

FİZİKİ TƏRBİYƏ DƏRSLƏRİNDƏ MOTİVASIYANIN TƏDQIQI

E.A. Əliyev, H.B. İbrahimova

Azərbaycan Dövlət Bədən Tərbiyəsi və İdman Akademiyası
Bədən tərbiyəsi və idman nəzəriyyəsi və metodikası kafedrası
hafiza.ibrahimova2019@sport.edu.az

Nəşr tarixi

Qəbul edilib: 05 iyul 2021

Dərc olunub: 06 sentyabr 2021

© 2021 ADBTİA Bütün hüquqlar qorunur

Annotasiya: Motivasiya fiziki tərbiyə prosesini hərəkətə gətirən və V-VI sinif şagirdlərinin idrak fəallığına təkan verən bir prosesdir. Motivasiya hər hansı bir fəaliyyətin mexanizmini işə salan qüvvədir. Əslində, fəal dərs və ya dərslərin fəallığı elə motivasiyadan başlanır. Fiziki tərbiyə dərslərinin əsas mərhələlərinin gedişində də motivasiya böyük rol oynayır.

Açar sözlər: *dəqiqlik, mütəmadi, sərbəstlik, gərginlik, sistemli, inamsızlıq, səviyyə, inkişaf.*

Giriş. Azərbaycan dövlət müstəqilliyi əldə etdikdən sonra ölkə başçısının düzgün və uzaqgörən siyasəti nəticəsində respublikamız həyatın bütün sferalarında müvəffəqiyyət əldə edərək irəliləyir. Ümummillə lider Heydər Əliyevin başladığı və onun layiqli davamçısı olan prezident İlham Əliyevin davam etdirdiyi bədən tərbiyəsi və idman siyasətinin həyata keçirilməsi ölkəmizdə bu sahəyə diqqəti artırmış və kütləviləşdirmişdir.

Tədqiqatın metodları. Müasir kurikulumda fiziki tərbiyə fənninin 4-cü məzmun xəttini nəzərə alaraq qeyd edə bilərik ki, fiziki tərbiyə dərslərində şagirdlərin mənəvi iradi keyfiyyətlərinin yüksəldilməsi ən vacib məsələlərdən biri hesab edilir. Şagirdlərin gələcəkdə şəxsiyyət kimi formalaşması məhz bu məzmun xəttinin tələblərinin üzərinə düşür. Bildiyimiz kimi bu günün uşaqları gələcəyin idarəediciləridir. Onlarda vətənpərvərlik, əməksevərlik, pozitivlik, sağlamlıq, humanistlik və s. kimi keyfiyyətlərin formalaşdırılması biz pedaqoqların üzərinə böyük məsuliyyət qoyur.

Şagirdlərin fiziki tərbiyə dərslərinə psixoloji hazır olmasını və bunun nəticəsində on-

larda motivasiyanın yüksəldilməsini müasir dövrümüzün ən aktual məsələlərindən biri hesab etmək olar. [4] Xüsusilə də bu kimi keyfiyyətlərin aşağı yaş qruplarından V-VI siniflərdən başlayaraq formalaşdırılması əsas götürülməlidir. Çünki bu yaşda, şagirdlərin fiziki tərbiyə müəlliminə inamı və etibarını ən pik həddə olur. Fiziki tərbiyə müəllimləri bu etimadı qoruyub saxlamaq və bundan istifadə edərək onlarda fiziki hazırlıqlara motivasiya daha da yüksəltməyə səy göstərməlidir. Dərslərə motivasiyanın artırılması şagirdlərdə, həm hərəkət qabiliyyətlərin icrası zamanı cəsarət və risqetməni, həm də özünəinamı formalaşdırır.

Motivasiya fiziki tərbiyə prosesini hərəkətə gətirən və V-VI sinif şagirdlərinin idrak fəallığına təkan verən bir prosesdir. Motivasiya hər hansı bir fəaliyyətin mexanizmini işə salan qüvvədir. Əslində, fəal dərs və ya dərslərin fəallığı elə motivasiyadan başlanır. Fiziki tərbiyə dərslərinin əsas mərhələlərinin gedişində də motivasiya böyük rol oynayır [2]. Belə ki, bütün tapşırıqlar müəyyən bir məqsəd üzərində qurulur. Bütövlükdə dərs prosesi bu məqsədə nail olmağa xidmət edir.

Eksperimental qrupda V-VI siniflərin yüksək özünəinam motivasiyasını formalaşdırmaq üçün metodika hazırladıq. Bunun üçün biz dissertasiyanın nəzəri və eksperimental hissələrində aldığımız nəticələrdən istifadə etdik. [5] Əvvəlcə müəyyənləşdirici eksperimentdə yüksək və aşağı motivasiyaya malik korrelyasiya olunan amilləri seçdik və müsbət motivə malik korrelyasiya olunan amilləri artırmaq və mənfi motivə malik korrelyasiya olunan amilləri azaltmaq istiqamətində plan tərtib etdik. [3] Müsbət motivə malik korrelyasiya olunan amillər - iradə, risketmə bacarığı, fiziki hərəkətlərin əhəmiyyətlik dərəcəsi və onda iştirak etmək arzusu, sinir sisteminin yüksək oyanıqlıq səviyyəsi və aşağı ləngimə səviyyəsi, dərstdə komandalı oyunlar za-

manı uğur qazanmaq motivasiyası; mənfi motivə malik korrelyasiya olunan amillər isə şəxsin və komandanın hərəkəti qabiliyyətlərinin imkanlarının düzgün qiymətləndirilməsi, baş-

qalarının və sinif yoldaşlarının onun haqqında fikirləri barədə təsəvvürlər, mürəkkəb fiziki hərəkətlərin icrası zamanı situativ həyəcan səviyyəsi və emosionallıq dərəcəsidir.

Cədvəl 1.

V-VI sinif şagirdlərinin fiziki tərbiyə dərslərində özünəinam motivinin korrelyasiyası

Yaşla korrelyasiya 11 yaşlılar (49 şagird) və 12 yaşlılar (44 şagird)				
Mənfi korrelyasiya	Özünəinam	Sinif yoldaşlarının fiziki imkanlarının qiymətləndirilməsi	Başqalarının onun haqqında olan fikirləri barədə təsəvvürlər	Rigidlik
Müsbət korrelyasiya	Fiziki tərbiyə dərslərinin əhəmiyyəti və onda iştirak etmək arzusu	Emosionallıq dərəcəsi	Situativ və şəxsi həyəcan səviyyəsi	Sinir sisteminin ləngimə səviyyəsi

Qeyd etmək istəyirik ki, orta özünəinam malik olan V-VI sinif şagirdləri və şişirdilmiş özünəinam malik olan V-VI sinif şagirdləri ilə eyni metodika ilə iş aparsaq da onların motivasiyasının mənfi və ya müsbət korrelyasiya olunmasından asılı olaraq bəzi hallarda həmin amillərin azaldılması, bəzi hallarda isə artırılması istiqamətində iş aparırdıq [1]. Yəni orta özünəinam malik olan V-VI sinif şagirdləri, həmin amilləri artırmaqla yüksək özünəinam nail olduğu halda, şişirdilmiş özünəinam malik olan şagirdlər həmin amilləri azaltmaqla reallığa müəyyən qədər uyğun özünəinam səviyyəsinə nail olurdu.

Nəzarət qrupda apardığımız işin nəticələri 2020-ci ildə keçirilən oktyabr, noyabr və dekabr aylarında Xəzər rayon, Türkan qəsəbəsi 119 sayılı məktəbin V-VI sinif şagirdləri ara-

sında aparılmışdır. Karantin vəziyyəti ilə əlaqədar olaraq şagirdlərə test tapşırıqları və sorğuları praktiki olaraq tətbiq etmək mümkün olmadı. Lakin biz bu formada aparılan tapşırıqların cavablarını analiz etməklə şagirdlərin istər fiziki tərbiyə dərsləri zamanı verilən tapşırıqlara yanaşma tərzini, istərsədə öz yoldaşlarına qarşı diqqət və qayğı müəyyən edə bildik. Test tapşırıqlarından öncə isə eksperimental qrupla yuxarıda göstərilən 3 ay ərzində müxtəlif səpkili *söhbətlər, təlqinlər, təbliğatlar və psixoloji təsir* vasitələrindən istifadə etdik. Lakin nəzarət qrupunda isə bu kimi işlərin aparılması planlaşdırılmadı [7].

Test və sorğu nəticələrinin analizi isə göstərdiki ki, həqiqətən nəzarət qrupuna nisbətən eksperimental qrupda bu daha fərqlidir.

Onlayn tapşırıqlarda əldə olunan nəticələr

Cədvəl 2.

Orta özünəinam malik olan şagirdlər (31)				Yüksək özünəinam malik olan şagirdlər (32)				Şişirdilmiş özünəinam malik olan şagirdlər (30)			
V siniflər (12)		VI siniflər (19)		V siniflər (17)		VI siniflər (15)		V siniflər (18)		VI siniflər (12)	
+	-	+	-	+	-	+	-	+	-	+	-
11	1	17	2	7	10	4	11	5	13	3	9

Qeyd: Cədvəldə “+” işarəsi ilə fiziki tərbiyə müəlliminin verdiyi tapşırıqları yerinə yetirənlər, “-” işarəsi ilə isə fiziki tərbiyə müəl-

liminin verdiyi tapşırıqları yerinə yetirməyənlərin sayı göstərilmişdir. [6]

Göründüyü kimi eksperimental qrupda aparılan *söhbətlər, təlqinlər, təbliğatlar və psixoloji təsirlər*, V-VI sinif şagirdlərinin özünəinamına müsbət təsir edərək öz uğurlu nəticəsini vermişdir. Belə ki, 45 şagirddən, 21 nəfər orta, 15 nəfər yüksək, 9 nəfəri isə şişirdilmiş özünüqiymətləndirməyə malik olmuşlar. Nəzərə qrupda vəziyyət aşağı göstəriciyə malik olmuşdur. Bu qrupda isə 48 nəfər içində olanlardan 10 nəfər orta, 17 nəfər yüksək, 21 nəfəri isə şişirdilmiş özünüqiymətləndirməyə malik olmuşlar.

Beləliklə, dissertasiyada V-VI sinif şagirdlərinin fiziki tərbiyə dərslərində motivasiyasının artırılmasında özünəinamın, psixoloji hazırlıqda əsas amillərdən biri olduğunu nəzəri şəkildə əsaslandırdıq və yüksək özünəinamın formalaşmasına müsbət və mənfi təsir göstərən amilləri eksperimental surətdə müəyyənləşdirdik, sonda V-VI sinif şagirdlərinin özünəinamının formalaşdırılmasının yol və vasitələrini işləyib təqdim etdik.

Tədqiqat işində irəli sürülmüş fərziyyəyə və tədqiqatın məzmununa uyğun olaraq aşağıdakı nəticələr əldə olunmuşdur:

Nəticələrin təhlili. Tədqiqat işində irəli sürülmüş fərziyyəyə və tədqiqatın məzmununa uyğun olaraq aşağıdakı nəticələr əldə olunmuşdur:

1. Araşdırma göstərdi ki, psixoloji hazırlıq fiziki tərbiyə dərslərində şagirdlərdə motivasiyanın artırılmasına təsir edən ən başlıca amillərdəndir.
2. Psixoloji hazırlığın təhlili göstərdi ki, uğurlu fəaliyyətin motivasiyası bir çox hallarda onun psixi proseslərinin xüsusiyyətlərindən və fiziki tərbiyə dərsləri zamanı keçirdiyi psixi halətlərdən asılıdır.
3. Şagird fəaliyyətində yüksək motivasiya nəticəsində onda bir sıra psixi proseslər – hərəkəti qabiliyyətlər, görmə, qavrama, təsəvvürlər, diqqət, təfəkkür, yaddaş, risketmə bacarığı inkişaf edərək formalaşır.
4. Bu keyfiyyətlər içində özünəinam motivi əsas amil kimi çıxış edir.
5. Özünəinam şagird şəxsiyyətinin strukturunda əsas komponentlərdən biri olub, özünüdərkə sıx bağlıdır.

6. Özünəinam sosial təsirlərin nəticəsində formalaşır və sosial davranışı şərtləndirir.
7. Adekvat özünəinam malik olan şagird verilən hərəkəti fəaliyyətin və tapşırıqların öhdəsindən asanlıqla gəlir.
8. Aşağı və şişirdilmiş özünəinam V-VI sinif şagirdlərinin motivasiyasına mənfi təsir edir; həm şişirdilmiş, həm də azaldılmış özünəinam vəziyyət başqa cür olur.
9. Şişirdilmiş özünəinam malik şagirdlər qarşılıqlı elə bir əlçatmaz məqsəd qoyurlar ki, hərəkəti qabiliyyətlərinin azlığı üzündən o məqsəd əlçatmaz olur.
10. Adekvat və yüksək özünəinam V-VI sinif şagirdlərinin psixoloji hazırlığına müsbət təsir edir. Bu zaman şagirdlərin motivləri ilə fikirləri arasında bir tarazlıq, uyğunluq yaranır.

Yekun nəticələr. V-VI sinif şagirdlərinin nəzəri hazırlığının psixoloji-eksperimental təhlili göstərir ki, müasir fiziki tərbiyə dərslərində şəxsiyyətin özünəinam məsələlərinə ciddi yanaşılır. Fiziki tərbiyə dərslərində şagirdlərdə dərsə motivasiyanı yüksəltmək üçün müasir psixoloji konsepsiyaların formalaşmasında, onların dərslərə olan marağına və hərəkəti fəaliyyətinin sistemli şəkildə təhlilinə əsaslanmaq lazımdır.

Ölkəmizdə fiziki tərbiyə və bədən tərbiyəsinə marağı artırmaq üçün Azərbaycan Dövlət Bədən Tərbiyəsi Akademiyasında müxtəlif bədən tərbiyəsi bayramları təşkil olunmalıdır.

Fiziki tərbiyə dərslərində şagirdlərdə motivasiyanı yüksəltmək üçün psixoloji hazırlıqların üzərində müəllimlər daima işləməlidirlər.

Fiziki tərbiyə müəllimləri mütəmadi olaraq psixoloji hazırlıq haqqında kurslara cəlb olunmalıdırlar.

Fiziki tərbiyə dərslərində müəllimlərin şagirdlərlə münasibətləri daha da ciddiləşdirilməlidir və fənni onlara sevdirməyə çalışmalıdırlar.

ƏDƏBİYYAT

1. **Əliyev B.H.** *Emosional halların tədqiqi məsələləri*. Dil və ədəbiyyat, Bakı: 1998, N 2.

2. Əzimov Q.Y. *Psixi inkişaf və tərbiyənin müasir problemləri*. Bakı, ADP-nun nəşri, 2004, 338 s.
3. Qədirova R.H. *Stress və sarsıntı keçirmiş uşaqlara psixoloji yardım*. Metodik vəsait. Bakı: Bakı Dövlət Universiteti, 1997, 33 s.
4. Ганюшкин А.Д. *Соревновательный стресс и психическая готовность спортсмена*. В кн.: Психический стресс в спорте.1. Пермь, 1975, с. 13-16
5. Дашкевич О.В. *Методы исследования эмоций спортсменов в лабораторных условиях*. М., ГЦОЛИФК, 1976, 22 с.
6. Mahoney M., Suinn R.M. *History and overview of modern sport psychology*. Clinical Psychologist 1986; 39 (3) ps.
7. Marshall H.H. (1989) *The Development of Self-Concept Young Children*, July, 44-51ps

ИССЛЕДОВАНИЕ МОТИВАЦИИ НА УРОКАХ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ

Э.А. Алиев, Х.Б. Ибрагимова

Азербайджанская Государственная Академия Физической Культуры и Спорта
Кафедра Теории и методики физической культуры и спорта
hafiza.ibrahimova2019@sport.edu.az

Аннотация: Мотивация – это процесс, который является движущей силой физического воспитания и познавательной активности учащихся. Мотивация – это двигательная сила механизма той или иной деятельности. В действительности активный урок или активность урока начинается

с мотивации. Мотивация играет большую роль также на основных этапах урока по физическому воспитанию.

Ключевые слова: *точность, свобода, напряженность, системный, недоверие, здравоохранение, развитие, сомнение.*

RESEARCH ON MOTIVATION IN PHYSICAL EDUCATION CLASSES

E.A.Aliyev, H.B. Ibrahimova

Azerbaijan State Academy of Physical Education and Sport
Department of Theory and methodology of physical education and sports
hafiza.ibrahimova2019@sport.edu.az

Annotation: Motivation is a process that activates the process of physical education and stimulates the cognitive activity of students. Motivation is the force that drives the mechanism of any activity. In fact, an active lesson and lesson activity begins with such motiva-

tion. Motivation also plays an important role in the main stages of physical education lessons.

Keywords: *exactness, fan, tension, system disbelief, level, development, constantly.*