parviz Nazir Guliyev
assistant professor
at Azerbaijan State Academy of Physical Culture and Sports

Hokuma Eyvaz Mamedova
teacher
at Azerbaijan State Academy of Physical Culture and Sports

EDUCATIONAL VALUE OF OUTDOOR GAMES IN PHYSICAL EDUCATION LESSONS

Xülasə. Mütəhərrik oyunlar hərəki qabiliyyətlərin, şəxsi münasibətlərin və xüsusiyyətlərini inkişaf etdirilməsində ən vacib vasitələrindən biridir. Çünki məhz idman oyununda rəqabət münasibətləri və ruhu aydın şəkildə izlənilməkdədir. Fiziki tərbiyə dərslərində, mütəhərrik oyunlarından istifadə etmək şagirdlərin fiziki hazırlığa olan maraqlarının təmin edilməsi onların sağlamlığının möhkəmləndirilməsinin ən mühüm yoludur. Bu da öz növbəsində fiziki tərbiyənin və idmana inkişafına təkan verməklə yanaşı sağlam həyat tərzinin formalaşmasına müsbət təsir göstərir.
Açar sözlər: *mütəhərrik oyunlar, şagirdlər, fiziki tərbiyə dərsləri, təhsil prosesi, mövcud vəziyyət*

Резюме. Подвижные игры являются одним из важнейших средств развития двигательных навыков, личностных отношений и качеств, поскольку именно в спортивной игре отчетливо наблюдаются соревновательные установки и дух. На уроках физкультуры использование подвижных

игр является важнейшим способом укрепления интереса учащихся к физическому воспитанию, что, в свою очередь, положительно влияет на формирование здорового образа жизни, а также способствует развитию физического воспитания и спорта.

Ключевые слова: *подвижные игры, учащиеся, уроки физкультуры, учебный процесс, текущая ситуация*

Summary. Outdoor games are one of the most important means of developing motor skills, personal relationships and qualities, since it is in sports games that competitive attitudes and spirit are clearly observed. In physical education lessons, the use of outdoor games is the most important way to strengthen students' interest in physical education, which, in turn, has a positive effect on the formation of a healthy lifestyle, and also contributes to the development of physical education and sports.

Key words: *outdoor games, students, physical education lessons, educational process, current situation*

Mütəhərrik oyunlar tələbələrin təhsili prosesində, gələcəkdə bir mütəxəssis kimi formalaşmasında zəruri olan fiziki və şəxsi keyfiyyətlərin formalaşmasında mühüm rol oynayır.

Fiziki tərbiyə dərslərinin keyfiyyətini və nəticələrini yaxşılaşdırmaq üçün təqdim olunan mütəhərrik oyunlar elə tərtib edilməlidir ki, qeyd olunanların praktiki həyata keçirilməsi üçün məşğul olanlar müxtəlif oyunları oynamaqla bunu etməlidirlər. Mütəhərrik oyunlarının məzmununda dəyişiklik edilməsi oyunların keçirilmə vəziyyətdən asılı olaraq müəllimin mülahizəsinə əsasən mürəkkəbləşdirilə və ya sadələşdirilə bilər. Oyun həyəcanının və emosionalığının təsiri altında şagirdlər tapşırığı çox daha məhsuldar yerinə yetirirlər. Şagirdlər oynamaqla daha sürətli və daha yaxşı düşünmək, mövcud vəziyyəti təhlil etmək, sağlamlıqlarını möhkəmləndirmək və bədənin funksional imkanlarını təkmilləşdirmək, bədən tərbiyəsinin cari üsullarını mənimsəmək kimi bacarıqlara yiyələnirlər.

Mütəhərrik oyunlar düşünülmüş fəaliyyət olub, düzgün nəticə çıxarmaq, müqayisə etmək, təhlil etmək bacarığını aşılayır və inkişaf etdirir. Oyunlarla məşğələlər iştirakçıların hissiyyatını, anlayışını zənginləşdirir və bununla birlikdə məşğələlərdə hər hansı bir gündəlik təcrübi fəaliyyətdə böyük əhəmiyyəti olan fəaliyyət qabiliyyətini, (gimnastikada, idman və turizmdə) inkişaf etdirir.

Uşaq və yeniyetmələrdə real həyatda obrazlı fəaliyyət haqqında düzgün təsəvvür yaratmaq, mövcud cəmiyyətdə insanlar arasında düşünülmüş münasibət bəslənməsini hafizələrində möhkəmlənmək üçün mütəhərrik oyunlarının hərəki fəaliyyətindən, qaydası və süjetindən istifadə olunur.

Səmti müəyyən etmə elementləri ilə və həyata yürüş vərdişləri ilə tətbiq edilən mütəhərrik oyunlar bir sıra ümumtəhsil biliklərə (riyaziyyat, coğrafiya, təbiətşünaslıq və başqa fənlərə) istinad etməlidir.

Beləliklə, mütəhərrik oyunlar əqli inkişafa da təsir göstərə bilər. Lakin bu təsiri həddindən artıq şişirtmək olmaz, çünki mütəhərrik oyunlar əslində fiziki tərbiyə vəzifələrini öz qüvvəsinə uyğun həll edir.

Gimnastika, atletika, idman oyunları, üzgüçülük və digər idman növləri ilə keçirilən məşğələlərdə öyrənilən hərəki fəaliyyət quruluşu və hərəkət xarakteri strukturuna görə bir-birinə yaxın olan oyunların böyük maarifləndirici əhəmiyyəti vardır. Uşaq və yeniyetmələrin oyun zamanı əldə etdikləri elementar hərəki vərdişlər müvafiq olaraq nəinki hərəkət texnikasının öyrənilməsi növbəti dərinləşməsi ilə yenidən qurulur, hətta qavranılmasını da yüngülləşdirir. Hərəkətin qavranmasının ilkin mərhələsində oyun metodlarından istifadə etmək xüsusilə əhəmiyyətlidir. Bir-birinə yaxın olan oyunları və oyun hərəkətlərini tətbiq etməklə qeyri-düzgün öyrənilən hərəkətləri düzəldib yenidən öyrətmək olar (məsələn, əl-qolu bağlı qaçış, dirsək oynağında bilək və əl hərəkəti ilə topu atmaq, müvazinəti saxlamaq üçün hər hansı bir əşyaya istinad etmək və s.).

Oyun şəraitində hərəkət fəaliyyətini dəfələrlə təkrar etmək məşğul olanlarda hərəkəti sona qədər qənaətlə və məqsədəuyğun icra etmə qabiliyyətinin inkişafına kömək edir. Uşaqlara müxtəlif situasiyalarda məqsədəuyğun fəaliyyət göstərməsini öyrətmək, qeyri-standart şəraitdə əldə olunan vərdişləri inamla tətbiq etməyə hazırlaşmaq mühüm vasitələrdən biridir.

Məkan və zaman şəraitini düzgün qiymətləndirmə qabiliyyətini inkişaf etdirmək üçün

mütəhərrik oyunlardan istifadə etmək, xüsusilə qavramaya məqsədəuyğun reaksiya vermək zəruridir. Müxtəlif kiçik əşyalardan istifadə etməklə tətbiq olunan oyunların böyük əhəmiyyəti vardır. Toplarla, kisəciklərlə və başqa əşyalarla verilən hərəkətlər dəri-taktil və əzələ-hərəki hissiyyatını yüksəldərək qol və barmaqların hərəki funksiyalarının təkmilləşməsinə kömək edər.

Mütəhərrik oyunlarda rast gələn texniki və taktiki fəaliyyətin öyrənilməsi üçün dərs formalı məşğələlər əlverişlidir. Bu imkanlardan istifadə etməklə ayrı-ayrı mütəhərrik oyunlar üçün tipik olan müxtəlif situasiyalarda tətbiq edilən əlverişli taktiki fəaliyyət olub, oyun üsullarını məşğul olanlara məqsədəuyğun və qənaətlə göstərmək məsləhətdir. Məsələn, ilk baxışdan sadə görünən oyunu keçirərkən əlverişli taktiki fəaliyyətə tələbat nəzərə alınmalıdır, belə oyunlardan biri də "Salki"dir ki, uşaqlar bu oyunda çox şey öyrənirlər.

Bədən tərbiyəsi dərslərində mütəhərrik oyunlar frontal və qrup halında keçirilir (sinfin şagirdlərini bir neçə yarımqruplara bölmək), yaşayış yerlərində və məhəllədə çox da böyük olmayan müxtəlif tərkibli uşaqlarla asudə vaxtlarda təşkil edə biləcəyi oyunları göstərirlər.

Mütəhərrik oyunlarının təşkili forması.

Tələbələrin ümumi fiziki hazırlığını artırmaq üçün fiziki tərbiyə dərslərində mütəhərrik oyunlardan istifadə olunur.

Sistemli şəkildə təşkil edilən mütəhərrik oyunlar düzgün həyata keçirildikdə, cəlb olunanların fiziki inkişaf dinamikasına müsbət təsir göstərir. Müəllim şagirdlərə oyunlar vasitəsilə ciddi münasibət aşılamalıdır. Bu keçirilən oyunların düzgün izah olunması ilə edilməlidir.

Pedaqoji təcrübədə, ictimai həyatda və məişətdə mütəhərrik oyunların təşkilinin iki əsas forması var: dərs və dərsdənkənar.

Dərs formasında mütəhərrik oyunların keçirilməsi müəllimin müvafiq rəhbər rolunu, iştirakçıların daimi tərkiblə məşğələlərin müntəzəm keçirilməsi, oyun materialının reqlamentləşdirilmiş məzmun və həcmi – və bu oyunların daxil edilməsi ilə tədris-tərbiyə prosesinin metodikası nəzərdə tutulur. Bundan başqa, uşaqlarla sərbəst olaraq mütəhərrik oyunları yaşayış yerlərində, gün rejimində, digər məşğələlərdən azad olan vaxtı keçirmək olar.

Məktəblilərin fiziki tərbiyəsinə ayrılmış vaxt uşaqların yaşından, oxuduğu sinifdən, il ərzində təlim qaydalarından asılıdır.

Təhsil və təlim dəyəri. Oyun tapşırıqlarının şüurlu şəkildə yerinə yetirməsi, tələbələrdə artan maraq və nizam-intizam keçirilən oyunlarda məşğul olanlarda oyunlara qarşı daha böyük maraq oyadacaqdır.

Oyunçuların təşkilatçılığına əsaslanan mütəhərrik oyunlarını nəzərə alsaq, aşağıdakıları vurğulaya bilərik:

a) komandanı komandalara bölmədən (iştirakçılar arasında ən sadə münasibətlərə əsaslanan oyunlar);

b) komandanın komandalara bölünməsi ilə (kollektiv fəaliyyətin təşviqinə yönəlmiş oyunlar).

Oyunlar müxtəlif kombinasiyalarda keçirilə bilər:

a) aktiv mübarizələrin getdiyi oyunlar;

b) rəqiblə təmasda olmayan oyunlar;

c) hər bir iştirakçının hərəkətlərinin bərabər istiqamətləndirildiyi və fərdi tapşırıqların yerinə yetirilməsi ilə əlaqəli olduğu estafet oyunlarına bölmək olar.

Oyun şəxsiyyətin formalaşmasına böyük təsir göstərir: bu, təhlil etmək, müqayisə etmək, ümumiləşdirmək və nəticə çıxarmaq qabiliyyətinin təzahür etdiyi və inkişaf etdirdiyi belə bir şüurlu fəaliyyətdir. Oyun oynamaq gündəlik praktik fəaliyyətdə, oyunların özündə, eləcə də gimnastikada, idmanda və turizmdə vacib olan hərəkət etmə qabiliyyətlərinin inkişafına kömək edir. Mütəhərrik oyunlarının qaydaları və motor hərəkətləri oyunçularda real həyatda davranış haqqında düzgün təsəvvürlər yaradır və onların şüurunda cəmiyyətdə mövcud olan insanlar arasında münasibətlər haqqında təsəvvürləri möhkəmləndirir. Beləliklə, mütəhərrik oyunları zehni inkişafa müsbət təsir göstərə bilər. Bununla belə, belə bir təsiri çox qiymətləndirmək olmaz, çünki oyunlar keçirərkən, onların spesifikliyinə görə, ilk növbədə fiziki tərbiyənin vəzifələri düzgün həll olunmalıdır. Gimnastika, atletika, idman oyunları, üzgüçülük və digər idman növləri zamanı öyrənilən hərəkətlərin quruluşu və təbiəti ilə oxşar olan oyunlar tərbiyəvi əhəmiyyət kəsb edir. Oyunlarda əldə edilən elementar motor bacarıqları hərəkət texnikalarının sonrakı, daha dərindən öyrənilməsi zamanı asanlıqla yenidən qurulur və onun mənimsənilməsini

asanlaşdırır. Oyun metodundan xüsusilə hərəkətlərin ilkin inkişafı mərhələsində istifadə etmək tövsiyə olunur. Oyun zamanı hərəki hərəkətlərin təkrar-təkrar təkrarlanması şagirdlərdə onları bitmiş formada qənaətcil və məqsədəuyğun yerinə yetirmək bacarığının formalaşmasına kömək edir. Oyunçulara qeyri-standart şəraitdə əldə edilmiş bacarıqlardan istifadə etməyi öyrətmək lazımdır. Açıq hava oyunları məkan və zaman münasibətlərini adekvat qiymətləndirmək, eyni zamanda bir çox şeyi qavramaq və onlara cavab vermək bacarığını inkişaf etdirir.

Keçirilən oyunlarda iştirakçılar müxtəlif rolları (aparıcı, hakim, hakim köməkçisi, oyun təşkilatçısı və s.) oynamalı olurlar ki, bu da onların təşkilatçılıq bacarıqlarını inkişaf etdirir.

Problemin aktuallığı. Mütəhərrik oyunlarını seçərkən qrupun hazırlığını və oyun zamanı həll olunacaq vəzifələri nəzərə almalısınız. Oyunlar zamanı komandaların tərkibi, oyunun keçirilmə yeri və oyun keçirilməsi üçün lazım olunan avadanlıqların mövcudluğu kimi amillər də nəzərə alınmalıdır. Hər bir oyun iştirakçıların təşkili ilə başlayır – iştirakçıların yerləşdirilməsi, kapitanların təyin edilməsi, oyunun gedişinin və qaydalarının izahı ilə bitir.

Problemin elmi yeniliyi. Mütəhərrik oyunlarının təşkili zamanı komanda oyunları məşğul olanların bacarıqlarının möhkəmləndirilməsinin ən təsirli vasitəsidir. Bunu nəzərə alaraq komandaların güc baxımından bərabər olmasını təmin etmək lazımdır. Bir qayda olaraq, şagirdlər oyun zamanı özlərini fərqli aparırlar. Bəziləri çox aktiv, bəziləri isə gərgin mübarizədən qaçaraq ehtiyatla oynayırlar.

Problemin praktik əhəmiyyəti. Müəllim və ya aparıcı hər kəsin oyunda fəal iştirak etməsinə nəzarət etməyə borcludur. Hər hansı bir yükləmələr zamanı müəllim oyunları başlamazdan əvvəl mövcud yüklənmələrin azaldılmasına nəzarət etməlidir ki, növbəti oyun zamanı şagirdlərin oyuna qarşı maragı azalmasın.

Ədəbiyyat:

1. Abasov, T.T. İdman və mütəhərrik oyunlar: Dərslik / T.T. Abasov −Bakı, −1987.
2. Ələkbərov, H., Namazova, Ə., Quliyev, E., Salmanov, Ç. Mütəhərrik oyunlar. –Bakı, 2006.
3. Жуков, М.Н. Подвижные игры. Учебное пособие для студентов пед. вузов. / М.Н. Жуков. - М.: Академия, −2000. −157 с.
4. Пахомова С.В., Витун Е.В. Подвижные игры и эстафеты в системе физического воспитания студентов. Методические указания. - Оренбург: ГОУ ОГУ, −2005. −24 с.
5. Попенченко, В.В. Физическое воспитание в ВУЗЕ. Учебное пособие. / В.В. Попенченко. - Москва: Высшая школа, −1979. −120 с.
6. Былеева, Л., Коротков, И, Яковлев, В. Подвижные игры. -М. «ФиС», −1974.

E-mail: pervizquliyev82@mail.ru
hokuma.mammadova@sport.edu.az
Redaksiyaya daxil olub: 16.04.2024