Study of reactive potential of motor structure and muscle – ligatory apparatus

Firat Huseynov, Arif Ibrahimly
Azerbaijan State Academy of Physical Education and Sport
Eldar Mamedov, Mikail Hwseynzade
Republican Sports, Medical and Rehabilitation Center

Annotation: Physiological biomechanical mechanisms of providing energy of moving action are considered. An attempt was made to clarify the manifestation and use of the reactivity of the muscular ligamentous apparatus. For the first time in sports practice a comparative analysis is carried out based on the indicators of athletes specializing in various sports.

Key words: Muscle contraction, muscular-ligamentous apparatus, reactivity, motor structure, inhibition phase, energy storage.

TƏLƏBƏ GƏNCLƏRDƏ FORMALAŞDIRILAN ƏXLAQİ – MƏNƏVİ DƏYƏRLƏRİN PSİXOLOJİ MAHİYYƏTİ

Əlixanova Gülnarə Həmzəbəyovna
psixologiya üzrə fəlsəfə doktoru
Sosial elmlər kafedrasının baş müəllimi
gulnare.alixanova@mail.ru
Azərbaycan Dövlət Bədən Tərbiyəsi və İdman Akademiyası

Nəşr tarixi

Qəbul edilib: 1 noyabr2019
Dərc olunub: 5 dekabr 2019
© 2019 ADBTİA. Bütün hüquqlar qorunur.

Annotasiya: Məqalədə xalqımızın tarixən formalaşmış əxlaqi-mənəvi meyarlarını, genetik yaddaşını, tarixi kimliyini, milli irs və özünəməxsusluğunu, adət-ənənələrini gələcək nəsillərə aşılamaq, əxz etdirmək kimi tarixi missiyanın həyata keçirilməsinin xüsusilə, təhsil nümayəndələrindən, orta və ali təhsil müəssisələrində çalışan pedaqoqlardan daha böyük məsuliyyət tələb etdiyi barədə danışılır.

Açar sözlər: əxlaqi dəyərlər, milli mədəniyyət, meyarlar, keyfiyyətlər, müşahidə, qayğılı münasibət, istiqamət.

Müasir təhsil sistemi qarşısında duran ən mühüm vəzifələrdən biri hərtərəfli inkişaf edən, milli-mənəvi dəyərlərə sadiq, yüksək əxlaqlı vətəndaşların yetişdirilməsidir. Son illər ölkəmizdə təhsilin məzmununun müasirləşdirilməsi istiqamətində ardıcıl layihələr və tədbirlər həyata keçirilir ki, bu da qarşıda duran hədəflərə çatmaq üçün həyati əhəmiyyət kəsb edir. Bu gün əxlaqi - mənəvi dəyərlərimizə varislik və müasirlik prizmasından yanaşılması dövlətçilik və mənəvi irs baxımından əhəmiyyətlidir. Çünki hər bir xalq, millət ona məxsus əxlaqi normaları və baxışları ilə bağlı olan milli- mənəvi dəyərlərin yaradıcısı olmaqla yanaşı, həm də qoruyucusu və daşıyıcısıdır.

Təhsil prosesində fundamental elmi biliklərin tədrisi ilə yanaşı, fəlsəfə, politologiya, pedaqogika, tarix, ədəbiyyat, psixologiya, etika, estetika, dünya mədəniyyəti və s. humanitar fənlərin, xüsusi maarifləndirici seminarların, "dəyirmi masa"ların, müxtəlif mövzulu tədbirlərin keçirilməsi tələbə gənclərin mənəvi tərbiyəsinə, ümumi mədəniyyətinə, şəxsiyyətinin formalaşmasına müəyyən mənada əsaslı surətdə təsir göstərir. Bu baxımdan, mənəviyyatın bütöv anlamını əks etdirən, ayrı-ayrı əxlaqi - mənəvi kateqoriyaların mahiyyətini konkret faktlar əsasında açıqlayan, milli-əxlaqi dəyərlərin formalaşmasını nəzərə alan sistemli proqramların, metodik vəsaitlərin, dərsliklərin hazırlanması və tədris prosesinə tətbiqi zərurətə çevrilməkdədir (1, 89- 93).

Pedaqoji – psixoloji ədəbiyyata nəzər salsaq görərik ki, bu problem çox qədim zamanlardan məşhurların diqqət mərkəzində olmuşdur. Belə ki, orta əsrlər türk əxlaqi – mənəviyyat fikrinin əks olunduğu mənbələrdən biri Nəsirəddin Tusinin (1201-1274) "Əxlaqi-nasiri" əsəridir. Əsər adından göründüyü kimi hər

şeydən öncə əxlaq kitabıdır. Kitabda "mənəvi təmizliyə, əxlaq saflığına, vicdan billurluğuna son dərəcə böyük əhəmiyyət verən N.Tusi, hər şeydən əvvəl uşaqların və gənclərin mənəvi-əxlaqi tərbiyəsi ilə məşğul olmağı, onları düzlüyə, doğruluğa, bir sözlə, vicdanlı olmağa öyrətməyi, sonra isə başqa tərbiyə işləri ilə məşğul olmağı məsləhət verirdi". Heç şübhəsiz ki, Nəsirəddin Tusi Şərqin müdrik bir şəxsiyyəti idi və onun yazdığı yuzə qədər əsər də xalq yaradıcılığının müdriklik çeşməsindən qaynaqlanır. Əslində o, özünəqədərki əxlaqi dəyərləri və dövlətçilik düşüncələrini bir məcmu halına gətirib, sistemləşdirib və mükəmməl bir əsərə çevirmişdir (3, 90- 95).

Tusi yaradıcılığında başlıca amil sayılan əxlaq tərbiyəsi nəzəriyyəsini mütəfəkkir alim 3 mənbədən-özünün ailə tərbiyəsindən, Azərbaycan xalqının tərbiyə ənənələrindən və özünə - qədərki nəzəriyyəçilərin tərbiyə haqqındakı fikirlərindən seçdiyi səmərəli toxumların əlaqələndirilməsi, tənqidi təhlil yolu ilə ümumiləşdirilməsi və dərin elmi süzgəcdən keçirilməsi əsasında yaratmışdır. Keçmişin, öz dövrünün təlim-tərbiyə məsələləri üzrə təcrübəsini düzgün dərk etdiyindən, Nəsirəddin Tusi gələcək nəsillərin tərbiyəsinə ağıllı istiqamət vermək imkanına malik olmuşdur. Nəsirəddin Tusi də bu yolla gedərək milli-mənəvi dəyərlərinizə və qüdrətli söz sahiblərinin fikirlərinə əsaslanaraq həm xalqımız üçün, həm də bütün dünya xalqları üçün səciyyəvi olan əxlaq tərbiyəsi sistemi yaratmışdır. N.Tusi, hər şeydən əvvəl, "əxlaq normaları" müəyyən etməyə cəhd göstərmişdir. Hansı ki, bu əxlaqi normalar uşaqların davranışının, ünsiyyətinin, insanlara, təbiətə, cəmiyyətə olan bütün münasibətlərinin tənzimlənməsinə xidmət edir.

Filosof Aristotel özünün "Əxlaq" və "Məqulat" əsərlərində qeyd edir ki, pis adamlar təlim və tərbiyə əsasında yaxşılaşa, dəyişə bilərlər, lakin bunun qəti və həmişə belə olacağını demək bir qədər çətindir. Hər halda nəsihət, məsləhət, təlim, tərbiyə ardıcıl olsa və ədalətli tənbehlə əlaqələndirilsə, nəticəsiz qalmaz. Əxlaq tərbiyəsi tərbiyəçinin rəhbərliyi ilə böyüyən nəsildə, ümumiyyətlə insanlarda cəmiyyətin müəyyən etdiyi əxlaq normaları və davranış qaydaları formalaşdırmaqla cəmiyyət üçün yaralı, öz hərəkət və münasibətlərini şüurlu sürətdə idarə edən şəxsiyyətləri formalaşdırma prosesidir. O, cəmiyyətin əxlaqi - ictimai tələblərinə cavab verən insanlar, vətəndaşlar yetişdirmək məqsədi daşıyır. Əxlaq tərbiyəsi düzgün əxlaqi anlayışlar yaratmaq, bu anlayışlara müvafiq adətlər, rəftarlar formalaşdırmaq kimi vəzifələri də yerinə yetirir (5).

Bundan başqa görkəmli tədqiqatçılar E.Erikson., Petrovski A.V., Stolyarenko L.D., Vıqotskiy L.S., Andreyeva Q.M., Seyidov Ə.Y., M.M.Mehdizadə,, F.Ə.İbrahimbəyov., Təhmasib C.A., Seyidov S.İ., Bayramov Ə.S., Ə.Ə.Əlizadə., M.Ə.Həmzəyev, B.H.Əliyev, R.İ.Əliyev və başqaları bu yönümdə önəmli işlər görmüşlər.

Ali təhsil sistemində qarşıda düran vəzifələrdən olan tələbə gənclərdə əxlaqi-mənəvi dəyərlərin formalaşması ilə yanaşı eyni zamanda aktual olan müəllim – tələbə münasibətlərinin düzgün istiqamətləndirilməsi və tələbə gənclərin lazımi bilik əldə etməsi sisteminin qurulması baxımından zəruridir. Hesab edirəm ki, tələbələrlə ali məktəblərdə keçirilən dərslərdə müəllim seçimi, mənəvi atmosfer də diqqət edilәsi pedaqoji-psixoloji nöqtə hesab olunmalıdır. Bu günkü gənclik millətin gələcəyi, dövlətin müqəddəratıdır. Gənc nəsildə əxlaqi - mənəvi keyfiyyətlərin formalaşma prosesi isə bizim istədiyimiz kimi deyil, istiqamətləndirdiyimiz kimi formalaşır (2, 57).

Ali təhsil ocaqlarında tələbə gənclərdə əxlaqi – mənəvi keyfiyyətlərin formalaşması yönümündə aparılan işlər – milli-mənəvi əxlaqi dəyərlərə, eləcə də dünya mədəniyyətinin ənənələrinə, müasir həyatın dəyər və tələbatlar sisteminə uyğun istiqamətləndirilməlidir. Bu məqsədlə tələbə gənclərdə əxlaqi keyfiyyətlərin formalaşmasına yönəlmiş ictimai fəallıq, ünsiyyət və liderlik cəhətlərinin inkişaf etdirilməsi, tələbə gənclərin həyat fəaliyyətinin dinamizmi və onun yaradıcı xarakterinin təşəkkülünü təmin edilməlidir. Burada gənclərin Azərbaycan xalqının milli

adət-ənənələrinin təbliği, milli bayram mərasimlərinin qorunub saxlanılması, milli musiqiyə, folklora meyilli zövqlərin formalaşması məqsədilə tədbirlərin keçirilməsi, gənc istedadların müsabiqələrə, müsamirələrə cəlb edilməsi mühüm rol oynayır.

Bu gün mənəvi dəyərlərə varislik və müasirlik prizmasından yanaşılması dövlətçilik və mənəvi irs baxımından əhəmiyyətlidir. Çünki hər bir xalq, millət ona məxsus əxlaqi normaları və baxışları ilə bağlı olan milli- mənəvi dəyərlərin yaradıcısı olmaqla yanaşı, həm də qoruyucusu və daşıyıcısıdır. Milli-mənəvi dəyərlərin qorunub saxlanılmasını dövlətin əsas vəzifələrindən biri kimi qiymətləndirən ümummilli lider Heydər Əliyevin təbirincə desək “xalqımız yüz illərlə, min illərlə adət-ənənələrimizi, milli-mənəvi dəyərlərimizi yaradıbdır və bunlar indi bizim xalqımızın mənəviyyatını təşkil edən amillərdir”. Ulu öndər Heydər Əliyevin dövlətçilik konsepsiyasının davamı kimi, bu gün gənclərin milli-mənəvi ruhda psixoloji tərbiyəsi dövlət siyasətinin prioritet istiqamətlərindəndir. Prezident İlham Əliyevin sərəncam və çıxışlarından irəli gələn vəzifələr dövlətçilik tərbiyəsinin zənginləşdirilməsinə yönəlmişdir. Prezidentin sərəncamı ilə təsdiq olunmuş “Azərbaycan Respublikasında təhsilin inkişafı üzrə Dövlət Strategiyası”nda da milli-mənəvi dəyərlərə yiyələnməklə gənc nəslin mənəvi-əxlaqi tərbiyəsi əsas vəzifələrdən biri kimi qeyd olunur.

“Gələcək gəncliyindir” deyimi əbəs yerə deyilməyib. Hazırda bir çox ali təhsil müəssisələrində tələbələrin ölkədə keçirilən ictimai-siyasi və mədəni-kütləvi tədbirlərdə fəal iştirakının təmin edilməsi təlim-tərbiyə işinin əsas istiqamətlərindən biridir. Təbii ki, universitetlərdə tələbələrin təlim və tərbiyəsi istiqamətində görülən işlərin əsas məqsədi dərin biliyə, geniş dünyagörüşə və yüksək mədəniyyətə malik, milli müstəqillik prinsiplərinə sədaqətli, vətənini, millətini və dövlətini sevən əsl vətənpərvərlər yetişdirməkdir (4,76) .

Dövlət tərəfindən göstərilən bu yüksək münasibətə cavab olaraq Azərbaycanın parlaq gələcəyi olan gənclər müstəqil və azad Azərbaycan naminə bütün güclərini səfərbər etməkdə son dərəcədə maraqlıdırlar. Ana yurdun inkişafı üçün var gücləri ilə çalışan gənclər, öz siyasətində onlara arxalanan Prezident İlham Əliyevin apardığı uğurlu siyasətini yekdilliklə dəstəkləyirlər.

Bir xalqın, bir millətin gələcəyini bilmək və görmək üçün onun gənclərinə baxmaq kifayətdir. Xalqımız öz gələcəyinin parlaq olmasını istəyirsə, sahib olduğu gənc nəsildə düzgün əxlaqi- mənəvi dəyərlərin formalaşması üçün əlindən gələni etməlidir. Xüsusilə də dəyərlər mühitində yetişən, milli-mənəvi, etik-əxlaqi dəyərlərə sahib olan gənclər bir xalqın parlaq gələcəyinin təminatçısıdırlar. Dəyərlərlə böyüyən, dəyərlərlə nəfəs alan, dəyərləri özünə rəhbər tutan, dəyərləri yaşayan və yaşatmaq arzusunda olan gənc yaradıcı nəslin yetişməsi, bütün cəmiyyətin üzərinə düşən prioritet məsələdir.

Bir xalqın inkişafı etməsi üçün sağlam gəncliyin olması mühüm şərtdir. Çünki hər bir ölkədə dövlətçiliyin, müstəqilliyin daha da möhkəmləndirilməsi, gələcəyin etibarlı təminatı intellektual potensialı yüksək olan kadrların yetişdirilməsindən, onların aparıcı qüvvəyə çevrilməsindən çox asılıdır. Bu baxımdan ölkəmizdə gənclərlə iş sahəsində görülən tədbirlər Azərbaycan gəncliyinin inkişafına təkan verir, onların cəmiyyətdə özlərini təsdiq etməsində böyük rol oynayır (6, 84).

Gənc nəslin tərbiyəsi yaşadığı mühitlə, ünsiyyətdə olduğu insanlarla, təlim-tərbiyə aldığı pedaqoji kollektiv, ən vacibi isə böyüyüb başa çatdığı ailəsi ilə sıx bağlıdır. Əlbəttə ki, cəmiyyətdə bu işi öz üzərinə alan ən mühüm qurum ailədir. Çünki cəmiyyətin ən başlıca hissəsi olan ailədə hansı dəyərlər aşılanarsa gənclər də bu dəyərlər toplusu içində öz şəxsiyyətlərini formalaşdırar, fikir və düşüncələrini ortaya qoyar, ailədə görüb özlərinə nümunə götürdükləri dəyərlər sistemi içərisində ətrafında olanlara qarşı münasibət bildirərlər. Ailələrdən ibarət olan cəmiyyətin özü və cəmiyyətdə gedən prosseslər də gənclərin həyatına böyük təsir göstərir (1, 58- 64).

Tələbə gənclərdə əxlaqi- mənəvi dəyərlərin formalaşması xüsusiyyətlərinin əsas təzahürlərini müəyyənləşdirmək

müasir psixologiyanın elmi – nəzəri tələbləri səviyyəsində həmin problemlərin təhlilini verməkdən ibarətdir. Fikrimizcə, tələbə gənclərdə əxlaqi dəyərlərin formalaşması xüsusiyyətləri probleminin psixoloji təhlili, onların davranış və ünsiyyətinin dərk edilməsinə, onlarda təlimə müsbət münasibəti möhkəmləndirməklə yanaşı, mənfi xüsusiyyətlərinin idarə olunmasına da köməklik göstərəcəkdir.

Əxlaq bu günkü vəziyyətinə birdən-birə, «hazır şəkildə» gəlib çıxmamışdır. Primitiv norma və təsəvvürlərdən yetişməyə başlayan əxlaq, bəşəriyyətin bütün tarixi boyu mövcud olmuş və olduqca mürəkkəb, uzun və hətta çətin bir yol keçmişdir. Tarixi inkişafın hər bir pilləsində maddi və mənəvi istehsal prosesi zamanı insanlar müəyyən davranış normaları, prinsipləri, qaydaları, adət və ənənələr, dəblər yaratmışlar. Cəmiyyətin təşəkkül tapdığı ilk günlərdən insanlar bir-birilə münasibətlərini tənzim etmək üçün yaratdığı bu birgə yaşayış qaydalarına riayət edir, öz hərəkətlərində nəyin pis, nəyin yaxşı olduğunu, hansı hərəkətin bəyənilib-bəyənilmədiyini xeyir və şər kateqoriyaları vasitəsilə qiymətləndirmişlər (7).

Əxlaqi cəmiyyət tərəfindən dəyərləndirilən, qəbul edilən qaydaları özündə əks etdirən etik davranış normalarının məcmusudur. Əxlaqi – mənəvi keyfiyyətlərə adətən xeyirxahlıq, məsuliyyətlilik, mərhəmətllik, mədənilik, əməksevərlik, sülhsevərlik, mehribanlıq, empatiklik,nəzakətlilik, kübarlıq (əsilzadəlik), düzlük, sözübütövlük, səmimilik, humanistlik və sairə aid edilir. Əxlaqi keyfiyyətlərin formalaşması şəxsiyyətin formalaşma səviyyəsi ilə analoji əlaqədədir. Yəni, şəxsiyyətin struktur komponenetlərinin hər birinin yüksək səviyyədə formalaşması əxlaqi dəyərlərə olan münasibətlə, onları anlama ilə, dərk etmə və bu dəyərlərə riayət etmə ilə düz mütənasiblik təşkil edir. Qeyd etdiklərimiz aşağıda təqdim olunan şəkildə öz təzahürünü tapır:

Əxlaq eyni zamanda ictimai şüurun qədim formalarından biri olub insanlar arasındakı münasibətləri əks etdirir. Əxlaq insanların bir-birinə, dövlətə və cəmiyyətə olan münasibətlərini nizama salır, ictimai həyatın bütün sahələrində insanların hərəkətlərini tənzimləyir. Məsələn, əməkdə, məişətdə, siyasətdə, elmdə, ailədə, ictimai yerlərdə və s. Bunların hər birində o, müxtəlif rol oynayır. Bununla əlaqədar «peşə etikası», «ailə və nikah etikası» və s. terminlər yaranıb. Bütün bu sahələrdə əxlaqla yanaşı insanların hərəkətlərinin digər tənzimləyiciləri də var. Məsələn, dövlətin hüquq normaları və dekretləri, istehsalatdakı qanun-qaydalar, təşkilatın nizamnamələri və təlimatları, vəzifəli şəxslərin göstərişləri, dini-ritual xarakterli qaydalar, takt, etiket, ədəb, davranış qaydaları, idman və digər oyunların şərtləri, nəqliyyatın idarə olunma qaydaları, sanitar-gigiyena normaları və s. Bütün bunlar bəzən əxlaqi - mənəvi normalarının spesifikasını aydınlaşdırmağa bir qədər mane olur. Əxlaqa «bu belədir» anlayışı ilə yanaşı, «belə olmalıdır» anlayışı daha çox uyğun gəlir. Bəzi təsir formaları, məsələn, milli ənənələr, məişətdəki estetik normalar, əmək vərdişlərinin tərbiyə edilməsi və s. əxlaqla yanaşı digər sahələrə də aiddir. Ayrı-ayrı insanların tərbiyəsinə təsir edən ictimai formalar - adət və ənənələr, ictimai rəy, tərbiyə və s. əxlaqla bağlı olsa da bütünlükdə ona məxsus ola bilməz (8).

Tələbə gənclərlə aparılan müşahidələr və tədqiqatlar göstərmişdir ki, tələbə gənclərdə əxlaqı nöqsana səbəb çox vaxt onun mahiyyəti haqqında düzgün məlumatın olmamasıdır. Ona görə də əxlaqi dəyərlərin formalaşdırılması tələbə gənclərdə əxlaqi biliklər, məlumatlar və bu biliklərə istinad edən əxlaqi psixoloji şüur formalaşdırmasından başlandıqda daha səmərəli nəticə verir. Şüurlu sürətdə dərk edilmiş əxlaqi norma və qaydaları insanları hər zaman və hər yerdə şüurlu sürətdə hərəkət etməyə məcbur edir. Şüurlu qavranılmış əxlaq insan davranışının tənzimləyicisinə çevrilir. Formalaşmış düzgün əxlaqi istiqamətlər insana həm özünü həm də başqalarının hərəkətlərini, davranışını təhlil edərək obyektiv qiymət vermə imkanı yaradır. Düzgün əxlaqi münasibətlər insanlara müxtəlif psixoloji situasiya və vəziyyətlərdə vicdanla, etik normalara uyğun şüurlu seçim imkanı verir. Əxlaqi ideal əxlaqın şüurluluğunun xüsusi forması vacib tərkib hissəsi kimi təzahür edir. İdeal hər kəsin arzu etdiyi əxlaqi keyfiyyətlərə malik insan obrazlarıdır. Daha doğrusu şəxsin özünün olmaq istədiyi insan nümunəsidir. Yəni, hər bir gənc idealında gördüyü müsbət əxlaqi keyfiyyətləri özündə də yaratmağa, formalaşdırmağa çalışır. Əxlaqi anlayışlar aşılanması formalaşmanın ilk mərhələsindən başlanır, müxtəlif fəaliyyət sahələrində davam etdirilir.

Müşahidələr göstərir ki, təlim və tərbiyə müəssisələrində sistemli olaraq çəmiyyətdə mövcud ümumi əxlaq normaları və onlara riayət etmənin zərurliyi aşılanır, izah edilir. Müxtəlif fəaliyyət sahələrində isə həmin fəaliyyət üçün zəruri olan əxlaqi keyfiyyətlər, hərəkətlər haqqında anlayışlar yaradılır. Məsələn, istehsal əxlaqı, pedaqoqa verilən əxlaqi tələblər, gənc tələbələrə verilən əxlaqi tələblər, diplomatiya əxlaqı, biznes əxlaqı, mədəni fəaliyyət əxlaqı və s. İstehsal əxlaqı, ümumiyyətlə fəaliyyətin tələb etdiyi əxlaqi adətlər isə insanların müstəqil şüurlu fəaliyyəti zamanı özünətərbiyənin köməyi ilə həyata keçirilir (9, 47-50). Bu prosesdə psixoloji tərbiyənin stimul və motivi də həll edici rol oynayır:

Birinci halda tələbə gənclərdə əxlaqi – mənəvi dəyərlərin formalaşdırılması təlim–tərbiyə müəssisələrinin vəzifəsi olduğu halda, ikinci vəziyyətdə bu tələbə gəncin şəxsən özünün məcburi həyati vəzifəsinə, borcuna çevrilir. Birinci halda əxlaqi dəyərləri formalaşan gənc tələbənin hərəkət və davranışına təlim müəssisəsi və pedaqoq cavabdeh olduğu halda, ikinci vəziyyətdə hər kəs özüdür. Birinci halda əxlaqi nöqsanda, müəyyən mənada, pedaqoq da məsuliyyət daşıyırsa, ikinci vəziyyətdə şəxsiyyət özü öz qeyri-əxlaqi hərəkəti üçün məsuliyyət daşıyır.

İstifadə edilən metodlar: müşahidə, müsahibə, söhbət və anket – sorğu.

Nəticələrin təhlili. Apardığımız tədqiqat əsasında tələbə gənclərdə əxlaqi-mənəvi dəyərlərin formalaşması probleminin həllinə yönəlməsi vacib olan aşağıdakı nəticələrə gəldik: - tələbə gənclərdə milli özünəməxsusluğu, milli ənənələrimizi, əxlaqi-mənəvi dəyərlərimizi qloballaşmanın ziddiyyətli təbiətindən qorunması üçün təhsil sistemində xüsusi təlim mexanizmi hazırlanmalıdır; - gənclərdə əxlaqi-mənəvi dəyərlərin formalaşması problemlərinin məzmunu, forması, metodları və yollarının yenilənməsi sosial-tarixi səbəb, zamanın problemindən doğan zərurət olduğu anlaşılmalıdır; - ailədə və cəmiyyətdə, təlim, tərbiyə və təhsil ocaqlarında, iş yerində, ətrafımızda tələbə gənclərdə əxlaqi dəyərlərin düzgün inkişaf etməsinə yönəldilimiş tədbirlərin təşkil olunub keçirilməsinə nail olunmalıdır; - tələbə gənclərdə əxlaqi-mənəvi dəyərlərin formalaşdırılması prosesində hər bir yaşlı vəzifəsindən asılı olmayaraq onlara əməli nümunə olmalıdır; - tələbə gənclərdə əxlaqın formalaşdırılması həm təlim–tərbiyə müəssisələrinin, həm də tələbə gəncin şəxsən özünün məcburi həyati vəzifəsi və borcu olmalıdır; - əxlaqi- mənəvi dəyərləri formalaşan gənc tələbənin hərəkət və davranışına cavabdeh həm təlim müəssisəsinin kollektivi, həm də hər kəsin özü olmalıdır; - əxlaqi nöqsan baş verdikdə, müəyyən mənada, həm pedaqoq, ailə, həm də şəxsiyyətin özü öz qeyri-əxlaqi hərəkəti üçün məsuliyyət daşımalıdır; - əxlaqı formalaşdırma təmrinlərin məzmununa vətənpərvərlik, dostluq və yoldaşlıq, qarşılıqlı yardım, beynəlmiləlçilik, fəaliyyətə şüurlu münasibət, intizam, məsuliyyət, düzlük, sadəlik, tövazökarlıq, insanlara humanist münasibət, onu əhatə edən mühitə – təbiətə qayğılı münasibət və s. daxil olunmalıdır; - tələbə gənclərdə əxlaq-mənəvi dəyərlərin formalaşması prosesinin məzmununa ümumbəşəri dəyərlərlə yanaşı cəmiyyətdə mövcud olan birgə yaşayış qaydaları, yeni sosial və məişət münasibətləri də daxil edilməlidir.

Yekun nəticələr. Aparılan psixoloji araşdırmalara görə, əxlaq ictimai şüur forması olduğuna görə onun məzmunu da cəmiyyətlə bərabər dəyişir, hər cəmiyyət özünün iqtisadi-ictimai tələblərinə uyğun əxlaq normaları, qaydaları müəyyən edir. Bu norma və qaydaların əksi, ona zidd hərəkətlər isə cəmiyyət üçün qeyri-məqbul, hərəkətlər hesab olunub nə cəmiyyət, nə də ki, digər cəmiyyət üzvləri tərəfindən qəbul edilmir. Bu mənada vətənpərvərlik də öz doğma vətəninə, ölkəsinə, diyarına məhəbbət, onun düşmənlərinə qarşı barışmazlıq ifadə olunan əxlaqı - mənəvi keyfiyyət dəyəri kimi aparıcı əxlaqi keyfiyyət olub digər əxlaqi - mənəvi keyfiyyətlərin əsasını qoyur. Beləliklə. əxlaqilik insanın inkişafına, yüksək səviyyədə sosiallaşmasına şərait yaradır, psixi sağlamlığı qoruyur və fərdiyyət kimi seçilməsini təmin etmiş olur.

Ədəbiyyat:

1. Abbasov A.N. Milli əxlaq və ailə etikası /dərslik/ Bakı.:Mütərcim,2010,312 s.
2. Bayramov Ə.S. Sosial psixologiya/ ali məktəblər üçün dərslik/ Bakı.: Qapp-Poliqraf, 2003.- 356 s.
3. N.Tusi “Əxlaqi-Nasiri”. Bakı.: Elm, 1989, 136 s.
4. Əkbərov N. Ailə və cəmiyyətdə əxlaq və davranış qaydaları: Bakı.: Elm və təhsil, 2016, 353 s.
5. https://aztehsil.com/psixoloq/print:page.
6. Еникеев, М.И. Общая и социальная психология: Учебник / М.: Норма, НИЦ ИНФРА, 2013, 640 с.
7. Кандыба В.М. Психическая саморегуляция. – www.i-u.ru.
8. Петухов В.В. Типология индивидуальности. – www.library.evro-bit.ru.
9. Столяренко, Л.Д. Социальная психология: /М.: Юрайт, 2012, 219 с.

Психологическая сущность формирующихся нравственно - моральных ценностей у студенческой молодежи

Алиханова Гюльнара Гамзабековна
доктор филасофии по психологии
старший преподаватель
Азербайджанского Государственного

Педагогического Университета

Аннотация. В статье рассматриваются историческая миссия нашего народа, генетическая память, историческая идентичность, национальное наследие и идентичность, традиции и реализация исторических миссий, в частности, требование большой ответственности от педагогов, преподавателей которые работают в средних и высших учебных заведениях.

Ключевые слова: нравственные ценности, национальная культура, критерии, качество, наблюдение, внимательное отношение, направление.

The psychological essence of the emerging moral values of students

Alikhanova Gulnara Kamzabekuly
doctor of philosophy in psychology
Senior lecturer

Annotation. The article considers the historical mission of our people, their genetic memory, their historical identity, their national heritage and identity, their traditions and customs, and the need to carry out their historical mission, especially requiring big responsibility from teachers who works in secondary and higher education institutions.

Keywords: moral values, national culture, criteria, quality, observation, attentive attitude, direction.

10-15 YAŞLI MƏKTƏBLİLƏRİN FİZİKİ İNKİŞAFINA VƏ MORFOFUNKSİONAL XÜSUSİYYƏTLƏRİNƏ FİZİKİ TƏRBİYƏ MƏŞĞƏLƏLƏRİNİN TƏSİRİ

b.ü.f.d., dos. S.A. Əliyev, H.E. Məmmədova, L.F. Abuzərova, K.K. Heydərli
saadataliyev@gmail.com
Azərbaycan Dövlət Bədən Tərbiyəsi və İdman Akademiyası

Nəşr tarixi
Qəbul edilib: 1 noyabr 2019
Dərc olunub: 5 dekabr 2019
© 2019 ADBTİA. Bütünhüquqlar qorunur.

Annotasiya. Məqalədə 10-15 yaşlı məktəblilərin fiziki inkişafına və morfofunksional xüsusiyyətlərinə fiziki tərbiyə məşğələlərinin təsirini əks etdirən nəticələr öz əksini tapmışdır. Müəyyən olunmuşdur ki, fiziki tərbiyə hərəkətləri məktəblilərin fiziki inkişafına və morfofunksional göstəricilərinə təsir edir. Bu zaman bədən kütləsinin göstəricilərinə görə artma 10-11 yaşlarından başlayaraq 13 kq-a çatmışdır və bu mövcud normadan bir qədər artıq olmuşdur. 11-12 yaşlı qızlarda bədənin kütləsi normal ölçülər çərçivəsində olmuş və bu göstəricilər il ərzində sabit qalmışdır. 12-13 yaşlı oğlanlarda və 13-14 yaşlı qızlarda bədən kütləsi göstəricisi ortadan yuxarı ölçüyə malik olmuş və sonrakı yaş dövründə sabitləşərək normal çərçivədə qorunub saxlanılır. Aparılan müşahidələr nəticəsində məlum olmuşdur ki, məktəblilərin fiziki inkişafında müəyyən sürətlənməyə meyillilik daha çox onların boy ölçülərində, bədən kütləsində özünü biruzə vermiş, nəticədə ürək-damar sisteminin üzərinə böyük həcmdə yük düşmüşdür, bu da fiziki inkişafın sürətli getdiyi dövrdə ürəyin daha tez formalaşaraq , damarların inkişafının qabaqlaması ilə bağlıdır. Fiziki tərbiyə məşğələlərinin təsiri nəticəsində uşaqlarda baş verən morfofunksional dəyişikliklərin normal göstəricilərindən yeniyetmə idmançıların icra etdiyi müxtəlif xarakterli yüklərin təsirinin dinamikasını qiymətləndirmək üçün istifadə oluna bilər.

Açar sözlər: morfofunksional inkişaf, yaş qrupları, fiziki inkişaf, harmonik fiziki inkişaf, adaptasiya, funksional imkanlar.

Giriş. İnkişafda olan orqanizimlər mühitin dəyişən amillərinə qarşı çox həssas olur. Bu, xüsusilə, fiziki inkişafın böhran dövründə uşaq orqanizminin orqan və