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

UOT 796.011.3(075.8)

Pərviz Nazir oğlu Quliyev
Azərbaycan İdman Akademiyasının dosenti
https://orcid.org/0000-0002-7559-2624
E-mail: pervizquliyev82@mail.ru
https://doi.org/10.69682/arti.2025.92(1).254-258

MÜTƏHƏRRİK OYUNLAR FİZİKİ TƏRBİYƏ VASİTƏSİ KİMİ

Парвиз Назир оглу Гулиев
доцент Азербайджанской Академии Спорта

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ КАК СРЕДСТВО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Parviz Nazir Guliyev
associate professor at the Azerbaijan Sport Academy

OUTDOOR GAMES AS A MEANS OF PHYSICAL EDUCATION

Xülasə. Pedaqoji təcrübədə oyun metodları ümumi fiziki hazırlıq vəzifələrinin həllində istifadə olunur, eyni zamanda idman məşğələlərində xüsusi olaraq köməkçi əhəmiyyəti vardır. Həmçinin məşğul olanlarda da müsbət mənəvi və iradi keyfiyyətlərin tərbiyələnməsinin həqiqi amilidir. Məktəb yaşlı uşaqların fiziki tərbiyəsinin nəzəriyyəsi və metodikasını öyrənən zaman mütəhərrik oyunların pedaqoji xarakteristikası ilə tanış olmaq zəruridir. Uşaqların özfəaliyyətindən və reqlamentləşdirilmiş tədris-tərbiyə işində oyunların yeri, rolu və əhəmiyyətinin düzgün meyarının qiymətləndirilməsində kömək göstərir.
Açar sözlər: *mütəhərrik oyunların, sosiallaşma, oyun texnikası, fiziki tərbiyə, fiziki inkişaf*

Аннотация. В педагогической практике игровые методы используются для решения задач общей физической подготовки, но вместе с тем они имеют особое вспомогательное значение на спортивных занятиях. Это также реальный фактор воспитания положительных морально-волевых качеств у учащихся. При изучении теории и методики физического воспитания детей школьного возраста необходимо ознакомиться с педагогическими особенностями подвижных игр. Все это помогает правильно оценить критерии места, роли и значения игр в спонтанной деятельности детей и регламентированной воспитательной работе.
Ключевые слова: *подвижные игры, социализация, игровые техники, физическое воспитание, физическое развитие*

Abstract. In pedagogical practice, game methods are used to solve problems of general physical training, but at the same time they have a special auxiliary value in sports classes. This is also a real factor in the education of positive moral and volitional qualities in students. When studying the theory and methods of physical education of school-age children, it is necessary to familiarize yourself with the pedagogical features of outdoor games. All this helps to correctly assess the criteria of the place, role and importance of games in the spontaneous activities of children and regulated educational work.
Keywords: *outdoor games, socialization, game techniques, physical education, physical development*

"Oyun" sözü vaxt keçirməyə yarayan özünəməxsus qaydaları olan əyləncə; təəccüb oyandıran hünər; musiqinin müşayiəti ilə edilən hərəkətlərin tamamı; təmsil, pyes; fiziki gücü və zəkanı inkişaf etdirmək məqsədi ilə aparılan yarışma; kimi mənaları ifadə edir. Oyun sözünü "insanı məşğul edən, ona başqa işləri unutduran məşğuliyyət" əvəzində istifadə edilməklə yana-

şı, daha geniş mənaları da vardır. Belə ifadə məlumdur: "dəyərli oyun", "qüvvə oyunu". "İdman oyunları", "siyasi oyunlar", "olimpiya oyunları", "qədim oyunlar" "Oyun" sözü müxtəlif mənalarda başa düşülür.

Mədəniyyət elementi kimi oyunlar – qədim zamanlardan insanların yoldaşı olmaqla yanaşı, tərbiyə və fiziki inkişaf məqsədi üçün istifadə olunmuşdur. İbtidai cəmiyyətdə fiziki məşqlər ən çox əmək prosesləri, dini ayinlər, təhsil və hərbi işlərlə sıx bağlı idi. Daha təkmil alətlər, eləcə də qəbilə birliklərinin yaranması insanlara öz fəaliyyətlərini həyatın ən ibtidai tələbatlarının ödənilməsinə xidmət edən obyektlərin istehsalı ilə məhdudlaşdırmamaq imkanı verdi. İnsanların ov üçün tez qaçmağı, qorxaq ovda ehtiyatla qaçmağı, iri heyvanla mübarizədə güclü olmağı, sürətli heyvanla qarşılaşdıqda isə məharətlə qaçmağı bacarmalı olduğunu başa düşməsi həlledici əhəmiyyət kəsb edirdi.

Buna görə də ovçu daim məşq etməli, güc, çeviklik və dəqiqlik inkişaf etdirməli idi. Atmaq üçün mərmilər hazırlayarkən sınaq atışları etmək lazım idi. Bu cür məşq gənc nəslin qoşunda, qəbilədə və ya qəbilə həyatında onların qarşısına qoyduğu vəzifələri yerinə yetirməyə hazırlanmasının ayrılmaz hissəsinə çevrildi. İbtidai cəmiyyətdə uşaqlar və böyüklər daş və çubuqla açıq havada keçirilən oyunlarda iştirak edirdilər. Müsabiqədə qazanılan qələbə tayfaya şöhrət gətirdi, qaliblərə mükafatlar verildi. Cəmiyyətin inkişafı və təkamülü nəticəsində oyunlar insan həyatının ayrılmaz bir hissəsinə çevrilməklə yanaşı gənc nəslin inkişafı və formalaşmasında mühüm yerlərdən birini tutmuşdur. Oyunlar insanların müxtəlif tələbatını məmnuniyyətlə təmin edir (istirahətdə, əyləncələrdə, mənəvi və fiziki qüvvənin inkişafında).Oyun əmək və öyrənmə ilə yanaşı, insan fəaliyyətinin əsas növlərindən biridir, varlığımızın heyrətamiz hadisəsidir.

Tərifinə görə, oyun, davranışın özünüidarənin inkişaf etdiyi və təkmilləşdiyi sosial təcrübənin yenidən yaradılması və mənimsənilməsinə yönəlmiş vəziyyətlərdə fəaliyyət növüdür.

İnsan təcrübəsində oyun fəaliyyəti aşağıdakı funksiyaları yerinə yetirir: əyləndirmək, zövq vermək, ruhlandırmaq, maraq oyatmaq; kommunikativ: ünsiyyət dialektikasını mənimsəmək; insan təcrübəsi üçün sınaq meydançası kimi oyunda özünü həyata keçirmək; oyun terapiyası: həyatın digər növlərində yaranan müxtəlif çətinliklərin aradan qaldırılması; diaqnostik: oyun zamanı normativ davranışdan, özünü tanımanın sapmalarının müəyyən edilməsi; korreksiya funksiyası: şəxsi göstəricilərin strukturuna müsbət dəyişikliklərin daxil edilməsi; millətlərarası ünsiyyət: bütün insanlar üçün ümumi olan sosial-mədəni dəyərlərin mənimsənilməsi; sosiallaşma: sosial münasibətlər sisteminə daxil olmaq, insan cəmiyyətinin normalarını mənimsəmək;

Əksər oyunların dörd əsas xüsusiyyəti var.

1. Yalnız uşağın istəyi ilə həyata keçirilən sərbəst inkişaf fəaliyyəti, (yalnız nəticə deyil, fəaliyyət prosesinin özündən həzz almaq üçün)

2. Fəaliyyətin yaradıcı, əsasən də çox aktivliyi

3. Fəaliyyətin emosional yüksəlişi, rəqabət, rəqabət qabiliyyəti, rəqabət və s.

4. Oyunun məzmununu, onun inkişafının məntiqi və zaman ardıcıllığını əks etdirən birbaşa və ya dolayı qaydaların olması.

Bir proses olaraq oyunun strukturuna aşağıdakılar daxildir:

1. Oyunçuların götürdüyü rollar;

2. Rolların həyata keçirilməsi vasitəsi kimi oyun hərəkətləri

3. Əşyaların-inventarların istifadəsi və ya oyunlara uyğun dəyişdirilməsi

4. Oyunçular arasında real münasibətlər; süjet, şərti olaraq oyunda təkrarlanan reallıq sahəsidir.

Oyunların dəyəri tükənməz və onun əyləncə və istirahət imkanları ilə qiymətləndirilə bilməz. Bu fenomenin mahiyyəti budur: Oyunlar əyləncə və istirahət olmaqla, öyrənmə, yaradıcılıq, terapiya, insan münasibətləri və işdəki təzahür növlərinin bir modelinə çevrilə bilər.

İnsanlar qədim zamanlardan bəri oyunlardan yaşlı nəsillərin təcrübəsini öyrənmək və gənclərə ötürmək üsulu kimi istifadə etmişlər. Oyundan xalq pedaqogikasında, məktəbəqədər və məktəbdənkənar müəssisələrdə geniş istifadə olunur. Təhsil prosesinin aktivləşdirilməsinə və intensivləşdirilməsinə əsaslanan müasir məktəbdə oyun fəaliyyətləri aşağıdakı hallarda istifadə olunur:

1. Anlayışların, mövzuların və hətta bir akademik fənnin bir hissəsinin mənimsənilməsi üçün müstəqil texnologiyalar kimi,

2. Daha geniş texnologiyanın elementi kimi,

3. Dərs (dərs) və ya onun bir hissəsi kimi (giriş, izahat, möhkəmləndirmə, məşq, nəzarət)

4. Sinifdən kənar fəaliyyətlər üçün texnologiya kimi,

Dərs zamanı keçirilən oyunlar mühüm xüsusiyyətə malikdir. Bu oyunları təlimin məqsədi və müvafiq xüsusiyyətləri şəkildə ifadə edilmiş təlim məqsədi və müvafiq pedaqoji nəticə, onu əsaslandırmaq, açıq şəkildə müəyyən etmək və təhsil-idrak yönümlülüyü ilə xarakterizə etmək olar.

Dərslərin oyun formasında keçirilməsi, dərslərdə şagirdləri öyrənməyə sövq etmək və həvəsləndirmək vasitəsi kimi çıxış edən oyun texnikası və situasiyaların köməyi ilə yaradılır. Dərslərin dərs formasında oyun texnikası və situasiyalarının həyata keçirilməsi aşağıdakı əsas istiqamətlərdə baş verir:

1. Didaktik məqsəd – şagirdlərə oyun tapşırığı şəklində təqdim olunur

2. Təhsil fəaliyyəti-oyun qaydalarına tabedir. Onun vasitəsi kimi tədris materialından istifadə olunur

3. Rəqabət elementi-didaktik tapşırığı oyuna çevirən təhsil fəaliyyətinə daxil edilir

4. Oyunun nəticəsi- didaktik tapşırığın uğurla yerinə yetirilməsi ilə əlaqələndirilir.

Oyun fəaliyyətinin təzahürü emosional və könüllüdür. Məcburiyyət üzrə icra edilən ciddi reqlament tapşırığı istisnalıq təşkil edir (professionallıq halları mümkündür). Lakin müvafiq oyunlarda sərbəstlik fəaliyyəti bir sıra məcburi şərti tələbatlarla uyğunlaşır. Mütəhərrik oyunların fəaliyyəti prosesində heç bir maddi dəyər yaradılmır və həyat üçün lazım olan bilik və bacarıqların əldə olunmasında təbiətin heç bir rifahı pozulmur, neməti mənimsənilmir.

Şagirdlərin 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.

Tərkibində iştirakçıların sayı az olmaqla və ya bütün sinif, idman bölməsi, bir sıra hallarda iştirakçıların sayı həddindən artıq çox olması ilə əlaqədar eyni vaxtda keçirilən kollektiv mütəhərrik oyunlar pedaqoji təcrübədə mühüm yerlərdən birini tutur.

Fərdi (tək) mütəhərrik oyunlar adətən uşaqlar tərəfindən yaradılır və təşkil olunur. Belə oyunlarda hər bir iştirakçı öz planını tutur, özü üçün maraqlı şərait və qaydalar təyin edir, istədiyi vaxt bunu dəyişə də bilər. Şəxsi istəyi ilə fikirləşdiyi fəaliyyəti həyata keçirmək üçün yollar axtarır və seçir.

Belə oyunlardan müəllimlər, fəal iştirakçılar, uşaq və yeniyetmələr bədən tərbiyəsi və idman üzrə sinifdənxaric və məktəbdənxaric işlərini aparanlar istifadə edirlər.

İdman oyunları – bir sıra mütəhərrik oyunlarının daha yüksək inkişaf səviyyəsidir. Möhkəm qaydaya, az və ya çox dayanıqlı şəraitdə keçirilən mütəhərrik oyunlar idman oyunları xasdır. Belə oyunlarda ümumi və xüsusi fiziki, texniki və taktiki hazırlıqları eyni səviyyədə olan iştirakçıların sayı dəqiq olmalıdır. Seçilmiş oyunda daima təkmilləşmək üçün iştirakçılar təyin olunmuş məşq rejiminə riayət etməli, seçilmiş oyun məşğələlərini digər idman növlərinin məşğələləri ilə uyğunlaşdırmalıdır.

Fiziki tərbiyə vasitəsi kimi mütəhərrik oyunlarından da geniş istifadə olunur. Mütəhərrik oyunlar komponenti tarixən toplanmış (məzmunu, forması və metodiki xüsusiyyəti) effektli fiziki tərbiyə vasitələri vəzifəsində istifadə olunmasına imkan verir. Mütəhərrik oyunların məzmunu onun süjetini (mövzu, ideya), qayda və hərəki fəaliyyətini təşkil edir. Nəsildən nəslə ötürülən insan təcrübəsindən oyunun məzmunu törənir.

Oyunun süjeti oyun münaqişəsinin inkişafını və xarakterini, oyunçuların fəaliyyətinin məqsədini müəyyənləşdirir. O, süjeti həqiqi ət-

raf mühiti fəaliyyətindən (məsələn, ovçuluq, əmək, hərbi, məişət) və ya oyunçuların müxtəlif qarşılıqlı fəaliyyət sxemi növündən, fiziki tərbiyə vəzifələrindən götürülür (məsələn, müasir idman növlərində "Xizəklərlə irəli" oyunu

"Xizəklərlə irəli"

Oyunun süjeti nəinki oyunçuların bütövlükdə fəaliyyətini canlandırır, hətta texnikanın ayrı-ayrı üsulların və taktiki elementlərin məqsədəuyğunluğuna üstünlük verir, oyunu daha maraqlı edir.

Qaydalar-oyunun iştirakçıları üçün ən vacib tələbatdır. Onlar oyunçuların yerləşməsinə və yerdəyişmələrinə səbəb olur, oyunçuların hüquq və vəzifələrini, davranış xarakterini dəqiqləşdirir, nəticələrin qəbulu şərtlərini müəyyənləşdirir. Bu zaman oyun qaydaları çərçivəsində oyunçuların yaradıcı fəaliyyətlərinin üzə çıxması istisna deyildir.

Mütəhərrik oyunlarda *hərəki fəaliyyət* həddindən artıq rəngarəngdir. Onlar, məsələn, təqlidi, obrazlı-yaradıcı, ritmik ola bilər; cəldlik, çeviklik, qüvvə və digər fiziki keyfiyyətlərin təzahürünü tələb edən hərəki vəzifə növündə icra olunur. Oyunda istiqamətin gözlənilmədən dəyişilməsi ilə qısa qaçışlara və hərəkətin saxlanmasına; müxtəlif hədəfə və uzağa atmalara; hoppanmaqla, müqavimət göstərməklə; xüsusi fiziki hazırlıq prosesində əldə olunmuş rəngarəng hərəkətlərin tətbiq etməni tələb edən fəaliyyətlərə və s. rast gəlmək olar. Bütün bu fəaliyyətlər müxtəlif kombinasiya və müqayisələrdə icra olunur.

Mütəhərrik oyunların forması onların məzmunu ilə müəyyənləşir (təşkilin xarakteri və iştirakçıların qarşılıqlı münasibəti). Oyun fəaliyyəti prosesindən məmnunluq və yaradıcı təşəbbüsün təqdimində iştirakçıların təşkili fəaliyyəti belə mütəhərrik oyunlar üçün xarakterikdir.

Oyun metodu oyun üçün xarakterik olan metodiki üsullardan istifadə edilərək turizm, idmanın digər növləri ilə, əsas gimnastika məşğələlərində tətbiq edilir (obrazlılığı, yarış elementləri, hərəkətin təbiiliyi və s.).

Bu zaman bu və ya digər hərəkətlərdən istifadə etmək məqsədi nəzərə alınmalıdır (istirahət, əyləncə və s.).

Müxtəlif idman növləri məşğələlərində mütəhərrik oyunlar texnikanın təkmilləşmə üsulu kimi istifadə olunur (xüsusi seçilmiş xalq oyunları).

Hər bir fiziki hərəkətdə metodiki xüsusiyyətlər müxtəlif üsullarla təzahür olunur: parlaq və ya zəif, çox və ya az – keçirilən şəraitdə və müxtəlif tələblərdən istifadə etməsindən asılılığı.

Mütəhərrik oyunların pedaqoji qruplaşması (təsnifatı) oyunun məzmununun mühüm xüsusiyyəti haqqında təsnifatı ilə təsəvvür yaratmasına, eyni zamanda bu və ya digər oyunun keçirilməsində qarşıya qoyulan pedaqoji vəzifəyə müvafiq konkret şərait üçün düzgün seçmənin asanlaşdırmasına kömək edir (oxşar əlamətlərinə görə oyunların qruplar üzrə bölünməsi).

Hərtərəfli fiziki hazırlıq üçün oyunların tətbiqi prinsipi: ideyalılığı – mənəvi və əxlaqi vəzifələrə, elmi əsaslandırma və oyun metodunun planlı istifadəsinə, sağlamlaşdırıcı, maariflәndirici və tərbiyələndirici nəticələrin əldə olunmasına müvafiqliyi; pedaqoqların, yaşlı şəxslərin rəhbər rolu; oyunun gimnastika ilə, idman və turizmlə müqayisədə fiziki tərbiyənin konkret vəzifələri və məşğul olanların müxtəlif yaş qruplarının xüsusiyyətini nəzərə alınmasına yönəldilməlidir.

Problemin elmi yeniliyi. Fəaliyyət kimi oyunun strukturuna üzvi olaraq məqsəd qoyma, planlaşdırma, məqsədin həyata keçirilməsi, habelə fərdin subyekt kimi özünü tam dərk etdiyi nəticələrin təhlili daxildir. Oyun fəaliyyətinin motivasiyası onun könüllülüyü, seçim imkanları və rəqabət elementləri, özünü təsdiq və özünü həyata keçirmə ehtiyacının ödənilməsi ilə təmin edilir.

Problemin aktuallığı. İdman oyunları –bir sıra mütəhərrik oyunlarının daha yüksək inkişaf səviyyəsidir. Möhkəm qaydaya, az və ya çox dayanıqlı şəraitdə keçirilən mütəhərrik oyunlar idman oyunları xasdır. Belə oyunlarda ümumi və xüsusi fiziki, texniki və taktiki hazırlıqları eyni səviyyədə olan iştirakçıların sayı dəqiq olmalıdır. Seçilmiş oyunda daima təkmilləşmək üçün iştirakçılar təyin olunmuş məşq rejiminə riayət etməli, seçilmiş oyun məşğələlərini digər idman növlərinin məşğələləri ilə uyğunlaşdırmalıdır.

Problemin praktik əhəmiyyəti və tətbiqi. İdman oyunları üzrə yarışlar keçirilir; yaxşı hazırlaşmış idmançılara idman dərəcələri və adlar verilir. Bir çox oyunlar məqsədli quruluşdan asılı olaraq, idman və ya elementar mütəhərrik oyunlar kimi keçirilə bilər. Demək olar bütün idman oyunları orta və yuxarı məktəb yaşlı uşaqlar üçün anlaşıqlı və əlverişli olmalıdır.

Ədəbiyyat:

1. Ağayev H.H., Hüseynov S.S. Azərbaycan uşaq mütəhərrik oyunları. -Bakı: Maarif, -1989. - 91 s.
2. Aslanlı M. Fiziki mədəniyyət və mənəvi kamillik. / M. Aslanlı. -Bakı, 1993. -248 s.
3. Aslanlı M. Azərbaycan ədəbi və ictimai-pedaqoji fikrində fiziki tərbiyə məsələləri. / M. Aslanlı. -Bakı: Təhsil, -2008. -423 s.
4. Babayev R. Fiziki tərbiyə fənninin tədrisi prosesində yeniyetmələrin milli-mənəvi tərbiyəsi üzrə işin imkanları və yolları: / pedaqogika üzrə fəlsəfə doktoru dissertasiyası) /-Bakı, 2010. -134 s.
5. Bədən tərbiyəsi və idman hərəkatı, onun təsnifatla icra etdirilməsi: Metodiki tövsiyələr. -Bakı: Maarif, -1989. -26 s.

Redaksiyaya daxil olub: 07.02.2025.