

AZƏRBAYCANDA BƏDƏN TƏRBIYƏSİ VƏ İDMANIN İNKİŞAFI

E.A. Muxtarlı^{1a}, dos. Q.Ş. Əbiyev^{1b}, M.V. Əliyev^{2c}

¹*Azərbaycan Dövlət Bədən Tərbiyəsi və İdman Akademiyası*

²*Azərbaycan Respublikası Dövlət Təhlükəsizliyi Xidmətinin H.Əliyev adına Akademiyası*

^amuxtarli1973@sport.edu.az, orcid.org/0000-0001-6894-3214

^bgalib.abiyev@sport.edu.az, orcid.org/0000-0003-4293-6643

^caliyevmammed93@gmail.com

Nəşr tarixi

Qəbul edilib: 09 yanvar 2023

Dərc olunub: 29 mart 2023

© 2022 ADBTİA Bütün hüquqlar qorunur

Annotasiya. Azərbaycan Zərdüştülüynün vətəni olduğu kimi ən qədim dövrlərdən milli oyunların vətənidir. Qədim Azərbaycanlıların müqəddəs saydığı Avesta kitabındakı məlumatlara görə cəngavərlik, igidlik, pəhləvanlıq, at çapmaq, güləş, ox atma yarışlarında iştirakının tarixi ən qədim dövrlərə təsadüf edir. Azərbaycanda bədən tərbiyəsi və idmanın yaranması qədim zamanlardan belə fiziki tərbiyənin inkişafının artırılması vətənin müdafiəsinə və sağlamlığın möhkəmləndirilməsinə yönəldilmişdir. Azərbaycan Milli Elmlər Akademiyasının Əlyazmalar İnstitutunda saxlanılan “Əhvali-Qarabağ” adlı əlyazmada Azərbaycan milli xalq idman oyunları haqqında ətraflı təsvir verilir. Azərbaycanın Qarabağ ərazisində nizə və ox atmaq, qılınc oynatmaq, pəhləvanlıq və güləşlə məşğul olmuşlar. Orta əsirlərdə Qarabağda çövgən oyunu inkişaf etməyə başlamışdır. İngilislərin təşəbbüsü ilə bu oyun “polo” adı altında ilk dəfə 1890-cı ildə Parisdə keçirilən II Olimpiya Oyunlarının proqramına daxil edilmiş və beləliklə, Qərb sivilizasiyasında bu ad təsdiqlənmişdir. Bir neçə dəfə Olimpiya Oyunları proqramına daxil edilmiş çövgən – polo son dəfə 1936-cı il Berlin Olimpiyadasında oynanılmışdır.

Açar sözlər: *Pəhləvanlıq, ox atma, polo, çövkən, Qədim Azərbaycanda fiziki hərəkətlər, xalq oyunları, idman növlərinin yaranması, yarışların keçirilmə formaları.*

Azərbaycan qədim mədəniyyətə malik dövlətlərdən biri kimi hesab edilir. Müxtəlif

dövlərdə idman haqqında müxtəlif fəlsəfi və pedaqoji fikirlər olmuşdur. İnsanın meydana gəlməsindən və onun yaşaması üçün əsas cəhətlərdən biri ovçuluq hesab edilirdi. Hələ qədim zamanlardan nizə və ox atmaq meydana gəlmişdir. İnsanlar özlərini müdafiə edərək yaşaması üçün daş və ağac budaqlarından silahlar düzəldərək heyvanların əhlilləşdirilməsinə və başqa qəbilələrdən özlərini müdafiəsinə nail olurdular [1.s-9-12]. Qədim keçid dövrü yeni mədəniyyət formalarının inkişafına şərait yaradırdı. Buna sübut müxtəlif bölgələrdəki mağaralarda, o cümlədən Azərbaycanın Qobustan Təbiət Muzeyində 3-5 min il əvvəl qayalara həkk olunmuş tarixi şəkillər bir daha təsdiq edir. Artıq qədim dövrdə müəyyən vərdislərə yiyələnmək üçün fiziki hərəkətləri təkrar edə-edə hərəkətlərə alışma və öyrənmə fiziki tərbiyənin əsas vasitəsinə çevrilir. Qədim dövrdə fiziki hərəkətlərin elementləri ictimai həyatın bütün sahələrinə daxil idi. Getdikcə cəmiyyətin inkişafı ictimai həyatda dəyişikliklərə və fiziki tərbiyə tələbatının artmasına səbəb olur [2. s-46-49]. Ov ovlamaq, özünü başqa qəbilələrdən müdafiə etmək və vəhşi heyvanları əhlilləşdirmək üçün yeni fiziki fəndlər əsasında yarış və oyunlar meydana gəlir. Fiziki hərəkətlərdən ibarət yarışlar, oyunlar fiziki tərbiyənin yaranmasına və məzmununa böyük təsir göstərərək formalaşdırır.

Bəşər cəmiyyətinin ilkin inkişaf dövrününə dağılması nəticəsində daha mürəkkəb fiziki hərəkətlərin, oyunların yarışların meydana gəlməsi ilə xarakterizə olunur [3s-46-48]. Həmin dövrlərdə oyun və yarışların inkişaf etməsinin əsas səbəbi insanlar özlərinin müdafiəsi üçün döyüşlərə hazırlığı idi. Fiziki hərəkətlərdən ibarət məşqlər əsasən silahlı məşqlərə çevrilirdi. Müəyyən nəticə əldə etmək

məqsədilə keçirilən silahla məşqlər cəldlik, dözümlülük, sürət və qüvvə kimi fiziki hərəkətlərinə və fiziki gücün nümayiş etdirilməsi ilə bağlı idi. Bu proses yalnız uzun müddət fiziki hərəkətlərin yerinə yetirilməsi ilə əldə oluna bilərdi. Arxeoloji qazıntılardan məlum olmuşdur ki, Azərbaycanın ərazisində yaşayan qəbilələr güclü döyüşçülər olmuşdurlar. Qobustan qayaları üzərində cıdır atlarının təsvirləri tapılmışdır. Azərbaycanda qədim dövürlərdə digər ölkələrdə olduğu kimi at çapmaq, ox və ya nizə atmaq, güləşmək və yumruq döyüşləri də inkişaf edirdi [4. s-78-80].

Azərbaycan güləşçiləri ilə Qafqazda və Şərqi güləşçiləri arasında da şöhrət tapmışdılar. Azərbaycan Zərdüştülüyün vətəni olduğu kimi ən qədim dövürlərdən milli oyunların vətənidir. Qədim Azərbaycanlıların müqəddəs saydığı Avesta kitabındakı məlumatlara görə cəngavərlik, igidlik, pəhləvanlıq, at çapmaq, güləş, ox atma yarışlarında iştirakının tarixi ən qədim dövürlərə təsadüf edir. Azərbaycanda qədim zamanlardan belə fiziki tərbiyənin inkişafının artırılması vətənin müdafiəsinə və sağlamlığın möhkəmləndirilməsinə yönəldilmişdir.

Qədim dövürlərdə Azərbaycan ərazisində feodal münasibətlərinin güclənməsi kəndlilər və feodallar arasında ardı-arası kəsilməyən toqşumalarla nəticələnirdi. Feodalların hərbi-fiziki hazırlığına böyük diqqət, dəyər və qiymət verilirdi. Padşahlar öz saraylarına bir çox xanların və bəylərin hərbi fiziki hazırlığı ilə məşğul olmaq üçün xüsusi müəllimlər dəvət edirdilər. Hərbi-fiziki hazırlığı yüksək inkişaf etdirən fiziki hazırlıq üzrə müəllim və məşqçiləri mürşüd və miyandar adlandırırdılar. Fiziki tərbiyə hərəkətlərinə kəndir və ya at üzərində göstərilən məharət, hünər hərəkətləri, qaçız hərəkətlər daxil idi. Azərbaycanda hərbi-fiziki hazırlığın inkişafı Girdman çarı (Girdman – VII əsrin əvvəllərindən Qafqaz Albaniyasının birinci böyük çarı) Cavanşirin dövrünə təsadüf edir. Cavanşirin sarayında fiziki tərbiyə üzrə müxtəlif növlü idman hərəkətləri qılınca oynatma, nizə atma, ox atma, qaçış, güləş, yumruq döyüşü və s. məşğələləri fəaliyyət göstərirdi. Bu məşğələlər sarayda tərbiyəçi-

lərin, mürşüdlərin nəzarəti ilə keçirilirdi [5. s. 23-27].

Azərbaycanın Qarabağ torpağının çox qədim tarixi vardır. Qarabağ iki sözün anlayışından ibarətdir. Qara sözü böyük, möhtəşəm, geniş mənasında işlənmişdir. Qarabağ sözünün mənası böyük bağ deməkdir. Sahəsi 50%-dən çox meşə və bağlarla örtülü olan ərazidir. Qarabağ şəhərinin tarixi VII-əsidən başlayır.

Azərbaycan Milli Elmlər Akademiyasının Əlyazmalar İnstitutunda saxlanılan “Əhvali-Qarabağ” adlı əlyazmada Azərbaycan milli xalq idman oyunları haqqında ətraflı təsvir verilir. Qarabağ xanlığı (1747-1822) Pənahəli xan və İbrahimxəlil xanın hakimiyyəti dövründə öz suverenliyini saxlaya bilən Azərbaycan feodal dövləti idi. Onun paytaxtı Şuşa şəhəri olmuşdur. Qarabağ dağlarının birində ən yüksək zirvədə yerləşən Şuşa şəhəri mühüm strateji mövqe tutmuşdur. Azərbaycanın Qarabağ ərazisində nizə və ox atmaq, qılınca oynatmaq, pəhləvanlıq və güləşlə məşğul olmuşlar. Qısa tarixi dövürdə Şuşa şəhərində çoxlu istedadlı şairlər, alimlər, müəllimlər, pəhləvanlar və sənətkarlar yetişmişdir. Bu baxımdan aparılan tədqiqatlar sübut edib ki, Azərbaycan mədəniyyətinin, tarixinin, ədəbiyyatının, o cümlədən milli idman oyunlarının tarixinin inkişafında və təkamülündə doğma vətənimizin ayrılmaz bir hissəsi olan Qarabağ mühiti əvəzsiz və böyük rolu oynayıb. Azərbaycan Sovet Ensiklopediyasının III cildində yazılaraq məlumat verilmişdir ki, “Qarabağ - Azərbaycanda tarixi vilayətdir. Keçmiş SSRİ ərazisində ən qədim insan məskənlərindən biri Azərbaycanın Qarabağ zonasında aşkar olunub [5. s-15-20].

XVII-XIX-əsirlərdə Azərbaycanda qüvvətli və adlı sanlı pəhləvanlar çox olmuşdur. Azərbaycan milli idman oyunları XIX-əsidə geniş inkişaf etmişdir. Atçılıq idman növüdə Azərbaycanda qədim zamanlardan inkişaf etmişdir. Əsas idman oyunlarından biri sayılan at üzərində ox atıb hədəf vurmaq idmanı Qarabağda yaranaraq Avropa ölkələrinin yarışlarında bu idman növü keçirilməyə başlamışdır. Azərbaycan idman oyunları və atları təkcə ölkəmizdə deyil xaricdə də qədim zamanlarda böyük şöhrətə malik olmuşdur. Orta əsirlərdə

Qarabağda çövgən oyunu inkişaf etməyə başlamışdır. Buna bəzən “Çovqan” və ya “çövkən” də deyilib. Çövgən Azərbaycanın qədim və milli oyunudur. Çövgən yarışlarının Azərbaycanda çox qədimdən məşhur olduğu faktlarla təsdiqlənir. Azərbaycanda çövgənin tarixi, hətta VI-VII əsrlərə və bəlkə ondan da qabaqlara gedib çıxır. Nizami tarixi sənədlər əsasında yazdığı “Şərəfnamə” əsərində çövgən oyunu haqqında məlumat verir. Çövgən oyununun adı oyunda işlədilən alətin adı ilə adlandırılıb. Bu da ağacdən hazırlanmış, çövkən adlandırılan alətdir. İngilislərin təşəbbüsü ilə bu oyun “polo” adı altında ilk dəfə 1890-cı ildə Parisdə keçirilən II Olimpiya Oyunlarının proqramına daxil edilmiş və beləliklə, Qərbi sivilizasiyasında bu ad təsdiqlənmişdir. Bir neçə dəfə Olimpiya Oyunları proqramına daxil edilmiş çövgən – polo son dəfə 1936-cı il Berlin Olimpiyadasında oynanılmışdır. Qədim azərbaycanlıların bədən tərbiyəsi digər Şərqi ölkələrinin bədən tərbiyəsi və fiziki hərəkətlərindən o qədər də fərq etmirdi. Azərbaycanda yaşayan qəbilələr bütün qonşu ölkələrdə yaşayan qəbilələrlə geniş əlaqələr yaradaraq qonşu ölkələrin keçirdiyi bayramlarda həvəslə, fəal iştirak edərək böyük marağa səbəb olurdu. Azərbaycanda geniş yayılmış oyunlardan birində “Baharbənd” və “Papaq” oyunudur. At çapanlar bahar aylarının əvvəllərində çəmənliyə toplaşaraq oyuna başlayırlar [5.s-27-30].

Azərbaycan bayramlarında əsas yeri milli mütəhərrik idman yarışları tuturdu. Bu bayramlarda milli xalq idman oyunları, güləş, nizə atmaq, oxatmaq və s. kimi idman növlərindən istifadə edilirdi. Azərbaycanda idmanın müxtəlif növləri üzrə yarışlar keçirilirdi. Həmin bu yarışlar üstüörtülü binalarda və binaların zirzəmilərində təşkil edilirdi. İdman yarışları üçün nəzərdə tutulmuş üstüörtülü binalar Zorxana adlanırdı. Zorxanalarda akrobatların çıxışları, rəqqaslar, daş qaldıran pəhləvanların tamaşaları və milli güləş yarışları keçirilirdi. Orta əsirlərdə Zorxana geniş yayılmağa başlayır. Zorxana sözünün mənası, təcürməsi zörgüc, xana isə ev adlandırılır yəni güc nümayiş etdirilən ev deməkdir. İndiki anlayışlara görə

güc evi idman və ya yarış zalları adlandırılır [6.s168-170].

Azərbaycanda şahmat oyununun geniş vüsət tapması da məlumdur. Bundan başqa şifahi xalq yaradıcılığında şahmat oyunu zamanı qüvvətli oyunçu mənasında işlədilən ley-lac, qılınc mənasını verən canbaz (yəni akrobat), şatır (qaçıqla məşğul olan adam), sədaf (ox), kaman kimi ifadələlərin olması fiziki tərbiyənin qeyd edilən növlərinin hələ qədimdən xalq arasında geniş yayıldığını sübut edir.

IX əsrdə C.Naxçıvani yalnız Azərbaycanda deyil, Qafqaz və Orta Asiyada ən güclü şahmatçı olmuşdur. Azərbaycan realist nəsrinin görkəmli nümain gorkəmli numaindələrindən biri olan J.B.Çəmənəmənli özünün məşhur “Qızlar bulağı” romanında bubarədə yazır: “Qəbilənin kənarındakı geniş bir meydanda gızlar və oğlanlar idmanla məşğul idilər. Əvvəl qaçıqdılar, sonra ağır daşları qaldırdılar. Orqanizmi inkişaf etdirmək üçün bir çox fiziki hərəkət yerinə yetirdikdən sonra ox atma və at yarışması oldu. Oyunda birincilik qazananlara hədiyyələr verildi”. Bu romanda “Mil oynatmaq”, “Daş qaldırmaq” və s. oyunlar haqqında da məlumatlar vardır. Bu dövüdə xalq bayramlarında əsas yeri idman yarışları tuturdu. Bu bayramlarda fiziki hərəkətlər çıdır, milli idman oyunları, milli güləş, nizə atmaq, oxatmaq və s. idman növləri keçirilirdi. Öz fiziki qüvvəsi, çevikliyi, sürəti, dözümlülüyü, dəqiqliyi ilə fərqlənənlər həmin oyunlarda bacarıqlarını nümayiş etdirirdilər. Belə bayramlardan biri də Novruz bayramı hesab edilirdi. Novruz bayramında musiqinin müşayiəti ilə oğlanlar arasında güləş, çıdır, papaq və tonqal üzərindən tullanma yarışları keçirilirdi. İdman hərəkətlərindən kəndir üzərində yerləş Zaqafqaziyada geniş yayılmışdır [6.s-33-35].

Azərbaycanda bədən tərbiyəsi və idmanın yaranması tarixi metodoloji əsaslı arxiv materialları. Xalq yaradıcılığı və klassik ədəbiyyatın tərkib hissəsindən ibarət elmi tədqiqat təhlilidir. Azərbaycanda bədən tərbiyəsi və idmanın yaranması tarixi üzrə biliklərin əldə edilməsi bədən tərbiyəsi, fiziki tərbiyə və idman üzrə mütəxəssislərinin yetişməsində, vətənpərvərlik ruhunda tərbiyə olunmasında bö-

yük rol oynayır və təcrübi fəaliyyət üçün böyük əhəmiyyətə malik olur.

ƏDƏBİYYAT

1. Əliyev A., Qasimov Ə. *Bədən tərbiyəsi və idman tarixi*. Dərslik. Bakı, 2015.

2. Əliyev A.Ə. *Azərbaycan Milli idman oyunlarının inkişaf tarixi*. Bakı, 2011.

3. Əliyev A., Əsgərova N. *Müstəqil Azərbaycanda Bədən Tərbiyəsi və idmanın inkişaf tarixi*. Dərs vəsaiti. Bakı, 2017.

4. Quliyev D.Q. *Azərbaycanda bədən tərbiyəsi və idmanın inkişaf tarixi*. Bakı, 2010.

5. *Azərbaycan Tarixi*. Ali məktəblər üçün dərslik "Bakı Universiteti" nəşriyyatı, 2015.

РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА В АЗЕРБАЙДЖАНЕ

Э.А.Мухтарлы^{1а}, доц. Г.Ш. Абиев^{1б}, М.В. Алиев^{2с}

¹ Азербайджанская Государственная Академия Физической Культуры и Спорта

² Академия Государственной Безопасности имени Г.Алиева

^а muxtarli1973@sport.edu.az, orcid.org/0000-0001-6894-3214

^б galib.abiyev@sport.edu.az, orcid.org/0000-0003-4293-6643

^с aliyevmemmed93@gmail.com

Аннотация. Азербайджан является родиной национальных игр с древнейших времен. Согласно сведениям в книге «Авеста», считающейся у древних азербайджанцев священной, история участия в рыцарских соревнованиях, храбрости, борьбе, скачках, стрельбе из лука восходит к древнейшим временам. Подробное описание национальных спортивных игр Азербайджана дано в рукописи «Ахвали-Карабах», хранящейся в Институте рукописей Национальной академии наук Азербайджана. В Карабахском районе Азербайджана занимались метанием копий и стрел, игрой на мечях и борьбой. В средние века в Карабахе начала развиваться

игра чевган. По инициативе англичан эта игра впервые была включена в программу II Олимпийских игр, проходивших в Париже в 1890 году, под названием «поло», и таким образом это название утвердилось в западной цивилизации. В поло, которое несколько раз входило в программу Олимпийских игр, в последний раз играли на Олимпиаде 1936 года в Берлине.

Ключевые слова: борьба, стрельба из лука, поло, чевган, физические движения в Древнем Азербайджане, народные игры, возникновение спорта, формы соревнований.

DEVELOPMENT OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS IN AZERBAIJAN

E.A. Mukhtarli^{1a}, ass. prof. G.Sh. Abiyev^{1b}, M.V. Aliyev^{2c}

¹*Azerbaijan State Academy of Physical Education and Sport*

²*State Security Academy named after H.Aliyev*

^amuxtarli1973@sport.edu.az, orcid.org/0000-0001-6894-3214

^bgalib.abiyev@sport.edu.az, orcid.org/0000-0003-4293-6643

^caliyevmemmed93@gmail.com

Annotation. Azerbaijan has been the birthplace of national games since ancient times. According to the information in the book "Avesta", which is considered sacred by the ancient Azerbaijanis, the history of participation in knightly competitions, courage, wrestling, horse racing, wrestling, archery dates back to ancient times. The emergence of physical education and sports in Azerbaijan since ancient times, increasing the development of physical education has been aimed at protecting the homeland and strengthening health. A detailed description of the national sports games of Azerbaijan is given in the manuscript "Ahvali-Karabakh", stored in the Institute of Manuscripts of the National Academy of Sciences of Azerbaijan. In the Ka-

rabakh region of Azerbaijan, they were engaged in throwing spears and arrows, playing with swords, wrestling and wrestling. In the Middle Ages, the game of chevken began to develop in Karabakh. At the initiative of the British, this game was first included in the program of the II Olympic Games, held in Paris in 1890, under the name "polo", and thus this name was established in Western civilization. Polo, which has been part of the Olympic program several times, was last played at the 1936 Olympics in Berlin.

Keywords: *Wrestling, archery, polo, chevken, physical movements in Ancient Azerbaijan, folk games, emergence of sports, forms of competitions.*