

FUTBOLDA AŞAĞI YAŞ QRUPLARINA (7-8) SEÇMƏ VƏ İDMAN BACARIQLARININ İNKİŞAFI METODLARININ TƏDQIQI

dos. G.Q. Qarayev^{1a}, H.N. Soltanov^{1,b}

¹ Azərbaycan Dövlət Bədən Tərbiyəsi və İdman Akademiyası

^a geray.garayev@sport.edu.az, orcid.org/0000-0003-4385-3065

^b heydar.soltanov2021@sport.edu.az, orcid.org/0000-0002-3699-5498

Nəşr tarixi

Qəbul edilib: 17 aprel 2023

Dərc olunub: 23 iyun 2023

© 2021 ADBTİA Bütün hüquqlar qorunur

Annotasiya. Futbolda aşağı yaş qruplarında istedadlı və bacarıqlı uşaqların üzə çıxarması tətbiq edilən seçmənin metodlarından asılıdırsa, onların gələcək inkişafı təlimin məzmunu və vasitələrindən, onu aparən məşqçi-müəllimlərin pedaqoji təcrübəsindən, ustalığından bilavasitə asılıdır. Hal-hazırda futbolda istedadlı və qabiliyyətli uşaqların üzə çıxarılmasında problemi çox böyük əhəmiyyət daşımaq ilə, müasir elmdə, elmi-metodiki tədqiqatların başlıca mövzusu olmaqla çox aktualdır. Bununla əlaqədar mövcud olan metodlar, istedadlı, bacarıqlı və talantlı uşaqlar seçimində çoxda uğurlu olmur.

Açar sözlər: *futbol, təlim-məşq, ibtidai hazırlıq qrupları seçmə metodları, bacarıq və vərdislər.*

Müasir elmi-texniki tərəqqi, texnologiya o qədər durmadan dəyişir ki bu sahədə onların tətbiqi danılmazdır. Ən çox tətbiqi seçmə üstünlük verənlər uşaqlarda gizli qalan bacarıqları üzə çıxarmaqda bəzi çətinliklərlə üzləşirlər [1. s. 423]. Ona görə ki təbii seçim ən çox vaxt aparır və səbirli olmağı diqqət edən yanaşmadır. Bir çox elmi-tədqiqat aparatları, cihazları və kompyuter proqramları uşaqların gizli imkanlarından və gələcək inkişafından məlumatlar verirlər. Aparılan təlimlər və tətbiq edilən vasitələr uşaqlarda bu oyuna böyük maraq oyatmaqla, onlarda metilasiya yaradılır. Bu prosesdə işləri elə proqramlaşdırmaq lazımdır ki, uşaqların futbol oyununa olan maraqları artсын və onların oyun oynamağa həvəsləri qalsın [2.s.54]. Təlimin gedişində yüklənmənin tən-

zidlənməsi elə şəraitdə həyata keçirilməsidir ki, müntəzəm olaraq bir fəaliyyət növündən başqa bir fəaliyyət növünə keçməklə, fəal istirahət üçün hərəkətləridə icra etmək imkanı olsun [3. s.160]. Odur ki istirahət hərəkətləri bərpa xarakterindən olmaqla, onlarda maraq və hissi artırsın, və qalət-yarış imkanını çoxaltsın. Bu isə ilk növbədə məşqçi, müəllimlərin pedaqoji və peşəkarlıq səviyyəsindən asılıdır. İstedadlı uşaqların təbii metodla seçilməsi onların təlimindən, onun düzgün təşkilindən və pedaqoji vasitələrin təsirindən asılıdır. Uşaq orqanizminin durmadan inkişafı, formalaşması və enerji ehtiyatının çoxalması onların tibbi bioloji fonetorlardan asılılığını artırmış olur [4. s.120]. Elə buna görə də aşağı yaş qruplarında təbii inkişaf, onların maraqlardan və 5 mdə olan oyunlar (3x3,4x4,5x5 sayda) vasitəsilə həyata keçirilir. Uşaqlarla aparılan təlimlər bərpa və fəal istirahət təbiətin qoynunda, bir fəaliyyətdən başqa bir fəaliyyətə keçən məzmununda təlimlər keçməlidirlər. Bu təlimlərdə aşağıdakı faktorları nəzərə almaq lazımdır.

1. aparılan təlimlər çox səmərəli olmaqla uşaqların yaş xüsusiyyətlərini, onların inkişafını və funksional imkankarını nəzərə alsınlar:
2. düzgün qurulmuş təlimlər yaranan yorğunluqları aradan qaldırmaq və vasitələr tətbiq ediməlidir (tam isinmə hərəkətlərini etmək, fərdi fəaliyyəti artırmaq, basılma və bərpa hərəkətlərini emosional fonda hərəkətləri icra etməklə).
3. verilən hərəkət və tapşırıqlar arasına fasilələr vermək). Uşaqların enerji balansının düzgün paylaşması ilə əlaqədar onların fəallığına nəzarət etmək, hərəkətlilik tərbiyəvi edən hərəkətlərə üstünlük vermək lazımdır. Uşaqların daha sürətli inkişafı üçün,

onların təlimində pedaqoji fəndlər, bərpanı sürətləndirən fərdi məşqlər, uşaqların tibbi-bialoji nəzarətin çoxalması fonunda aparılmalıdır. Çünki kortəbii olaraq plansız proqramsız təlimlər uşaqların inkişafını təmin edə bilməz və bu müasir tələblərə cavab vermir. Bu böyük bir dərəcədə onunla əlaqədardır ki, bir qayda olaraq bir tərəfli olaraq inkişafı təmin edir, əsl məqam istedadlı, anadangəlmə bacarıqla uşaqlar üzə çıxır. Məşqlərdən idmandan və s. pedaqoq və məşqçilər yaradırlar.

Bununla belə, bəzən səflərdə olur. Belə ki, uşağın futbolla yox, başqa bir idman növünə, atletikaya bacarığı varsa, onda bunu həmin an görmək heçdə asan olmur.

Təqriblərdə bu, onların istedadı ilə deyil bacarığı ilə ölçülür. Çünki istedadı ölçən hər hansı bir ölçü yoxdur. Bacarığı ölçmək mümkündür. Belə ki bacarığın faktor müəyyən edir:

- bacarıq –bir uşaq başqa birindən fərqləndirən fərdi xarakteristikası:
- bacarıq seçimdə, biliyə söykəmir, vərdiş və qabiliyyət deyil, bu insanlarda işlənilmiş, o, onların imkanlarına görə üzə çıxan bacarığıdır. Beləliklə, istedadlı olmaq, hər hansı bir bacarığın inkişaf səviyyəsidir.

İstedad – keyfiyyətli, özünəməxsus bir çox böyük və ya kiçik uğurları gətirən bu və ya başqa fəaliyyət bacarıqlarının vəhtədidir. Onuda qeyd etmək lazımdır ki, bacarıq hər hansı bir fəaliyyətdə uğur gətirmək üçün deyil, uğur qazanmaq üçün çox uyğun şəraitdə yaratmaqdır.

Xüsusi istedad, sürətli və asan hər hansı bir qeyri-adımı öyrənməlidir. İstənilən hər hansı bir növ fəaliyyətdə uğur qazanmaq uşağın təmayıl – qabiliyyətinin səviyyəsindən asılıdır. Qabiliyyət – bu anatomia –fizeoloji tədqiq olunan bir ehtiyatdır, hansı ki, hər hansı yaxşı şəraitdə bacarığa çevrilə bilər.

Hal-hazırda yoxlama testlərinə görə uşaqların seçilməsi, onların eyni yaşda olmasına baxmayaraq, onların bir-birindən fərqli cəhətləri görsənir, ancaq fiziki inkişaf fərdi olaraq çox ləng inkişaf edir ki, əsas imkanlarda bu göstəricilərdədir. Tədrisən onun qabiliyyəti üzə çıxır və o idman fəaliyyətində uğur qazanır.

Çoxdandır ki bu hipotez seçmə prosesinin nəticələrinə, toplanmış məlumatların təhlili göstərir ki, onların ilkin məlumatları, bacarıqlı uşaqların, onların inkişaf sürəti fiziki keyfiyyətlər artır. Bununla əlaqədar olaraq "bacarıqlı" uşaq formulu hazırlanmışdır ki, onun hesabına qabiliyyətli uşaqlar müəyyən edilmişdir. Uşaqlarda bir göstəricilərin giriş hissəsi müəyyən hərəkət keyfiyyəti (MHK) və yüksək inkişaf tempi (UİT) hesablanır: $Bacarıq = MHK + UİT$ – burada başlığın müəyyən edilməsi bu formulladır. Gələcəyi olan uşaqların idman bacarıqlarının. İdman qabiliyyətinin müəyyən etmək bir qədər çətinidir, çünki uşaqların inkişafı ilk növbədə morfofometrik və funksional göstəricilə görə orqanizmin formalaşmasını təbii olaraq qəbul edir. Seçimdə irsi göstəricilər morfoloji göstəricilərə görə, bir qədər aşağı fizioloji parametrlərlə və daha az isə psixoloji əlamətlərə görə müəyyən edilir. Morfoloji göstəricilərə görə irsi olaraq bədənin ölçüləri və bədənin qurluşu aiddir (cədvəl1).

Cədvəl №1

Genetik faktorların və komponentlərin inkişafı %-lə

| Bədənin komponenti | Qızlar 7-8 | Oğlanlar 7-8yaş |
|--------------------|------------|-----------------|
| Əzələ | 60,9 | 70,9 |
| Sümük | 82,0 | 91,9 |
| Yağ –piy | - | 69,7 |

Funksional göstəricilərə görə genetik olaraq müəyyən edilən faktlar bir fizioloji parametrlərə uyğun gəlir. Belə ki, orqanizmin aerob və anaerob imkanları, iliyin həcmi və ölçüləri, qanın sistolik və diastolik həcmi, nəbz qurğusu, ağciyərin həyat tutumu və s. Bu göstəricilər orqanizmin daxili üzvlərinin köklərini göstərir. Bundan başqa seçmə prosesində bəzi faktorlar genetik olaraq azalmağa başlayır. Buda onunla əlaqədardır insanın həyat təcrübəsi və biliklər nisbi olaraq genetik və onun həyat fəaliyyəti azalır. Genetik olaraq tədqiq olunan bəzi göstəricilər cüzi fərqləri üzə çıxır. Belə, ki kişi cinsində bəzi üzvlərin fəaliyyəti mədə-bağırsaq, ürək-damar, qan dövranı, sümük-əzələ sistemi, sinir sistemi, həzm sistemi, maddələr mübadiləsi, qan təzyiqi və s. po-

rametrlər seçmə prosesində nəzərə alınaraq göstəricilərdir. Bəzi göstəricilər uşaqlarda xüsusilədə aşağı yaş qruplarında (7-8 yaş) bu göstəricilərin fərqli cəhətidir.

Çünki çox üzvlər tam fəaliyyətə keçmədi yenidən onların inkişafı əlaqədar dəyişməsi normaldır. Belə idman məşqləri və təcrübə bu rəqəm və göstəriciləri dəyişdirir.

Aşağı yaş qrupasında (7-8 yaş) seçmənin müasir metodlarının tətbiqi ilə alınan nəticələri təhlil edib belə bir xarakteristika tərtib etmək olar ki, uşaqların idman fəaliyyətinə uyğun olması belə tərtib olunur:

1. Sağlamlığın vəziyyəti
2. Fiziki (kondisiya) bacarıqları
3. Bədənin quruluşu (konstitusiya)
4. Psixi (vəziyyət) şəxsi xarakteri
5. Motivasiya
6. Bacarıqlarının kompleks qiymətləndirilməsi

Elmi mülahizələr, elmi nəzəriyyə və praktika göstərir ki seçimdə müəyyən bir nəticəyə gəlmək üçün bəzi göstərici və rəqəmlər sabit xarakter daşıyacaqdır.

Əgər bu göstəricilər inkişafı əlaqədar dəyişirsə o, zaman dəqiq bir fikir söyləmək mümkün olmur. Odur ki, orqanizmin (xüsusilə uşaq orqanizmin) inkişaf dinamikasının, morfoloji, fizioloji, fiziki göstəricilərinin artım səviyyəsini bilmək lazımdır. Onların uşaqların müxtəlif göstəriciləri yaş mərhələsinə və inkişaf sürətinə görə dəyişir. Orqanizmin bəzi göstəriciləri müxtəlif formada dəyişir. Bəzi göstəricilər vardır ki onlar orqanizmin əlamətlərinə və keyfiyyətlərinə görə əhəmiyyətli dərəcədə dəyişir. Çünki bu göstəricilər bəzi faktorlara gen dəyişmir, yəni məşq prosesi belə onları dəyişdirə bilmir. Çox cüzi dəyişiklik göstərir ki, bu göstəricilər genetik nəzarətdə dirlər.

Məsələn, bəzi morfoloji əlamətlər (boyun uzunluğu, əzələ liflərinin nisbəti) fizioloji əlamətlər (əşəb sisteminin əlamətləri əzələnin nisbi qülləsi v.s.).

Başqa əlamətlər vardır ki, onlar məşq prosesində dəyişir, orqanizmin vəziyyəti, məşqlərin dərəcəsi onları dəyişdirir. Odur ki hər hansı bir əlamətə fikir dedikdə ilk növbədə

bu əlamətlərə konservativ əlamətlərə istinad etmək olar, çünki bu əlamətlər idman təkmilləşməsində çoxda dəyişikliyə məruz qalmır. İdmanın gələcəyi ilə əlaqədar fikir söyləyərkən gənclər üçün ümid verən, idman uğurlarına yol açan faktlar hansılardır.

Bəzi tədqiqatlar göstərmişdir ki, bəzi idman növlərində gənclərin göstərdiyi nəticələr onlar yaşlandıqca dəyişir.

Bunlardan fərqli olaraq idmançılar fantastik nəticə göstərməklə onlar idman fəaliyyətində real olaraq, başqa fəaliyyətdə çox güclü nəticə göstərməklə tolant və güclü olduqlarını isbat etmişdir.

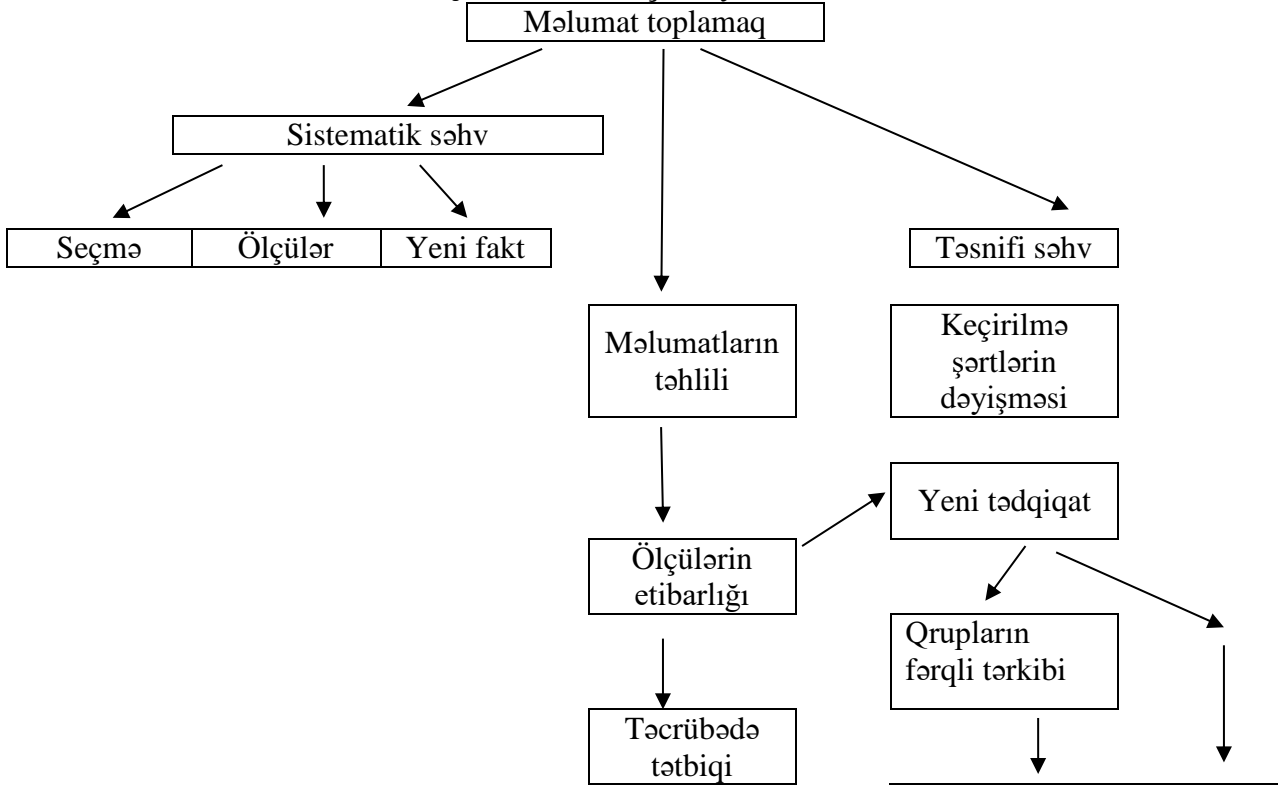
Seçmə sistem və onun istiqamətləndirilməsi idmançıların imkanlarının açılmasına və təkmilləşdirilməsinə şərait yaradır. İdmanda seçmə-bu kompleks bir xarakter olaraq pedaqoq, sosioloji, psixoloji, tibbi-bioloji v.s.; tədqiqatlar vasitəsilə məşğul olanların bacarıq və qabiliyyətlərini üzə çıxarmaqdır. İdmanın istiqamətləndirilməsi – bu bir təşkilat-metodiki kompleks xarakterə təbirlər sistemidir ki onun əsası oyun növünü müəyyən edib, bu və ya hər hansı bir uşağın və növlə məşğul olmasını məqsədə uyğun saysın. Beləliklə, seçmənin vəzifəsi daha uyğun olan uşaqların seçilməsidir, ki, bu idman növün tələbidir. İdman istiqamətlənməsinin vəzifəsi –dəqiq bir insanın imkanlarının qiymətləndirilməsindən sonra ona uyğun olan idman oyunları seçməsidir.

Seçimdə nəzərə alınaraq, onun nəticələrini çox istifadə etməyi məsləhət görən, orqanizmin ehtiyat imkanlarını öyrənəcək bir mənbəy olduğunu deyirlər, bunlar aşağıdakılardır;

1. sürət-qüvvə və kordinasiya bacarıqları
2. irsi keçən bacarıqlar;
3. morfofunksional xüsusiyyətləri;
4. idmanın enerji imkanları (onların aerob, anerob imkanları)

Qeyd olunan faktlardan irsi olaraq keçən (genetik şərtlənmişlər) bacarıqlar məşq prosesində heç bir pedaqoji təsətə məruz qalmır. Futbolun təcrübəsində adətən seçmə prosesində aşağıdakı faktları nəzərə almaqla, seçmələrə keçirilir: ölçüləri (kriteriya), metodları və təşkilatı işləri:

Şəkil 1. Test keçirməyin sxem



Əlavə olan ekspertlər uşaqlarda oyun anlayışını və təfəkkürü qiymətləndirmək üçün müxtəlif yoxlama hərəkətlərindən və testlərdən istifadə edirlər. Bununla belə daha uyğun oldu ki, tədqiqatın kompleks metodundan istifadə olunsun.

Beləliklə, futbolda uşaqlar inkişafı, mehdulları və bacarıqların aşkar edilməsi bir mərhələ olaraq aşağı yaş qruplarından başlayır və ustalıq səviyyə qədər artır. Seçmə mərhələsi və onun nəticələri dərindən təhlil edilməli lazımı kriteriyalar işlənilib hazırlanmalıdır. Futbolda seçmə və onun məzmunu bir çox tədqiqatlar tərəfindən təhlil olunmuşdur. Aşağı yaş qruplarında seçmə və onların bacarıqlarının inkişafının təhlili aşağıdakı vacib nəticələrə gəlmişdir.

1. Uşaqların bacarıq və qabiliyyətini üzə çıxırılması üçün pedaqoji müşahidələr aparmaq lazımdır.
2. Uşaqların orqanizminin sağlamlığı və funksional imkanları haqqında məlumat toplamaq üçün həkim tədqiqatı aparılmalıdır.

3. Seçmədə iştirak edənlərin fiziki keyfiyyətləri (hər şeydən əvvəl sürət cədvəlində dözümlülük və onun müxtəlif növləri v.s.)
4. Uşaqlarda xüsusi – futbol bacarıqlarını yoxlamaq üçün oyunlar (3x3,4x4,5x5və 6x6sayda) vermək məsləhətdir.
5. İştirakçıların irsi faktorları və bacarıqlarını üzə çıxaran testlər tərtib etmək.

Uşaqların bacarıqlarının qiymətləndirilməsi üçün məşqçi onu bilməlidir ki, nəticələr mütləq və nisbi göstəricilərdə ola bilər. Təlimi bu istiqamətdə qurmaq olar.

ƏDƏBİYYAT

1. **Бағиров Р.К., Әлиев İ.С.** *Futbol*. Ali məktəb tələbələri üçün Dərlik. Bakı 2012, 423 s.
2. **Кузнецов О.Б.** *Перекрестные эффекты адаптации студентов к физическим нагрузкам*. Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта, №2 (31), 2014, с.54.

3. Селуянов В.Н., Сарсания К.С., Забо-
рова В.А. *Футбол: проблемы физической
и технической подготовки*. 2012.
160 с. ISBN 978-5-4336-0007-2.

4. Quba V.P. *Teoriye və metodika
sportlink iqr. dərslik rus dilində*
Москва 2020.с120.

ИЗУЧЕНИЕ МЕТОДОВ ОТБОРА И РАЗВИТИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА МЛАДШИХ ВОЗРАСТНЫХ ГРУПП (7-8 ЛЕТ) В ФУТБОЛЕ

дос. Г.Г. Гарайев^{1а}, Г.Н. Солтанов^{1,б}

¹Азербайджанская Государственная Академия Физической Культуры и Спорта

^а geray.garayev@sport.edu.az, orcid.org/0000-0003-4385-3065

^б heydar.soltanov2021@sport.edu.az, orcid.org/0000-0002-3699-5498

Аннотация. Если выявление талант-
ливых и умелых детей в младших возраст-
ных группах в футболе зависит от применя-
емых методов отбора, то их дальнейшее раз-
витие напрямую зависит от содержания и
средств тренировки, педагогического опыта
и мастерства тренеров-преподавателей, ко-
торые ее проводят. В настоящее время
являясь основным предметом научно-
методических исследований в современной

науке, проблема выявления талантливых и
одаренных детей в футболе очень акту-
альна, поэтому существующие методы не
очень успешны в отборе талантливых,
способных и одаренных детей.

Ключевые слова: футбол, трениров-
ка, методы подбора, начально подгото-
вительных групп, способности и навыки.

THE ROLE OF DIGITAL LIBRARIES IN TEACHING

ass.prof. G.G.Garayev^{1а}, H.N.Soltanov^{1,б}

¹ Azerbaijan State Academy of Physical Education and Sport

^а geray.garayev@sport.edu.az, orcid.org/0000-0003-4385-3065

^б heydar.soltanov2021@sport.edu.az, orcid.org/0000-0002-3699-5498

Annotation. If the identification of
talented and skillful children in the younger
age groups in football depends on the selection
methods used, then their further development
directly depends on the content and means of
training, pedagogical experience and the skill
of the coaches who conduct it. Currently, the
problem of identifying talented and gifted
children in football is very relevant, being the

main subject of scientific and methodological
research in modern science, therefore, existing
methods are not very successful in selecting
gifted, capable and gifted children.

Keywords: football, training, selection
methods, preparatory groups, abilities and
skills.