

## Fiziki tərbiyə dərslərində mobil kompyuter texnologiyasından istifadə

**Maya Zahir qızı Heydərova**  
*ADBTİ Akademiyasının baş müəllimi,*  
*pedaqogika üzrə fəlsəfə doktoru*  
**E-mail:** geydarova.maya@mail.ru

**Rəyçilər:** p.ü.f.d., dos. E.X. Məmmədova,  
p.ü.f.d., dos. N.Ş. Muradova

**Açar sözlər:** kompyuter texnologiyaları, elektron tədris vasitələri, hərəkət texnikasının videogörüntüsü, texnoloji innovasiya, rasiona-konstruktiv üsul

**Ключевые слова:** компьютерные технологии, электронные средства обучения, видеоизображение техники движения, технологическая инновация, рационально-конструктивный метод

**Key words:** compute technologies, electronic teaching tools, video shooting of action technic, technological innovation, rational-constructive method

Kompyuter texnologiyaları təhsil fəaliyyətinin məzmununda əsaslı şəkildə möhkəmlənmişdir. Kompyuter təqdimatlarından, multimedia dərslərindən, biliklərin və şəbəkə telekommunikasiya sistemlərinin avtomatlaşdırılmış nəzarət sistemlərindən istifadə hazırda müasir dərslərin ayrılmaz elementidir. Bununla yanaşı, texnoloji yeniliklər fiziki tərbiyə fənninin tədrisi metodikasına son dərəcə ləng daxil olur. Bunun səbəbi fiziki məşqlərlə birlikdə praktiki məşğələdə tətbiq oluna bilən kompyuter tədris vasitələrinin olmamasıdır.

Alimlər və praktikerlər kollektivi fiziki tərbiyə dərslərində istifadə üçün nəzərdə tutulmuş müxtəlif idman növləri üzrə elektron tədris vasitələrini (ETV) işləyib hazırlamağa müvəffəq olmuşlar. ETV proqram örtüyü Android əməliyyat sistemi əsasında işləyir, bu da təlim məşğələlərində bir tablet kompyuterindən istifadə etməyə imkan verir.

ETV hərəkət texnikasının öyrədilməsi prosesində istifadə üçün nəzərdə tutulmuş kompyuter proqram-metodik kompleksidir. ETV-nin məzmununda müvafiq idman növləri üzrə texniki hərəkətlərin nümunəvi yerinə yetirilməsi ilə bağlı videogörüntülər dəsti yerləşir. Bilavasitə praktiki məşğələlər zamanı müəllim planşet kompyuterin monitorunda məktəblilərə öyrənilən hərəkət texnikasının videogörüntüsünü nümayiş etdirir. Bunun üçün ETV proqram örtüyündə videogöstərmənin aşağıdakı ixtisaslaşdırılmış alətləri nəzərdə tutulmuşdur: videoyazının sürətinin yavaşdırılması, videoklipin fraqmentinin seçilməsi və nümayişi.

ETV-nin köməyi ilə hərəkət texnikasının yazılması və etalonla müqayisə edilməsi üçün quraşdırılmış planşet (smartfon) də istifadə etmək olar. Müvafiq olaraq, müəllimin əlində öyrəndiyi hərəkətlərdə səhvlərə yol vermədiyini haqda şagirdə məlumat vermək üçün təsirli bir alət vardır. Proqram qabığında ETV-nin iki videoklipinin sinxron nümayişi nəzərdə tutulmuşdur ki, bu da konkret oriyentirlər əsasında fiziki məşq texnikasının icrasının keyfiyyətini müqayisə etməyə və qiymətləndirməyə imkan verir.

ETV-nin tədris metodikasına tətbiqi kompleks yanaşma tələb edir. Müəllimlər öz dərslərində texnoloji innovasiyanın tətbiqi üçün hazırlanmalı, təlim məşğələlərini kompyuter avadanlığı ilə təmin etməli, hərəkət tədrislərini öyrənməklə qarşılıqlı əlaqə sxemləri yaratmalıdırlar.

İlk növbədə, dərslərin motor sıxlığının dəyişməsinə diqqət yetirək. Ayrı-ayrı idman növlərinin tədrisi təcrübəsində ETV-nin tətbiqi üzrə təcrübə toplandıqca, dərslərin strukturunda motor fəallığının payının artması müşahidə edilir.

Məlumdur ki, motor sıxlığının göstəricisi fiziki tərbiyə və sağlamlıq üzrə tədris məşğələlərinin keyfiyyətinin mühüm göstəricilərindən biridir. O, fiziki tərbiyə prosesinin səmərəliliyi üçün prinsipial əhəmiyyət kəsb edən məsələlərin həllinə sərf olunan vaxtı xarakterizə edir. Onların sırasına fiziki qabiliyyətlərin inkişafı, motor bacarıq və vərdişlərin formalaşdırılması, sağlamlaşdırıcı effektin əldə edilməsi daxildir.

Müasir təhsil, ilk növbədə, təhsilalanların özünütəhsil və özününəzarət fəaliyyətlərinə həvəsləndirilməsi istiqamətində fəaliyyətdir. Bunun üçün tapşırıqların müvəffəqiyyətlə və uğursuz yerinə yetirilməsini təhlil etmək bacarığını inkişaf etdirmək lazımdır; hərəkətlərin texnikasında səhvləri tapmaq, onların yaranmasının səbəbləri və aradan qaldırılması yollarını tapmaq. Öz hərəkətlərini təhlil etmək bacarıqlarının formalaşdırılması üçün məşğul olanlar subyektiv qüvvə, sürət, vaxt və digər hərəkət parametrləri hissələrini texniki qurğular vasitəsilə müəllimdən alınan qiymətləndirmə ilə tutuşdurmalıdır.

Şagirdlərə (onların cəhdləri yerinə yetirildikdən sonra) rəqəmli məlumatlar və hərəkət video yazıları təqdim edildikdə, hərəkətlərin icrası xarakteri ilə onun nəticələri arasında məntiqi əlaqələrin səmərəli formalaşması mümkündür. Bu zaman müəllimin şifahi korreksiyası hərəkətin yerinə yetirilməsinə ümumiləşdirilmiş dəqiqlikləri gətirir (erkən, gec, az, daha çox və s.). Korreksiyadakı effekt hərəkətin təkrarlanması arasında pauzalara sərf olunan vaxtdan asılıdır. Təcrübə göstərir ki, fasilə nə qədər qısa olsa, təsiri daha yüksəkdir.

Tətbiq olunan metodikanın pedaqoji potensialı şagirdlərin hər bir idman növü üzrə texniki, fiziki və nəzəri hazırlığının meyarları və göstəriciləri əsasında müəyyən edilmiş, təhsil prosesinin iştirakçıları tərəfindən ETV-ə olan tələbat, həmçinin məktəblilərin valideynlərinin innovativ dəyişikliklərə münasibəti öyrənilmişdir. Ölçmələrin nəticələri şagirdlərin texniki və nəzəri hazırlıq göstəricilərinin müsbət dinamikasını, fiziki tərbiyə fənninin keyfiyyətini göstərir.

Elektron planşetlərdən istifadə prosesində dərslərin motor sıxlığı artırılmış, yerinə yetirilən tapşırıqların düzgünlüyü öyrənilən tərəfindən təhlil və özünütəhlil daha effektiv həyata keçirilmişdir. Bu, şagirdlərə öz səhvlərini əyani şəkildə görməyə, öz hərəkətlərini düzgün qiymətləndirməyə və hərəkətlərini tənzimləməyə imkan verir.

Təhsilalanların anket sorğusu ETV-nin istifadəsi ilə keçirilən dərslərin daha maraqlı olduğunu (65%) göstərdi, tədris materialı daha aydın oldu (68%). Rəyi soruşulan valideynlərin əksəriyyəti (83%) tətbiq olunan yeniliyi müsbət qiymətləndirdilər, kompyuter texnologiyaları fiziki tərbiyənin təkmilləşdirilməsində böyük perspektivlərə (62%) malikdir. Bununla yanaşı, şagirdlər müəllimin hərəkəti şəxsən nümayiş etdirməsini videoyazının nümayişi ilə müqayisədə daha cəlbedici olduğunu qeyd edirlər. Bu vəziyyət fiziki tərbiyə dərslərinin pedaqoji texnologiyası kontekstində izah edilməlidir.

ETV-nin praktiki məşğələdə tətbiqi praktikasını tablet kompyuterinin köməyinə əsasən məşğələlərin əsas hissəsinin problemlərini həll etmək imkanına malik olan multimedia əyaniliyinin istifadəsini nəzərdə tutur. Bir nümunə olaraq, adi məktəblilər üçün kifayət qədər mürəkkəb bir basketbol texnikası - topla dönmək - elementinin mənimsənilməsi prosesini nəzərdən keçirək.

Müəllim öyrənilən texnika haqqında ümumi təsəvvürü hərəkətin şəxsi nümayişi ilə yaradır. Hərəkət quruluşunun detalları artıq planşet kompyuteri və ETV-nin köməyi ilə təsvir edilir. Bu, video ardıcılığın strukturunda texniki fəaliyyətin nəticəsinin düzgün yerinə yetirilmə-

sindən asılı olan elementləri ayırmağa imkan verir. Müvafiq olaraq, hərəkətin qurulması qaydasının qavranılması və anlama prosesləri optimallaşdırılır.

Öyrənilən texnika ilə tanışlıq məsələsi həll edildikdən sonra şagirdlər ayaqda fırlanma, topsuz və topla dönmələr edərək praktiki hərəkətlərə başlayırlar. Əgər müəllim səhvi qeydə almışdırsa, onun məzmununun təhlili və onun düzəldilməsi yolları fərdi qaydada planşetin köməyi ilə və müvafiq videoklipin nümayişi ilə həyata keçirilir. Sonra müəllim xüsusi tapşırıqların təkrarlanmasının və texnikanın əsaslarının formalaşmasının sayı artdıqca, topla dönmə texnikasına nəzarətin yerinə yetirməsinin videoyazısını tətbiq etməyə başlayır. Şagirdə paralel rejimdə iki video – etalon və onun bu hərəkəti necə yerinə yetirildiyi nümayiş etdirilir.

Göstərilən bu üsul səhvləri təhlil etmək və onları düzəltmək yollarını göstərmək üçün çox effektivdir. Diqqət yetirmək lazımdır ki, planşetin dərstdə istifadəsi motor vəzifəsi haqqında bütöv təsəvvür yaratmaq üçün sərf olunan vaxtı azaldır, öyrənilənlərin idrak fəallığını aktivləşdirir, motor hərəkətlərinin təkmilləşdirmə proseslərini stimullaşdırır. ETV-nun köməyi ilə tədris nailiyyətlərinin səviyyəsinin düzgün qiymətləndirilməsi imkanı da artır.

ETV və tablet kompyuterindən istifadə edərək səhvləri düzəltmək üçün aşağıdakı alqoritmdən istifadə etmək məsləhət görülür:

- motor hərəkətin videoçəkilişinin məhsulu;
- motor hərəkət texnikası ilə alınan videotəsvirin təhlili;
- alınan məlumatların etalon dəyərləri və ya tövsiyələri ilə müqayisə edilməsi;
- hərəkət korreksiyası haqqında qərar qəbul edilməsi;
- şagirdə tapşırıq, səhvləri düzəltmək üçün hərəkət göstərişlərini növbəti hərəkət cəhdində hərəkəti təmrinləri və ya onların xüsusi-ümumiləşdirici hərəkətləri yerinə yetirilməsi haqqında məlumat vermək.

ETV-nin tətbiqi təcrübəsi göstərir ki, müəllim tərəfindən şagirdlə birlikdə planşet vasitəsi ilə alınan hərəkət məlumatlarının təhlili və interpretasiyası aşağıdakı imkanları verir:

- şagirdin həssas təcrübəsini onun hərəkətlərinin obyektiv parametrləri ilə əlaqələndirmək;
- tədris prosesində fiziki tərbiyənin metodik prinsiplərini: şüurluluğu və fəallığı və tədrisin əyaniliyini praktiki olaraq reallaşdırmaq.

Tədris prosesində əyaniliyin bütün formalarından kompleks şəkildə istifadə hissi dərk etmədən öyrənilən materialın mahiyyətinin başa düşülməsinə keyfiyyətli keçidi təmin edir.

Fiziki tərbiyəsi fənni üzrə tədris prosesində videoçəkilişdən istifadə təcrübəsinə əsaslanaraq, biz müxtəlif hazırlıq qruplarına aid şagirdlərlə dərslərdə tədris metodundan istifadə etməyi, hərəkətlərin ilkin öyrənilməsində hər dərstdə 2-4 dəfə hər bir məşğələ üçün həftədə 6-8 dəfə istifadə etməyi təklif edirik.

Motor bacarıq və vərdişlərin formalaşdırılması prosesi üç mərhələdə həyata keçirilir.

Mərhələ 1. Vəzifə: məşğul olanlarda öyrənilən fiziki hərəkətlərin rəşional və effektiv texnikası barədə təsəvvür yaratmaq.

Vasitələr: planşetin, noutbukun və ya monitorun köməyi ilə videoçarxların və illüstrasiyaların nümayişi prosesində fiziki hərəkətin texnikasından bəhs etmək.

Təşkilati-metodik göstərişlər. Fiziki hərəkətlərin texnikasının nümayişini yerinə yetirilərkən yavaşidilmiş rejimdən istifadə edərək, ən vacib, əsas məqamlarda dayanmaq məqsədəuyğundur. Texnikanın nümayişi izahla və əsas qanunauyğunluqların və fiziki hərəkətlərin yerinə yetirilməsinin şərtləri ilə müşayiət olunmalıdır.

Mərhələ 2. Vəzifə: məşğul olanların fərdi xüsusiyyətləri nəzərə alınmaqla, onlara əsas fiziki hərəkətlərin texnikasını öyrətmək.

Vasitələr: öyrənilən fiziki hərəkətlər texnikasının ilkin əsas halqasına (məsafə qaçıqları, tullanmalar - itələmə, atma – final səyləri, topla idman oyunları – topa zərbə) yiyələnmək üçün xüsusi tapşırıqların, sonra isə – şagirdlərin fərdi xüsusiyyətlərini nəzərə almaqla, onun ayrı-ayrı mərhələləri və hərəkət texnikalarının yerinə yetirilməsi.

Təşkilati-metodik göstərişlər. Tədrisin rəsonal-konstruktiv üsulu və dərstdə şagirdlərin təşkilati üçün dəqiq metoddan istifadə olunur.

Mərhələ 3. Vəzifə: bütövlükdə öyrənilən fiziki məşq texnikasının təkmilləşdirilməsi.

Vasitələr: öyrənilən məşqlərin yarış qaydalarına uyğun olaraq yerinə yetirilməsi.

Təşkilati-metodik göstərişlər. Vahid və parçalanmış təlim üsulları istifadə olunur. Bütövlükdə onun praktiki tətbiqi şəraitində və hissələrilə, yarış şərtlərinə maksimum yaxın şəraitdə hərəkəti təmrinlərin mükəmməl mənimsənilməsinə təmin etmək.

Planşetin universallığı ilə əlaqədar olaraq ondan yalnız fiziki hərəkətlərin videotəkrarları üçün istifadə etmək deyil, təkmilləşən fiziki hərəkətin kinematik parametrləri haqqında təcili məlumat əldə etmək üçün (tullanmada itələmədən əvvəl son 5 metrə sürət, fiziki hərəkət texnikasının əsas halqasını yerinə yetirərkən bədən hissələrinin künc mövqeləri və s.) tətbiq edilir.

ETV-dən və planşetdən fiziki tərbiyə dərslərində praktiki istifadə təcrübəsi motor hərəkətlərini öyrənmək üçün yeni üsulun perspektivlərindən xəbər verir. ETV-nin istifadəsi dərş tapşırıqlarının tez və düzgün başa düşülməsinə kömək edir, motor bacarıq və vərdişlərin formalaşdırılması üçün vaxtın azalmasına imkan verir. Tədqiqat proqramı həyata keçirildikcə şagirdlərin tədrisdə elektron vasitələrinin tətbiqinə müsbət münasibətinin formalaşdırılması qeyd olunur. ETV-nin tətbiqi təhsil prosesinin iştirakçılarını öyrənilən fəaliyyət texnikasına dair dəqiq informasiya ilə təmin etməyə imkan verir ki, bu da tədrisin ilkin mərhələsində çox vacibdir.

Elektron planşetlər fərdi kompyuter və multimedia proyektoru üzərində üstünlüyə malikdir, çünki onlar əhəmiyyətli dərəcədə mobildirlər və yalnız idman zalında deyil, stadionda, idman meydançalarında və digər müstəvi idman qurğularında da istifadə oluna bilərlər.

Nəticə etibarilə qeyd etməliyik ki, fiziki tərbiyə dərslərində və sinifdənkənar məşğələlərdə ixtisaslaşdırılmış elektron didaktik vasitələrdən və planşet kompyuterlərindən istifadənin idmanın müxtəlif növlərinə maraq yaradılmasında çox böyük əhəmiyyəti vardır.

**Məqalənin aktuallığı.** Məlumdur ki, elektron texniki vasitələr fiziki tərbiyə və sağlamlıq üzrə tədris məşğələlərinin keyfiyyətinin mühüm göstəricilərindən biridir. Kompyuter texnologiyaları təhsil fəaliyyətinin məzmununda geniş yer tutur. Müəllimlər öz dərslərində texnoloji innovasiyaları tətbiq etmək üçün hazırlanmalı, təlim məşğələləri kompyuter avadanlığı ilə təmin edilməli, hərəkəti təmrinləri öyrənilənlərlə qarşılıqlı əlaqə sxemləri yaradılmalıdır.

**Məqalənin elmi yeniliyi.** Elmi yenilik ondan ibarətdir ki, burada idmanın ayrı-ayrı növlərinin hərəkət texnikasının öyrədilməsində kompyuter texnologiyalarının, kompyuter planşetlərinin imkanlarından istifadənin yolları göstərilir.

**Məqalənin praktik əhəmiyyəti və tətbiqi.** Məqalədə irəli sürülən müddəa və təkliflərdən ümumtəhsil məktəblərində fiziki tərbiyə dərslərində, dərşdənkənar məşğələlərdə, idman məşqlərində istifadə edilə bilər. Fiziki tərbiyə müəllimləri bu vasitələrdən öz məşğələlərində istifadə etməklə daha yaxşı nəticələr əldə edə bilərlər.

## Ədəbiyyat

1. Musayev I.Ə. Şagirdlərin əxlaq tərbiyəsində xalq oyunlarından istifadə edilməsi //Azərbaycan məktəbi, 1966, № 3, s. 33-37.

2. Nəsrullayev M.Ə. və b. Bədən tərbiyəsi nəzəriyyəsi və metodikası. Bakı, 2012, 371 s.
3. Rzayeva Z.H., Cəfərov Q.M. Bədən tərbiyəsi nəzəriyyəsi və metodikası. Bakı, 2004, s.176.
4. F.Sadiqov. Pedaqogika. Bakı, 2006. 62 s.
5. Məcidov N. Bədən tərbiyəsi nəzəriyyəsi və metodikası. Bakı, 2019.

**M.З. Гейдарова**

## **Использование мобильных компьютерных технологий на уроках физического воспитания**

### **Резюме**

Электронные средства обучения (ЭСО) представляют собой компьютерный программно-методический комплекс, предназначенный для применения в процессе обучения технике двигательных действий. По мере накопления опыта по применению ЭСО в практике преподавания отдельных видов спорта наблюдалось увеличения доли двигательной активности в структуре урока. Современное образование – это в первую очередь деятельность, направленная на побуждение обучающихся к самоанализу, самооценке, самоконтролю действий.

Педагогический потенциал внедряемой методики определялся на основании критериев и показателей технической, физической и теоретической подготовленности учащихся по каждому виду спорта, изучалась востребованность ЭСО участниками образовательного процесса, а также отношение родителей школьников к инновационным преобразованиям.

**M.Z. Heydarova**

## **The usage of mobile phone and computer technologies in physical nurture lessons**

### **Summary**

Electronic teaching tools are computer program-methodical complex which are designed for the application of action technic in teaching. While collecting practices in the application of electronic teaching tools application in different sport fields, movement activity is observed in lesson's structure.

Modern education mainly is the direction of motivating self-study, self - nurture, self-control direction.

Pedagogical potential of the applied methodology is determined through students technical, physical, and theoretical readiness indicators in each sport field, the approach of teaching participants to need of electronic teaching tools; furthermore, the approach of parents to innovational changes has been learnt.

**Redaksiyaya daxil olub: 26.11.2021**