

V-VI sinif şagirdlərin fiziki tərbiyə dərslərinin pedaqoji-psixoloji xüsusiyyətləri

Sabir İlqar oğlu Quliyev

Seyid Cəfər Pişəvəri adına Respublika

Humanitar Hənlər Gimnaziyasının fiziki tərbiyə müəllimi

E-mail: sabirquliyev662@gmail.com

Rəyçilər: p.ü.e.d., prof. İ.H. Cəbrayilov,
dos. R.H. Xəlilov

Açar sözlər: sinif, fiziki, tərbiyə, şagird, dərs, pedaqoji, psixoloji, xüsusiyyət, keyfiyyət, inkişaf, qabiliyyət

Ключевые слова: класс, физический, воспитание, ученик, урок, педагогический, психологический, характеристика, качество, развитие, умение

Key words: class, physical, education, student, lesson, pedagogical, psychological, characteristic, quality, development, skill

11-12 yaşılı şagirdlərin fiziki tərbiyə dərslərində təlim-tərbiyə prosesinin düzgün planlaşdırılması xüsusi əhəmiyyət kəsb edir. V-VI sinif şagirdləri məktəb proqramının mədəni və fiziki yükün qarşısından böyük çətinliklə gəlirlər. Fiziki tərbiyə dərslərində bu yaş dövrü üçün vacib olan əsas motorika bacarıq və vərdişlərinin formalaşması məktəb proqramının zəngin fiziki hərəkətləri ilə təmin edilməsi sahəsi üzrə effektiv pedaqoji təsir vasitələrinin axtarışını tələb edir. Fiziki tərbiyənin təsiri ilə ürək-tənəffüs sisteminin fəaliyyəti yaxşılaşır, əzələ-hərəkət sistemi, sinir sistemi güclənir və kəskin tənəffüs xəstəliklərinə müqavimət artır (1, s. 34-35).

Tədqiqat işimiz V-VI sinif məktəblilərin fiziki tərbiyə dərslərində fiziki qabiliyyətlərinin formalaşdırılması prosesinin pedaqoji-psixoloji xüsusiyyətlərinin təhlili və tədqiqidir. Ümumtəhsil orta məktəblərində müxtəlif idman oyunların tətbiqi ilə V-VI sinif şagirdlərinin fiziki hazırlıq göstəricilərinin müəyyənləşdirilməsinə həsr edilib. Fiziki tərbiyə dərslərinin məqsədi: məktəblilərin həyatı mühərrik hərəkətlərini müxtəlif şəraitlərdə idarə etmə qabiliyyətinin formalaşdırılması və açıq hava oyunları vasitəsilə sisteməlik fiziki məşqlərə ehtiyacın inkişaf etdirilməsi.

5-6-cı sinif məktəblilərin qamət, qüvvə, sürət, çeviklik və s. xüsusi fiziki keyfiyyətlərin tərbiyə olunması ümumtəhsil orta məktəblərdə təsirli vasitələri idman oyunları, qaçış, estafet yarışları, tullanma və s. sayıla bilər. Bu fiziki keyfiyyətlərin inkişaf etdirilməsinin əsas metodu müxtəlif üsullar ola bilər, onların mahiyyəti onlardan sisteməlik istifadəsidir. Burada idman oyunları, oyun hərəkətləri, müxtəlif tapşırıqlar yüksək sürət-qüvvə, dözümlük xarakterli fiziki keyfiyyətləri inkişaf edir və təkmilləşdirir. Tələb edilən hərəkətlərin sürətini maksimuma çatdırmaq, bu prosesdə optimal fazada böyük əzələ səyləri hərəkət etdirmək və iştirak etməyən əzələ qruplarını fəallaşdırmaq ən vacib işdir (2, s. 78-79).

Yeniyyətlik dövründə 11-12 yaşılı məktəblinin idrak fəaliyyətinin inkişafı üçün əlverişli şərait yaranır. Yeniyyətlik dövründə qavrayış çox sürətlə inkişaf edir. Bu dövrdə yeniyyətlərin qavrayışı hərtərəfli, seçici xarakter daşıyır. Qavrayışın həcmi genişlənir. Onun qavrayışı ən çox maraqlandığı cisim və hadisələrlə bağlı olur: nə ilə çox maraqlanırsa, onu da yaxşı qavrayır, maraqlanmadığı sahədə qavrayışı da səthi olur. Yeniyyətdə zaman, məkan və hərəkət qavrayışı nəzərə çarpacaq dərəcədə inkişaf edir. Yeniyyətlərinin hafizəsində yeni ilkin xüsusiyyətlər

susiyətlərə təsadüf edilir. Yeniyetmə hafizəsini tənzim və idarə etməyi bacarır, yaddasaxlamanın səmərəli üsullarından şüurlu surətdə istifadə edir, öyrənəcəyi materialı müqayisə edir, sistemləşdirir (3, s. 56-57).

Tədrisən V-VI sinif şagirdlərində mənalı yaddasaxlama və yadasalmanın üstünlüyü barədə əqidə yaranır. Yadda saxlama üsullarından yeniyetmə heç də həmişə düzgün istifadə edə bilmir. Yeniyetmədə sabit, ixtiyari diqqətlə yanaşı, diqqətin tez yayınması hallarına da təsadüf edilir. Yeniyetmənin diqqətindəki bu xüsusiyyət çox vaxt onun iş şəraitindən, şagirdin dərəcə olan maraq və münasibətindən, keçirdiyi psixi halından, maraqlarından və s. asılıdır. Yeniyetmənin diqqəti onun həcmnin genişlənməsi, bir obyektə digərinə keçirilməsi xassəsinin inkişafı da xarakterikdir. Fiziki hərəkətlərin icrası zamanı fiziki keyfiyyətlərə yanaşı yeniyetmələrin sinir sistemi də inkişaf edir, əqli keyfiyyətləri formalaşır (4, 5, 7).

Yeniyetmənin idrak fəaliyyətinin inkişafında ən səciyyəvi cəhət onda maddi aləmi dərk etməsinin daha yüksək forması olan mücərrəd təfəkkürün sürətlə inkişaf etməsidir. Bu yaşda şagirdlərdə mücərrədləşdirmə, müqayisə etmə, əqli nəticə çıxarma sürətlə inkişaf edir. Yeniyetməlik dövründə əyani-obrazlı təfəkkür yenə fəaliyyətdə olur, lakin bu vaxt təfəkkürün nəzəri-müjərrəd tipi daha çox üstünlük təşkil edir. Uşaqlar daha çox yeni anlayış və məfhumlar mənimsəyirlər. Yeniyetməlik dövründə tənqidi təfəkkürün inkişafı da xarakterik haldır. Yeniyetmələr öz fikirlərini bildirməyə çalışır, öz idrak obyektlərinə tənqidi münasibət göstərməyə can atırlar. Yeniyetməlik yaşında məktəblinin təxəyyülü, xüsusilə də yaradıcı təxəyyülü xeyli inkişaf edir. Məktəblilər riyaziyyat, ədəbiyyat və s. elmlərə aid biliklərini müəyyən sahəyə tətbiq edir, hekayə yazmağa, model quraşdırmağa və digər işlər görməyə başlayırlar. Yeniyetmənin təxəyyülü yaş artdıqca reallaşır və tənqidi xarakter daşıyır. Fiziki tərbiyə dərslərində idman oyunlarından ibarət olan tətbiq olunan proqramlar yeniyetmələrin ixtiyarı diqqətlərini, yaradıcı təfəkkürlərini və təxəyyülünü də inkişaf etdirir (8).

Yeniyetməlik yaşını, adətən, “keçid yaşı”, “böhranlı yaş” kimi səciyyələndirirlər. Orqanizmdə baş verən fizioloji-psixoloji proseslər nəticəsində yeniyetmələrin rəftar və davranışında yaşlılar və yaşıdları ilə münasibətində neqativ hallar: tərslik, həcətlik, dikbaşlılıq, mənfi emosiyalar, bəzən isə aqressiv təzahürlər, affekt tipli reaksiyalar meydana çıxır. Onlar yaşlıların tələblərinə mane olmaq istəyir, onlara müqavimət göstərir, balacaları buyurur, onlara göstərişlər verir, müstəqilliyə və sərbəstliyə can atırlar. Fiziki tərbiyə dərslərində birgə şagirdlərin qruplarında aparılan oyunlar yeniyetmələrdə sosial-psixoloji keyfiyyətlərində inkişafına yol açır (6, 7).

Görkəmli Rus psixoloq A.N.Leontyevin fikrincə, uşağın psixi inkişafında böhran xarakterli çətinliklərin yaranması zəruri və qanunauyğun xarakter daşıyır. Böhranlar yox, yalnız əsaslı dönüşlər və inkişafda keyfiyyət dəyişiklikləri zəruridir. Böhranın əmələ gəlməsi ona dəlalət edir ki, lazımi keyfiyyət dəyişiklikləri vaxtında və tələb olunan istiqamətdə baş verməmişdir. Böhran olmaya da bilər, çünki uşağın inkişafı kortəbii proses deyildir. Bu inkişaf idarə olunan tərbiyə ilə istiqamətlənən prosesdir (3, s. 43-44).

Fiziki tərbiyə dərsləri fiziki və psixoloji fəaliyyət növü olaraq nəticədə fiziki hazırlıq və motor bacarıq və psixi inkişafın mükəmməlliyini saxlayır, yeniyetmələri mənəvi, estetik, intellektual yüksək səviyyədə inkişaf edir. Deməli, fiziki mədəniyyət xüsusi bir növ mədəni fəaliyyət, nəticələr kimi qəbul edilməlidir, cəmiyyət və fərd üçün faydalıdır. Təhsil sistemində, tərbiyədə və sosial ictimai həyatda işin təşkili, gündəlik həyat, sağlam istirahət, fiziki tərbiyə öz təsirini göstərir, təhsil, sağlamlığı yaxşılaşdırma, iqtisadi və ümumi mədəni əhəmiyyət, bunların ortaya çıxmasına köməklik edir.

Məqalənin aktuallığı. İdman oyunları elementləri ilə zəngin olan metodikaların hazırlan-

ması və fiziki tərbiyə dərslərində istifadə olunması, şagirdlərin təlim-tərbiyə prosesində xüsusi fiziki hazırlığın fəal olma məsələsini xeyli asanlaşdırır ki, bu da bu işin aktuallığını təsdiq edir.

Məqalənin elmi yeniliyi. Elmi yenilik ondan ibarətdir ki, həm idman zallarında, həm də açıq havada idman oyunları kompleksinin istifadəsinə əsasən V-VI sinif şagirdləri üçün fiziki tərbiyə dərslərində xüsusi tədris metodikası hazırlanmışdır; V-VI sinif şagirdləri üçün fiziki tərbiyəsi üçün proqram tələblərinə uyğun olaraq estafetlər oyun kompleksi təqdim olunur.

Məqalənin praktik əhəmiyyəti və tətbiqi. Fiziki tərbiyə dərslərində V-VI sinif şagirdləri üçün tərtib edilən bağlı və açıq oyun komplekslərində geniş idman oyunlarından istifadə üsulu orta məktəblərdə, idman klublarında, uşaq sağlamlıq düşərgələrində, əlavə təhsil müəssisələrində oyun hərəkəti bacarıqlarının tədrisi prosesində istifadə edilə bilər.

Ədəbiyyat

1. Hüseynov F., Fiziki Tərbiyə VI, Ümumtəhsil məktəblərinin 6-cı sinfi üçün "Fiziki tərbiyə" fənni üzrə dərslik, Bakı: «XXI» Yeni nəşrlər evi, 2018, 164 s.
2. Nəsrullayev M., Hüseynov E., Əliyev İ., Nuriyev Y. Bədən tərbiyəsi nəzəriyyəsi və metodikası, dərs vəsaiti. Bakı, 2012, 371 s.
3. Hüseynov E., Yaş Psixologiyası, magistratura təhsil səviyyəsi üçün "Yaş Psixologiyası" fənni üzrə dərslik. B.: «Adiloğlu» nəşrlər evi, 2015, 88 s.
4. Ümumtəhsil məktəblərinin V-XI siniflərində Fiziki tərbiyə, B.: "Müəllim" nəşriyyatı, 2012, 198 s.
5. Альмуханов Б.У. Вариативность учебных программ по физической культуре (на примере младших классов сельских школ Казахстана): Автореф. дис. канд. пед. наук. - С. Пб., 1994.- 22 с.
6. Воробьев С.В. Оптимизация физической подготовки школьников 4-6 классов на основе занятий борьбой самбо: Автореф. дис. . кан. пед. наук Краснодар, 1996. -18 с.
7. Кохидзе Г.Г. Воспитательное значение и пути использования народно-национальных подвижных игр и физических упражнений школьников (на материалах горных районов Грузии): Автореф. дис. канд. пед. наук. Киев, 1986. - 23 с.
8. Программа физического воспитания учащихся I-XI классов, основанная на одном из видов спорта (баскетбол). Подг. Е.Н. Литвиновым, М.Я. Виленским, Б.И. Туркуновым.- М.: Просвещение, 1992.- 76 с.

С.И. Кулиев

Педагогические и психологические особенности занятий по физическому воспитанию учащихся V-VI классов

Резюме

В статье раскрываются психолого-педагогические особенности занятий по физической культуре, как вид физической и психологической активности, в результате чего у подростка поддерживаются в совершенствуется физическая и психологическая подготовленность. Развивается моторика, а также происходит развитие когнитивных свойств

подростка. Развиваются духовные, эстетические, интеллектуальные качества подростка. Поэтому физическую культуру следует рассматривать как особый вид культурной деятельности, результат которой приносят, пользу, как обществу, так и самой личности подростка. Физическое воспитание – это организация работы в системе образования, воспитание и общественная жизнь, здоровый и активный отдых, влияние на общий процесс образования, оздоровление организма, имеет общекультурное значение, помогают подростку проявлять и развивать свои физические и психологические возможности.

S.I. Guliyev

Pedagogical and psychological features of physical education classes for students in grades V-VI

Summary

The article reveals the psychological and pedagogical features of physical culture classes, as a type of physical and psychological activity, as a result of which the teenager's physical and psychological readiness is improved. Motility develops, as well as the development of the cognitive properties of the adolescent. The spiritual, aesthetic, and intellectual qualities of a teenager develop. Therefore, physical culture should be considered as a special type of cultural activity, the result of which is beneficial, both to society and to the personality of a teenager. Physical education is the organization of work in the education system, upbringing and social life, healthy and active rest, influence on the general process of education, improvement of the body, has a general cultural significance, helps a teenager to show and develop their physical and psychological capabilities.

Redaksiyaya daxil olub: 16.04.2021