

**Ali təhsil müəssisələrinin fiziki tərbiyə sisteminin təhlili**

**Fərhad Cəfər oğlu Hüseynov,**  
*pedaqogika üzrə fəlsəfə doktoru, dosent,*  
*Azərbaycan Dövlət Bədən Tərbiyəsi və İdman Akademiyası*  
**E-mail:** farhadland@yahoo.fr

**Rəyçilər:** prof. İ.N. İsayev,  
p.ü.f.d., dos. H. Cəfərov

**Açar sözlər:** motivasiya, yeni fiziki fəaliyyət növləri, bədən tərbiyəsi dərslərinə ehtiyac, sorğu-sual

**Ключевые слова:** мотивация, новые виды двигательной активности, потребности в занятиях физической культурой, анкетирование.

**Key words:** motivation, new types of physical activity, need for physical training, questioning

Məqalədə müəllif tədqiqat mövzusunun aktuallığını göstərir, bir universitetdə və ya onun idman klubunda yeni fiziki fəaliyyət növlərindən istifadə edərək universitet tələbələri və idmançılar arasında motivasiya münasibətlərinin və fiziki tərbiyə dərslərinin və məşqlərin keçirilməsinə marağın formalaşmasında effektivliyini sübut edir. Əlavə olaraq qeyd etmək lazımdır ki, tələbələrin bədən tərbiyəsi və sağlamlığı yaxşılaşdırma fəaliyyətindəki motivasiya haqqında açıqlama verərkən, bəziləri situasiya xarakteri daşıyan motivlərin özlərinin qeyri-sabitliyini də nəzərə almaq lazımdır. Tələbə yaşında, tələbənin hələ tam formalaşmamış şəxsiyyəti və onun ictimailəşməsinin tamamlanmamış prosesi səbəbindən müxtəlif stimullara görə onlar hələ də olduqca dəyişkən və hərəkətlidirlər.

Universitet tələbələrinin təhsil fəaliyyətində prioritet vəzifə bədən tərbiyəsində tədris prosesinə yeni fiziki fəaliyyət növlərinin tətbiqi, bu cür fiziki məşqlərə ehtiyac və motivasiya münasibətlərinin formalaşdırılması yolu ilə sağlamlıq səviyyələrini yaxşılaşdırmaq problemidir. Bədən tərbiyəsinə ehtiyacın formalaşmasının göstəricilərindən biri motivasiyadır (4).

Motivasiya (çağırış) - beyin strukturlarının irsi olaraq sabit və ya təcrübə ilə əldə etdiyi hərəkətləri yerinə yetirmək üçün aktiv bir vəziyyətdir. Bununla əlaqədar İ.M. Seçenov qeyd etmişdir: "Həyat ehtiyacları (motivləri) doğurur və bunlar onsuz da hərəkətlərə səbəb olur; istək daha sonra bir motiv və hədəf olacaq bir hərəkət və ya bir məqsəd üçün vasitə olacaqdır". Motivasiya bir çox motivlər əsasında həyata keçirilə bilər: ideallar və dəyər istiqamətləri, ehtiyaclar, məqsədlər, maraqlar və s. Motivasiya sahəsinin əsas tərəfi motivdir, yəni fəaliyyətin bir obyektə, daxili fəaliyyətin yönəldildiyi obyektin obyektiv xüsusiyyətləri ilə birbaşa əlaqəli bir insanın psixi vəziyyətidir (7).

Hazırda ali təhsil praktikasında aparıcı yeri tələbələrin oxumağa və fiziki tərbiyəsi fəaliyyətinə həvəsləndirmə məsələləri tutur (5). Hər bir tələbə və idmançı üçün fiziki mədəniyyət fəaliyyətinin motivasiya sahəsi qeyri-sabitdir, buna görə də fərqli motivlərdən ibarət olan, tez-tez dəyişən və bəzən ziddiyyətli bir quruluşdur, təlim şəraitindən, ətrafdakılarla ünsiyyətdən asılı burada aparıcı, dominant motivin yerini bir və ya digər motiv tərəf tutur.

Tədqiqatçı alim (5) motivləri iki qrupa ayırır. Birinci motiv qrupuna, ehtiras, rəqabət və rəqabət hissəsinin özünü bürüzə verdiyi idman yarışları ilə əlaqəli təəssüratların alınmasına, fiziki fəaliyyətə olan ehtiyacın ödənilməsinə istinad edir. İkinci qrup, özünü inkişaf etdirmək

istəyi, yəni sağlamlığı möhkəmləndirmək, bədən quruluşunu yaxşılaşdırmaq, motor və zehni keyfiyyətləri inkişaf etdirmək, bilik qazanmaq, özünü ifadə etmək və özünü təsdiqləmək üçün səy göstərmək motivlərdən ibarətdir.

Ümumiyyətlə, motivasiya həm yerli, həm də xarici psixologiyanın əsas problemlərindən biridir. Bu baxımdan tanınmış elm adamları (1, 2, 10) psixoloji və pedaqoji mövzulardakı əsərlərində bir fərdin, xüsusən də universitet tələbələrinin insan psixikasının fərqli komponentlərini əhatə edən: motivasiya, iradi, emosional, intellektual və digərləri daxil edən müxtəlif fəaliyyət növlərinə hazır olmasını ayrılmaz bir zehni fenomen, çevik bir dinamik sistem kimi qəbul edirlər.

Bədən tərbiyəsi dərslərinin nəzəriyyəsi və təcrübəsi göstərir ki, formalaşan motivlər tələbəni şüurlu şəkildə fiziki mədəniyyətlə məşğul olmaq, sağlam həyat tərzi keçirmək, dərslərə fərdi mənə vermək üçün aktivləşdirir (8). İnsan fəaliyyətini həvəsləndirmə problemlərini araşdıran bəzi müəlliflər (10,12) motivasiyanın müəyyən bir iyerarxik quruluşları və müxtəlif növ motivləri özündə cəmləşdirən mürəkkəb bir sistem olduğunu qəbul edirlər. Hal-hazırda, müasir ali təhsil sistemində müəyyən fəaliyyət növlərinin, xüsusən də təhsil fəaliyyətinin motivasiyası geniş şəkildə öyrənilir.

Təhsil fəaliyyətinin effektivliyi və müvəffəqiyyəti üçün müsbət motivasiyanın əhəmiyyətini və vacibliyini (13) sübut etmişdir və təhsil prosesinin sadə bir bilik və sosial təcrübə ötürülməsi ilə məhdudlaşmadığını, bütün sistem tərəfindən vasitəçilik edildiyini iddia etmişdir. O, qeyd etmişdir ki, təlim prosesi təkcə biliyin ötürülməsi ilə məhdudlaşmır tələbənin ətrafdakı insanlarla bütün münasibətlər sisteminin tərəfindən vasitəçilik edir, buna görə digər müəlliflər (1, 10) ünsiyyət motivini təhsil prosesinin sosial xüsusiyyəti kimi müəyyənləşdirirlər. Bu motiv tələbələrin və idmançıların birgə fəaliyyətində, bir-biri ilə ünsiyyət qurma, hərəkətlərində özlərini sosial mühitə yönəltmək istəklərində ifadə olunan təhsil prosesindəki sosial istiqaməti xarakterizə edir. Buraya “xarici tanınma”, “başqalarından hörmət”, “ünsiyyət qurmaq istəyi” və s. kimi motivlər daxildir. Bu motivlər məqsəd qoyma, idrak və ünsiyyət sahələri kimi təhsil fəaliyyətinin aspektlərini əks etdirir. Eyni zamanda, emosional və iradi sahələr mövcuddur. Eyni zamanda duyğular tələbələrin təlim prosesinə münasibətini ifadə edir və özlərini idarə etmək və baş verən hər şeyə təsirli bir səbəb olmaq istəklərini göstərir. Universitet tələbələri arasında bədən tərbiyəsi üçün motivasiyanın formalaşması problemi xüsusi əhəmiyyət kəsb edir. Bu problemlə bağlı nəzəriyyə və praktikada xüsusən də tələbə və idmançı qızların əksəriyyəti bədən tərbiyəsi və idman maraqlarını və aktiv motor fəaliyyətinə təbii ehtiyac formalaşdırmadılar ki, bu da onların fiziki hazırlığına və müvafiq olaraq sağlamlığına mənfi təsir göstərir (3, 6, 9).

Tələbə idmançılarda uyğun motivasiya sferasının formalaşması və fiziki tərbiyə dərslərinin keçirilməsinə marağı müxtəlif idman məşqlərdən və fiziki fəaliyyətin innovatiya növlərindən, həmçinin tələbələrin aktiv bədən tərbiyəsinə daxil olmaq üçün ehtiyac və motivlərini müəyyən edən amillərdən istifadə edərək ali təhsilin ən vacib pedaqoji vəzifələri biri kimi baxılması vacibdir (11). Bu baxımdan, fiziki tərbiyə dərslərində tələbə idmançıların motivasiyasını öyrənmək üçün UNİSEF tərəfindən sertifikat alaraq və təşkil olunan treninqlərdə iştirak edərək qruplara daxil olan qız tələbələrin və məşqçilərin iştirak etdiyi seminarlarda tədqiqat aparılmışdır. Bu treninqlər Azərbaycan bölgələrində və şəhərlərində (Mingəçevir, Göygöl, Kürdəmir, Sumqayıt, Bakı) keçirilmişdir. Eksperimental və nəzarət qruplarının subyektləri arasında fiziki mədəniyyətlə məşğul olma motivasiyasının səviyyəsi, kompleks bir sorğu və anketdən rəqəmsal məlumatların müqayisəli təhlili zamanı dinamika öyrənilmişdir.

Təcrübə qrupuna daxil olan tələbələr və məşqçilər, bədən tərbiyəsi dərslərində və futbol

məşqlərində müxtəlif fiziki fəaliyyət növlərindən, o cümlədən aerobik, atletik gimnastika istiqamətli məşqlərindən, həmçinin formalaşma və dartılma elementlərindən istifadə edərək xüsusi bir proqramla məşğul olmuşdular. Qadın tələbələr və məşqçilərin nəzarət qrupu, Azərbaycan Respublikası təhsil standartına uyğun olaraq ali təhsil müəssisələri üçün təsdiq edilmiş proqrama əsasən bədən tərbiyəsi dərsləri və idman məşqləri ilə məşğul olmuşdular. Ayrı-ayrılıqda, mövzulara idmanyönlü yeni fiziki fəaliyyət növləri ilə məşğul olmağa sövq edən motivlər barədə sualları özündə cəmləşdirən anket təklif edildi. Anketin məzmunu, tələbələrin həyatının müxtəlif tərəflərini, o cümlədən bədən tərbiyəsi və müxtəlif idman növləri ilə əlaqəli üç sual sualını əhatə edirdi: - fiziki fəaliyyət növünü seçmə motivasiya; - boş vaxt sərf etmək xarakteri daxil olmaqla həyat tərzi; - dəyərli istiqamətlər, şəxsiyyət şüurunun istiqamətləndirilməsi. Bədən tərbiyəsi dərsləri ilə məşğul olan tələbələrin və idman bölmələrində məşğul olan idmançıların sadalanan motivləri bədən tərbiyəsi və tərbiyə fəaliyyətinə başlamaq üçün üç tipoloji təşviq qrupunu təşkil etmişdir: - təhsil və tərbiyə təşviqləri (müəllimin tövsiyəsi, dostunun, tələbə yoldaşlarının nümunəsi); - əlverişli şərait-təşviq (universitet, fitness mərkəzi, idman və fitness mərkəzinin yaxınlığında ev); - mənəvi və ünsiyyətverici stimullar (idman şouları, görülən müsabiqələr, filmlər, idman proqramları).

Universitet və gündəlik tələbə yoldaşları və dostları qrupu fərdi məlumatların təhlili ümumi sosial şəraitin və müntəzəm bədən tərbiyəsini təşviq edən, ən yaxın sosial mühitin və ya mikro mühitin prioritet rolundan danışan, yəni aparıcı müəllim və tərbiyəçinin rolundan danışan ümumi sosial şərtlərin və amillərin mövcudluğunu və təsirini göstərdi. Fiziki tərbiyə və sağlamlığın yaxşılaşdırma fəaliyyətinin başlanğıcına göstərilən təşviqlər sağlamlığı yaxşılaşdıran fiziki tərbiyə motivlərinin təsnifatı üçün əsas kimi istifadə edilə bilər və şəxsiyyət quruluşuna vasitəçilik edən motivlər, ehtiyaclar və maraqlar arasındakı sıx əlaqə ilə müəyyən edilə bilər. Cədvəl 1-də eksperimental və nəzarət qrupları arasında motivasiyanın təzahürünün nəticələrini göstərir.

Tədqiqatın əvvəlində və sonunda təcrübə iştirakçılarında "Bədən tərbiyəsi dərslərinə və məşqlərə nə üçün və niyə gedirəm?" Sualına 4 cavab təklif edildi. Eksperimental və nəzarət qruplarının tələbələri arasında motivlərin təzahürü səviyyəsində bir dəyişiklik göstərilir. Təcrübənin əvvəlindəki hər iki qrupda bədən tərbiyəsi üçün əsas motiv sertifikat (kredit) almaqla əlaqəli motiv idi. Lakin təcrübədən sonra təcrübə qrupunun tələbələri arasında yeni idman növləri və insan motor fəaliyyəti ilə məşğul olmaq istəyi ilə əlaqəli motiv önə çıxdı. Eyni zamanda, nəzarət qrupundakı şagirdlərdə hələ də kredit almaq motivi üstünlük təşkil edirdi. Bundan əlavə, bu tələbə qız qrupunda, təcrübənin sonunda bədən tərbiyəsi və yeni idman növləri ilə məşğul olmaq istəyi üçün motivasiya bir qədər azaldı (2%) və məşq etmək üçün motivasiya səviyyəsi də azaldıldı, sağlamlıq səviyyələrini gücləndirmək üçün (8%) və əksinə, kredit almaq üçün təhsil almaq motivləri artmışdır.

Bədən tərbiyəsi üçün motivasiya səviyyəsi eksperimental və nəzarət qruplarının mövzularında təcrübədən əvvəl və sonra (%)

Cədvəl 1

Motivlər	Təcrübə qrupu		Nəzarət qrupu	
	Əvvəl	Sonra	Əvvəl	Sonra
Öz sağlamlığına münasibət	5	12	15	8
Sertifikat almaq	77	21	56	6
Bədən tərbiyəsi ilə məşğul olmaq arzusu,	14	45	19	17
Fiziki və funksional inkişaf etdirən xüsusiyyətlər	4	22	9	14

Tələbə qızların təcrübə və nəzarət qruplarında motivasiya və fiziki keyfiyyətləri inkişaf etdirmək istəyi müvafiq olaraq 18% və 6% artır. Hər ehtimala görə, bu fenomen qızların gözəl bir rəqəmə sahib olmaq istəyi ilə yanaşı çəkini azaltmaq istəyi ilə əlaqələndirilir. Aparılan anketin təhlili, təcrübə qrupunda, nəzarət qrupu ilə müqayisədə kompleks idman vasitələrindən və onun yeni növlərindən istifadə olunan fiziki tərbiyəsi dərslərinə və məşqlərinə münasibətin müsbət istiqamətdə xeyli dəyişdiyinə dair nəticəyə gəlməyə imkan verir. Universitetin tələbə qızlarının motivasiya xüsusiyyətləri və maraqlarının öyrənilməsi (sorgu, sorgu anketləri, öz sağlamlıqlarının möhkəmləndirilməsi, bədən formalarının və duruşunun gözəlliyinin yaxşılaşdırılması, müəyyən motor keyfiyyətlərinin inkişafı ilə bağlı pedaqoji müşahidələr) ümumdünya fiziki fəaliyyət növlərindən istifadə edərək fiziki tərbiyə dərslərinin keçirilməsində və sağlamlıq xarakteri üçün xüsusi idman hərəkətləri hər iki qrupun şagirdlərinin müsbət motivasiyasını və davamlı marağını göstərdi, lakin təcrübə qrupunda daha yüksək bir səviyyə müşahidə edildi və bu göstəricinin 10,5% olduğu nəzarətdən fərqli olaraq 28,2% təşkil etdi.

**Məqalənin aktuallığı.** Bədən tərbiyəsi şəxsiyyətin harmonik inkişafının vacib elementlərindən biridir. Müasir cəmiyyətin inkişafının spesifikliyi insan orqanizminə xüsusi tələblər qoyur. Xüsusilə hipodinamik bir həyat tərzini sürən universitet tələbələri, xüsusən də qızlar arasında çox sayda xəstəlik, piylənmə problemi mövcuddur. Fiziki tərbiyə dərslərinin keçirilməsinə marağın formalaşmasında effektivliyi, fiziki aktivliyin artırmasının, insanların sağlamlığının inkişafı və möhkəmləndirilməsində vacib və prioritet vəzifələrdən biri olduğunu göstərir. Bu baxımdan, əsas vəzifəsi Azərbaycan universitetlərində müasir bədən tərbiyəsi və idman sisteminin inkişafı və işləmə tendensiyalarını təhlil etmək olan bir iş aparılmışdır.

**Məqalənin elmi yeniliyi və praktiki əhəmiyyəti.** Son beş ildə Azərbaycanda ali məktəblər sisteminə dəyişikliklər baş vermişdir, idman klubları yaradılaraq tələbələrə idmanla daha peşəkar məşğul olmağa şərait yaradılmışdır. Universitet tələbələrinin təhsil fəaliyyətində prioritet vəzifə bədən tərbiyəsində tədris prosesinə yeni fiziki fəaliyyət növlərinin tətbiqi, bu cür fiziki məşqlərə ehtiyac və motivasiya münasibətlərinin formalaşdırılması yolu ilə sağlamlıq səviyyələrini yaxşılaşdırmaq problemidir. Bədən tərbiyəsində ehtiyacın formalaşmasının göstəricilərindən biri motivasiyadır. Onların müəllimləri də həmin idman klublarında məşqçi kimi çalışaraq motivasiya edərək fiziki tərbiyə dərslərində tələbə qızların sayının artırma tendensiyası olmuşdur.

## Ədəbiyyat

1. Ананьев, Б. Г. Избранные психологические труды: в 2-х т. – М.: Педагогика, 1980. – Т. 1. – С. 13–17.
2. Асмолов, А. Г. Психология личности: принципы общепсихологического анализа / А. Г. Асмолов. – М. : МГУ, 1990. – 367 с.
3. Викулов, А. Д. Анализ состояния здоровья и функциональной подготовленности студентов специального отделения технического университета / А. Д. Викулов, Э. В. Егорычева // Ярославский педагогический вестник. Психологопедагогические науки : научный журнал. – Ярославль : Изд-во ЯГПУ. – 2012. – № 3. – Т. 2. – С. 118–120.
4. Закурин, Л. В. Формирование потребности к занятиям физической культурой у студентов технического вуза на основе использования рейтинговой системы оценивания: дис. ... канд. пед. наук / Л. В. Закурин. – Шуя, 2005. – 186 с.
5. Ильин, Е. П. Мотивация и мотивы. – СПб. : Питер, 2000. – 512 с. 6. Маргазин, В. А. Руководство по спортивной медицине [Текст] / под ред. В. А. Маргазина [и др.]. – СПб. : СпецЛит, 2012. – 487 с.

7. Примаков, К.А. Комплексная оценка физического развития двигательных качеств, функционального и психофизического состояния мальчиков-подростков, занимающихся боксом: автореф. дис. ... канд. пед. наук / К. А. Примаков. – Ярославль, 2008. 22 с.

8. Савчук, В. В. Формирование мотивов к занятиям физической культурой у студентов педагогического вуза: дис. ... канд. пед. наук / В. В. Савчук. – Комсомольск-на-Амуре, 2002. – 159 с.

9. Чоговадзе, А. В. Врачебный контроль в физическом воспитании и спорте / А. В. Чоговадзе, М. М. Круглый. – М. : Медицина, 1977. – 176 с.

10. Шадриков, В. Д. От индивида к индивидуальности: введение в психологию: монография / В. Д. Шадриков. – М. : Институт психологии РАН, 2009. – 656 с.

11. Шишкин, П. А. Проектирование методики физического воспитания студентов на основе ОФП и хатха-йоги: автореф. дис. ...канд. пед. наук / П.А. Шишкин. Тула, 2011. 23 с.

12. Якобсон, П. М. Психологические проблемы мотивации поведения человека/ П. М. Якобсон. – М. : Мир, 1969. – 289 с.

13. Якунин, В. А. Педагогическая психология / В. А. Якунин. – М.: Просвещение, 1998. – 255 с.

**F.J. Hüseyinov**

## **Analysis of the system of physical education of universities**

### **Summary**

Authors prove relevance of the research subject in the article, analyze results of introduction of the complex means of physical activity innovative types (aerobics, bodybuilding, shaping, stretching) into the educational process at Physical training lessons in the higher education institution, using results of questioning, poll and pedagogical supervision, they prove efficiency in formation of motivational objectives and interest to carry out physical training lessons with university students with the use of new types of the physical activity. Besides, speaking about motivation in students' sports and improving activity, it is necessary to take into consideration instability of the motives, some of them have a situational character. At student's age the motives are quite changeable and mobile because of various incentives causing them because of the student's identity, which is not completely formed and a unfinished process of his socialization.

**Ф.Д. Гусейнов**

## **Анализ системы физического воспитания ВУЗов**

### **Резюме**

В статье автор показывает актуальность темы исследования, анализирует результаты внедрения в учебный процесс на занятиях физической культурой в ВУЗе комплексных средств инновационных видов двигательной активности, используя результаты анкетирования, опроса и педагогические наблюдения, доказывает эффективность

в формировании мотивационных установок и интереса к проведению уроков физического воспитания у студентов вуза с использованием новых видов двигательной активности. Кроме того, говоря о мотивации в физкультурно-оздоровительной деятельности студентов, необходимо иметь в виду неустойчивость самих мотивов, часть которых носит ситуационный характер. В студенческом возрасте они еще довольно изменчивы и подвижны из-за различных стимулов, вызывающих их, из-за еще не совсем сформировавшейся личности студента и далеко не завершившегося процесса его социализации.

**Redaksiyaya daxil olub: 19.02.2021**