



**Azərbaycan
Respublikasının
Medianın İnkişafı
Agentliyi**

Uşaq və gənclərin fiziki və mənəvi inkişafı

Uşaq və gənclərin inkişafı akademik uğurdan və ya karyera hazırlığından kənara çıxan çoxşaxəli bir prosesdir. Bu, həm bədən, həm də ruhun hərtərəfli tərbiyəsini əhatə edir, çünki hərtərəfli, möhkəm və məqsədyönlü fərdlərin formalaşmasına kömək edən balanslaşdırılmış böyümə kompleks xarakter daşıyır.

Yetkinliyin bünövrəsi formalaşma illərində qoyulduğundan, həm fiziki, həm də mənəvi inkişafın prioritetləşdirilməsi gənclərin dolğun və mənalı həyat sürməsi üçün əvvəldən diqqət mərkəzində olmalıdır.

İdmanın kütləviyyəinə dövlət əlverişli zəmin yaradır

Gənclik dövründə fiziki inkişaf təkə ümumi sağlamlıq üçün deyil, həm də zehni rifah və özünə hörmət üçün çox vacibdir. Yeniyetməlik və erkən yetkinlik dövrü sürətli böyümə, hormonal dəyişikliklər və artan enerji səviyyələri ilə əhatə olunur. Bu mərhələdə sağlam vərdişləri təşviq etmək ömür boyu sağlamlığın tonunu təyin edir. Bu inkişafda məşq əsas rol oynayır. İdman, bədən tərbiyəsi və istirahət fəaliyyətləri güc, dözümlülük, koordinasiya və çevikliyi inkişaf etdirməyə kömək edir. Fiziki faydalardan əlavə, idmanda iştirak nizam-intizamı, komanda işini, liderliyi və sağlam rəqabət ruhunu inkişaf etdirir. Bunlar fonunda təsadüfi deyil ki, ölkəmizdə idmanın təşviqinə xüsusi diqqət olunur.

Faktıdır ki, ölkədə idmanın ardıcıl, daimi inkişafı bilavasitə uşaqların və yeniyetmələrin idmana cəlb olunmasından asılıdır. Lakin təkə uşaqları idmana cəlb etmək, idmanı təbliğ etmək azdır. Əvvəlcə idmanla məşğul olmaq üçün lazımı şərait yaratmaq, həmin şəraitdən bəhrələnilib idmana gəlmiş uşaqların və yeniyetmələrin yarışlarda özlərini sinamasını təmin etmək lazımdır. Məhz prezident İlham Əliyevin təşəbbüsü və rəhbərliyi altında bu məsələ hər zaman ön plana çəkilir. Ötən ilin idman yekunlarına həsr olunan mərasimdə çıxışı zamanı bunula bağlı dövlət başçısı bildirib: "İdman cə-

miyyətimizin ayrılmaz hissəsidir. İdmanın və idman qələbələrinin ictimai məkanda çox böyük rolu var. Xüsusilə gənc nəslin yetişdirilməsi, vətənpərvərlik hisslərinin gənc nəsle aşılması üçün idman amili çox böyük mənə daşıyır...

Gənc nəslin vətənpərvərlik ruhunda tərbiyə edilməsində idman nə qədər vacibdirsə, bir o qədər də hərbi hazırlıq və fiziki hazırlıq vacibdir. Fiziki güc mənəvi saflığa da yol açır və şübhəsiz ki, bizim idmançılarımızın mütləq əksəriyyəti idmanda da, məişətdə də, cəmiyyətdə də nümunədir, örnekdir. Onların davranışı, cəmiyyətdəki fəaliyyəti mənə və əminəm ki, bütün xalqımızı sevindirir. Azərbaycan gənci məhz belə olmalıdır - vətənpərvər, fiziki cəhətdən güclü, mənəvi cəhətdən saf, öz xalqına, dövlətinə bağlı, heç bir kənar təsirə boyun əyməyən və ləyaqətli Azərbaycan gənci". Azərbaycanda idmanın maddi-texniki bazası da sürətlə genişlənir. Ölkənin demək olar ki, bütün bölgələrində dünya standartlarına cavab verən Olimpiya idman kompleksləri tikilib istifadəyə verilib. Bu arada Azərbaycanın iki bölgəsində - Gəncə və Qəbələdə Olimpiya İdman Komplekslərinin tikintisinə start verilib. Ölkənin şəhər və rayonlarında 50-ə yaxın Olimpiya İdman Kompleksi, Bakı Olimpiya Stadionu, Su İdmanı Sarayı, Milli Gimnastika Arenası, Stend Atıcılığı üzrə İdman Kompleksi və digər iri idman qurğuları tikilib istifadəyə verilib. Bununla yanaşı, kiçik tutumlu məşq zalları, paytaxt və ona yaxın ərazilərdə böyük idman arenaları inşa olunub. Yaradılan şəraitlə paralel ölkəmizdə idmanın kütləviyyəinə göstərilən diqqət olduqca böyükdür. Bunlar dövlətin uşaq

Bədən və ruhun tərbiyəsi Azərbaycanda dövlət siyasətinin əsasına çevrilib



və gənclərə qayğısının mühüm təzahürələrindən biridir.

"Yüksəliş" müsabiqəsi gənclərə böyük dəstəkdir

Dünya təcrübəsi göstərir ki, fiziki inkişaf bədənə gücləndirsə də, mənəvi inkişaf daxili özünü - fərdin hərəkətlərini və münasibətlərini istiqamətləndirən dəyərləri, inancları və məqsəd hissini tərbiyə edir. Mənəviyyat dinlə məhdudlaşmır; mənə, əlaqə və şəxsiyyətin daha geniş təcqiğini əhatə edir.

Gənclik dövründə "Mən kiməm" və "Mən niyə buradayam" sualları formalaşmağa başlayır. Azərbaycan bu istiqamətdə də gənclərin problemlərinin həllində müvafiq addımlar atır. "Yüksəliş" müsabiqəsi bunun ən yaxşı nümunələrindən biridir. Qeyd edək ki, "Yüksəliş" müsabiqəsi prezident İlham Əliyevin 2019-cu il iyulun 26-da imzaladığı Sərəncamla təsis olunub. Müsabiqə qalibləri mentorlar tərəfindən birillik fərdi inkişaf planı və özünüinkişaf üçün 20 min manat məbləğində pul mükafatı əldə edirlər. Ölkəmizdə artıq sayca beşinci

"Yüksəliş" müsabiqəsinin keçirilməsi uğurlu nəticələr əldə olunması, gənclərin inkişafında mühüm rol oynayır. Sonuncu müsabiqə ilə bağlı prezident İlham Əliyev 2024-cü il dekabrın 18-də müvafiq sərəncam imzalayıb. Bu, gənclərin ölkə həyatında rolunu artırır, onların inkişafı prosesində mühüm önəm kəsb edir. Digər məqamlar da diqqətdə saxlanılır. Məsələ burasındadır ki, həyat qaçılmaz olaraq çətinliklər və uğursuzluqlar gətirir və güclü mənəvi təməl çətinliklərin öhdəsindən gəlmək üçün lazım olanları təmin edə bilər. Gənclər könüllü iş və ya xeyirxahlıq hərəkətləri ilə məşğul olduqda, daha böyük bir şeyə töhfə vermənin vacibliyini öyrənirlər. Nəhayət, fiziki və mənəvi inkişaf bir-biri ilə sıx bağlıdır. Sağlamlıq bədən sağlam ağıl və ruhu dəstəkləyir, necə ki, əsaslı mənəvi həyat daha sağlam həyat tərzini seçmələrinə ilham verir. Pedaqoqlar, valideynlər və cəmiyyət liderləri inkişafın hər iki ölçüsünü dəstəkləyən mühit yaratmaq üçün əməkdaşlıq etməlidirlər. Həm fiziki, həm də

mənəvi inkişafa üstünlük verməklə biz gənclərə təkə indiki zamanda inkişaf etmək üçün deyil, həm də gələcəkləri üçün möhkəm təməllər qurmaq gücü veririk. Bədəndə və ruhda tərbiyə olunan bu gənc fərdlər sabahın liderləri, yaradıcıları və sülh qurucularıdır. İdmanın vəsiyyəti və üsulları, hərəkətlərin öyrədilməsi və fiziki qabiliyyətlərin tədqiqi sxişmələri əxlaqi, iradi, estetik və intellektual tərbiyənin məzmunu ilə bağlı bir sıra problemləri səmərəli həll etməyə imkan verir. Azərbaycanın bir dövlət kimi gələcəyinin müəyyən edilməsi gənc nəslin hansı ruhda, hansı formada yetişdirilməsindən bilavasitə asılıdır.

Qeyd edilənlər fonunda təsadüfi deyil ki, cəmiyyətin, xüsusən də onun gənclər təbəqəsinin fiziki və mənəvi inkişafında idmanın rolu daim yüksək qiymətləndirilir. İndi də Azərbaycanda bu müstəvidə genişmiqyaslı işlər görülür. Ölkə əhalisinin müxtəlif kateqoriyalarının və qruplarının, ilk növbədə uşaqların və gənclərin fiziki hazırlığının yüksəldilməsində bu mənada ciddi nailiyyətlər qeydə alınır. Hazırda bu, Azərbaycanın sosial-iqtisadi inkişafının prioritetləri və məqsədlərindən biri kimi təsbit edilir. Müasir Azərbaycan cəmiyyətinin bütün sahələrində baş verən dəyişikliklərin keyfiyyəti əsasən təhsil potensialından asılıdır. Təhsil ümumbəşəri təcrübəni ardıcıl olaraq mənimsəyir və onu sivilizasiya axınına daxil edir, mədəniyyətin gələcək inkişafı üçün zəmin yaradır. Ölkəmizdə bütün bunlar əsaslı şəkildə nəzərə alınır və müvafiq addımlar atılır.

Samirə SƏFƏROVA

Yazı Azərbaycan Respublikasının Medianın İnkişafı Agentliyinin maliyyə dəstəyi ilə çap olunur.