Scientific News of Azerbaijan State Academy of Physical Education and Sport
Sport Science Journal
vol. 6, № 1, 2024, pp. 51-55.

FİZİKİ TƏRBİYƏ DƏRSLƏRİNDƏ MƏKTƏBLİLƏRİN ŞƏXSİYYƏT KİMİ FORMALAŞMASINDA PSİXOLOJİ TƏSİRİNİN TƏDQİQİ

E.İ. Həsənov[1a], M.A. Quliyeva[1b]

[1]*Azərbaycan Dövlət Bədən Tərbiyəsi və İdman Akademiyası*
[a] elchin.gasanov_2000@sport.edu.az, orcid.org/0009-0009-0220-2099
[b] maryam.guliyeva2022@sport.edu.az, orcid.org/0009-0000-7374-4391

Nəşr tarixi
Qəbul edilib: 29 yanvar 2024
Dərc olunub: 25 mart 2024
© 2022 ADBTİA Bütün hüquqlar qorunur

Annotasiya. Tədqiqat işində əsas məsələlərdən biri inkişafda olan məktəblilərin mənəvi cəhətdən zəngin, şəxsiyyət kimi formalaşan, özünə inamsızlıq hissnin qəbul edilməməsi kimi problemlərin aradan qaldırılmasını təşkil edir.

Güman etmək olar ki, fiziki tərbiyə dərslərində şagirdlər üzərində müşahidə və eksperimentlər aparmaqla müəyyən fikirlər, psixoloji təsir edəcək söhbətlər, nümunələr göstərməklə və nəzəri bilikləri artırmaqla onları daha sərbəst bir səxsiyyət kimi formalaşdırılmasına komək edəcəkdir.

Açar sözlər: *şagird, fiziki tərbiyə dərsi, psixoloji təsir, psixoloji təsirdən müdafiə, psixoloji təsir vasitələri.*

Fiziki tərbiyə dərsləri digər fənlərin tədrisi prosesində fəal və mütəhərrik olması ilə fərqlənir. Bu da şagirdlərin mənsub olduqları davranış xüsusiyyətlərini müəyyənləşdirməyə və buna müvafiq tərbiyə metodları seçməyə imkan yaradır. Eyni zamanda qeyd etmək lazımdır ki, mənəvi-iradi xüsusiyyətlərin formalaşması yalnız müvafiq şəraitin yaradıldığı halda mümkündür. Hər hansı çətinliyin dəf edilməsi, yorulmaya qarşı dözmək, icra riski tələb edən hərəkəti yerinə yetirmək s. Bu kimi hallar iradi keyfiyyətlərin formalaşması üçün zəmin yarada bilər. Fiziki tərbiyə prosesi iradi xüsusiyyətlərin formalaşdırılması üçün əlverişli mühitdir.

Tədqiqat işində əsas məsələlərdən biri inkişafda olan məktəblilərin mənəvi cəhətdən zəngin, şəxsiyyət kimi formalaşan, özünə inamsızlıq hissnin qəbul edilməməsi kimi problemlərin aradan qaldırılmasını təşkil edir.

Güman etmək olar ki, fiziki tərbiyə dərslərində şagirdlər üzərində müşahidə və eksperimentlər aparmaqla müəyyən fikirlər, psixoloji təsir edəcək söhbətlər, nümunələr göstərməklə və nəzəri bilikləri artırmaqla onları daha sərbəst bir səxsiyyət kimi formalaşdırılmasına komək edəcəkdir.

Tədqiqatın məqsədi sağlam düşüncəli, qələbəyə inam və kollektivçilik qabiliyyəti yüksək olan gənc nəslin yetişdirilməsindən ibarətdir. Bu məqsədə nail olmaq üçün tədqiqat qarşısına aşağıdakı vəzifələr qoyulmuşdu:

1. Tədqiqat probleminin mövcud ədəbiyyatlarda müəyyən edilməsi;
2. Ümumtəhsil məktəblərinin fiziki tərbiyə dərslərində məktəblilərin şəxsiyyət kimi formalaşmasında psixoloji təsirin müəyyən edilməsi;
3. Məktəblilərə psixoloji təsir haqqında mütəxəssislərin rəyinin müəyyənləşdirilməsi;
4. Məktəblilərin gələcək həyatlarında rastlaşa biləcək çətinliklərə qismən psixoloji dəstəyin verilməsi yollarını müəyyən etmək;
5. Tədqiqat prosesində yarana biləcək problemlərin təhlil edilməsi və onları aradan qaldırma üsullarının araşdırılması.

Tədqiqatın vəzifələri ümumi qəbul olunmuş ümum pedaqoji tədqiqat **metodları** vasitəsi ilə həll edilib (4,6).

Tədqiqat N saylı məktəbin fiziki tərbiyə dərslərində VII sinifi şagirdləri ilə aparılmışdı. Tədqiqatda 30 nəfər şagird iştrak edirdi. Şagirdlərlə müxtəlif psixoloji təsir etmə sınaqları aparlırdı. Sınaqları məktəbin fiziki tərbiyə müəllimi aparırddı.

Sınaq 1. Gimnastik tir üzəridə yeriş

Şagirdlər ardıcıl olaraq bir-birinin arxasınca 1,5 metr məsafədə 5 metr tir üzərində atdımlayırlar. 2 dəfə bu hərəkət davam etdirilir. Hər 2 dəfədə tarazlığını itirib yerə yıxılan şagirdlər və hər iki dəfə tapşırığı axıra qədər icra olunanlar qeyd edilir. Sonra 30 şagird onluqlara bölünür. 1-ci, 2-ci və 3-çü onluqların aparıcısı hər iki dəfə tarazlığını itirib yerə yıxılan şagirdlər birinçi tir üzərinə qalxır və onun ardınca 1,5 metr məsafə olmaqla qalan şagirdlər tir üzərində hərəkət edirlər. Aparıcı şagird bir neçə atdım etdikdən sonra, müvazinətini itirib yerə yıxılır. Onun ardınca gələn 9 şagirddən 7-8 nəfərdə tarazlıqlarını itirib yıxılırlar. Digər onluqlarda da bu nəticə təkrar olunur.

1-ci, 2-ci və 3-çü onluqların aparıcısı hər iki dəfə tarazlığını qoruyub yerə yıxılmayan şagirdlər birinçi tir üzərinə qalxır və onun ardınca 1,5 metr məsafə olmaqla qalan şagirdlər tir üzərində hərəkət edirlər. Aparıcı şagird tapşırığı sona qədər icra edilir. Onun ardınca gələn 9 şagirddən 7-8 nəfərdə tarazlıqlarını qoruyub hərəkəti sona qədər icra edir. Digər onluqlarda da bu nəticə təkrar olunur.

Bu vəziyyət onunla izah olunur ki, yoldaşının yaxılğını görən şagird özündən asılı olmayaraq, bu hərəkəti təsəvvürdə canlandırır. Yaranmış sinir oyanıqlığı həmin səhvin təkrarına şərait yaradır. Belə hallarda uşaqların çıxışını elə sıralamaq lazımdır ki, qabaqda daha hazırlıqlı, tapşırığı dəqiq icra etməyi bacaran şagird getsin. Yalnız belə olduqda, birincidən sonra, gələn şagirdlərin də hərəkətlərini, psixoloji baxımdan düzgün səhmanlamaq mümkün olur.

Sınaq 2. İşarələrin tanınması

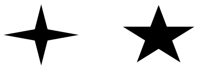
Sinif 5 qrupa bölünüb. Hər qrupda 6 şagird iştrak edirdi. Qrupların hər biri 5 sınaqda iştrak ediblər. Bunlar:

1-ci qrup

2-ci qrup

3-cü qrup A B

4-cü qrup 1 2

5-ci qrup 

Bir şagirdə müəllim əvvəlcədən **dairəni** göstərib sual verəndəki bu nədir, şagir də cavab verənməlidir ki, bu **kvadratdır.** Müəllimdə cavab verir ki, düzdür. Qalan 5 şagird çaşqın vəziyyətdə qalırlar. Onlar 1-ci şagirdin dairəyə kvadrat deməyinə təcüblənirlər. Ancaq müəllimin düzdür deməsi şagirdləri daha da çaşqın vəziyyətdə salır.

Bir şagirdə əvvəvcədən sual verəndəki **bu kvadrat nə rəngdədir**, şagird də cavab verməlidir ki, bu **kvadrat ağ rəngdədir**. Müəllimdə deyir düzdür. Qalan 5 şagird çaşqın vəziyyətdə qalırlar. Onlar 1-ci şagirdin qara kvadrata ağ deməyinə təcüblənirlər. Ancaq müəllimin düzdür deməsi şagatirdləri daha da çaşqın vəziyyətdə salır.

Bir şagirdə əvvəlcədən sual verəndəki **A** bu hansı hərifdir, şagird də cavab verənməlidir ki, bu **B**-dir. Müəllimdə deyir düzdür. Qalan 5 şagird çaşqın vəziyyətdə qalırlar. Onlar 1-ci şagirdin **A** hərifinə **B** deməyinə təcüblənirlər. Ancaq müəllimin düzdür deməsi şagatirdləri daha da çaşqın vəziyyətdə salır.

Bir şagirdə əvvəlcədən **1 rəqimini** göstərib sual verəndəki bu hansı rəqəmdir, şagirdə cavab verməlidir ki, bu **2 rəqəmidir** . Müəllimdə deyir düzdür. Qalan 5 şagird çaşqın vəziyyətdə qalırlar. Onlar 1-ci şagirdin **2 rəqəmi** deməyənə təcüblənirlər. Ancaq müəllimin düzdür deməsi şagirdləri daha da çaşqın vəziyyətdə salır.

Bir şagirdə əvvəlcədən sual verəndəki bu neçə bucaqlı fiqurdur, şagird də cavab verməli dir ki, bu **5 bucaqlı fiqurdur**. Müəllimdə deyir düzdür. Qalan 5 şagird çaşqın vəziyyətdə qalırlar. Onlar 1-ci şagirdin **5 bucaqlı fiqura 4 bucaqlı** deməyinə təcüblənirlər. Ancaq müəllimin düzdür deməsi şagatirdləri daha da çaşqın vəziyyətdə salır.

2-ci eksperimentin nəticələri göstərdi ki, 1-ci sınaqda 2 şagird, 2-ci sınaqda 2 şagird, 3-cü sınaqda 2 şagird, 4-cü sınaqda 2 şagird, 5-ci sınaqda 1 şagird düz cavaba səhv cavab verirlər.

Aparılan sınaqların nəticələri

Qruplar	**I sınaq**		**II sınnaq**		**III sınaq**		**IV sınaq**		**V sınaq**	
	⬬	■	■	□	**A**	**B**	**1**	**2**	✧	★
1-ci	6	-	5	1	6	-	6	-	6	-
2-ci	5	1	5	1	5	1	6	-	6	-
3-cü	6	-	6	-	5	1	6	-	5	1
4-cü	5	1	6	-	6	-	5	1	6	-
5-ci	6	-	5	1	6	-	5	1	6	-
∑	**28**	**2**	**27**	**3**	**28**	**2**	**28**	**2**	**29**	**1**

Tədqiqat zamanı biz bilmək istədik ki, təsir altına düşən hansı şagirdlərdir. Bunun üçün eksperiment apardığımız şagirdlərin birinci yarım ildə KSQ nəticələri ilə tanış olduq.

Məlum oldu ki, birinci təsir altına düşən şagirdlər dərslərində digər şagirdlərdən geri qalan şagirdlərdir. Misal üçün, KSQ zəif şagirdləri siyahıdan götürsək sinifin orta qiyməti 4.5 olacaq. Digər 3 şagirdin KSQ-də birinci şagirdin orta qiyməti I KSQ-də 2.5, II KSQ-də 2.75, III ksq-də 2.25 olmuşdur [1, 2, 3].

İkinci şagirdin orta qiyməti I KSQ-də 2.5, II KSQ-də 3.0, III ksq-də 2.5 olmuşdur.

Üçüncü şagirdin orta qiyməti I KSQ-də 2.5, II KSQ-də 2.5, III ksq-də 2.5 olmuşdur.

Summativ qiymətləndirilməsinin göstəriciləri

Şagirdlər	**I KSQ**	**II KSQ**	**III KSQ**	**BSQ**
I şagird	2.5	2.75	2.25	**2.5**
II şagird	2.5	3.0	2.5	**2.6**
III şagird	2.5	2.5	2.5	**2.5**

Bu şagirdlərin yarım illik BSQ-də orta qiymətləri birinci şagirdə 2.5, ikinci şagirddə 2.6 və üçünci şagirdə 2.5 olmuşdur. Belə nəticəyə gəlmək olur ki, təsir altına daha tez bilik və bacarığı nisbətən zəif olan, dünya görrüşü az olan və s. bu istiqamətdə həyat tərzi sürən insanlar düşə bilərlər. Deməli fiziki tərbiyə dərslərində şagirdlərin bir şəxsiyyət kimi formalaşmasında nəyinki fiziki tərbiyə dərslərində, elcədə büttün digər dərslərdə öz bilik və bacarıqlarını artırmalı, dünya görüşlərini genişləndirməli, məntiqlərini inkişaf etdirməlidirlər [5].

Beləliklə, qarşıya qoyulan məqsədə nail olundu və vəzifələr həll edildi.

Aparılan tədqiqatdan sonra aşağıdakı nəticələrə gəlmək olar:

1. Tədqiqat zamanı zamanı müəyyən olundu ki, psixoloji təsir altına düşmə və psixoloji təsirdən qorunma haqqında mövcud ədəbiyyatlarda kifayət qədər məlumat var.
2. Pedqoji müşahidə zamanı müəyyən olundu ki, ümumtəhsil məktəblərinin fiziki tərbiyə dərslərində məktəblilərin şəxsiyyət kimi formalaşmasında müəllimin, kollektivin və ailənin böyük təsiri var.
3. Mütəxəssislərlə aparılan sorğu nəticəsində müəyyən olundu ki, təhsil zamanı daha zəif oxuyan şagirdlər psixoloji təsir altına tez düşürlər.
4. Tədqiqat zamanı müəyyən olundu ki, məktəblilərin gələcək həyatlarında rastlaşa biləcək çətinliklərə qismən psixoloji dəstəyin verilməsi onların əldə etdikləri bilik, bacarıq ,vərdişlərdən, dünya görüşlərində, vəziyyətə məntiqi yanaşmada asılı olur.
5. Tədqiqat zamanı alınan nəticələrdən istifadə edərək fiziki tərbbiyə müəllimi hazırlığında mühazirə, seminar və təcrübi məşğələlərdə istifadə etmək.

Təcrübədən əldə olunan göstəricilərinin ümumtəhsil məktəblərinin fiziki tərbiyə dərslə-

rində məktəblilərin şəxsiyyət kimi formalaşmasında tədbiq etmək.

ƏDƏBİYYAT

1. **Ağayev Ə.Ə.** *Azərbaycan ictimai-pedaqoji fikrində şəxsiyyətin formalaşması problemi.* Bakı: Avropa, 2005, 288 s.
2. **Qasımzadə F.** *Şəxsiyyət: formalaşması və inkişafı.* Azərbaycan məktəbi, 1989, № 10, s. 56-63.
3. **Əliyev K.O.** *Gənclərin mənəvi tərbiyəsində və idmanda psixoloji hazırlığın rolu,* ADBTİA Elmi praktik konfransın materialları, 2009, s. 121-127.
4. **Məcidov N.B.** *Fiziki tərbiyə sahəsində elmi tədqiqat işləri*, B., 2016., səh. 43.
5. **Вяткин Б.А.** *Управление психическим стресом в спортивных соревнованиях,* М., ФиС, 2011, стр. 205.
6. **Кузин Ф.А.** *Магистерская диссертация, практическое пособие для студентов магистрантов*, изд. Ось-89, М, 1999, 301с.

ИСЛЕДОВАНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ВЛИЯНИЯ НА ФОРМИРОВАНИЕ ШКОЛЬНИКОВ КАК ЛИЧНОСТИ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Э.И. Гасанов[1a], М.А. Гулиева[1b]

[1] *Азербайджанская Государственная Академия Физической Культуры и Спорта*
[a] elchin.gasanov_2000@sport.edu.az, orcid.org/0009-0009-0220-2099
[b] maryam.guliyeva2022@sport.edu.az, orcid.org/0009-0000-7374-4391

Аннотация. Одним из основных вопросов в исследовательской работе является устранение такой проблемы, как непринятие чувства неуверенности в себе духовно богатых школьников, формирующихся как личности.

Можно предположить, что путем проведения наблюдений и экспериментов над учащимися на уроках физической культуры, определенных идей, бесед, которые будут иметь психологический эффект, показа примеров и увеличения теоретических знаний, они помогут сформировать более свободную личность.

Ключевое слова: *школьник, урок физкультуры, психологическое воздействие, защита от психологического воздействия, средства психологического воздействия.*

STUDY OF THE PSYCHOLOGICAL INFLUENCE ON THE FORMATION OF SCHOOLCHILDREN AS INDIVIDUALS IN PHYSICAL EDUCATION LESSONS

E.I. Hasanov[1a], M.A. Guliyeva[1b]

[1] *Azerbaijan State Academy of Physical Education and Sport*
[a] elchin.gasanov_2000@sport.edu.az, orcid.org/0009-0009-0220-2099
[b] maryam.guliyeva2022@sport.edu.az, orcid.org/0009-0000-7374-4391

Annotation. One of the main issues in the research work is to eliminate such a problem as non-acceptance of the feeling of self-doubt in the development of spiritually rich scho-olchildren who are developing as individuals.

It can be assumed that by conducting observations and experiments on students in physical education lessons, certain ideas, conversations that will have a psychological effect, showing examples and increasing theoretical knowledge, they will help to form a freer personality.

Keywords: *student, physical education lesson, psychological influence, protection from psychological influence, means of psychological influence.*