FİZİKİ MƏDƏNİYYƏT MƏSƏLƏLƏRİ
ВОПРОСЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ
ISSUES OF PHYSICAL CULTURE

UOT 372.879.6

Pərviz Nazir oğlu Quliyev
Azərbaycan Dövlət Bədən Tərbiyəsi və İdman Akademiyasının dosenti
0000-0002-7559-2624

AZƏRBAYCAN MİLLİ XALQ OYUNLARININ FİZİKİ TƏRBİYƏDƏ ROLU

Парвиз Назир оглы Гулиев
доцент Азербайджанской Государственной
Академии Физической культуры и Спорта

РОЛЬ АЗЕРБАЙДЖАНСКИХ НАЦИОНАЛЬНЫХ НАРОДНЫХ ИГР В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ

Parviz Nazir Guliyev
associate professor at Azerbaijan State
Academy of Physical Culture and Sports

THE ROLE OF AZERBAIJANI NATIONAL FOLK GAMES IN PHYSICAL EDUCATION

Xülasə. Azərbaycanda milli xalq oyunları çox zəngin bir tarixə malikdir. Onların mövzusu, forması, məzmunu, fəlsəfəsi çox erkən dövrün təsəvvürləri ilə bağlı olmuşdur. Oyunların bir çoxu bu günümüzə tam şəkildə gəlib çatmamışdır, lakin bu oyunların ilkin variantları əsasında onları təsnif etmək mümkündür. Oyunlar hər bir xalqın özünəməxsus həyat baxışlarını, inanc və etiqad sistemini, dünyanı anlamaq formasını əks etdirən ilkin estetik janrlardan biridir. Onlar, eyni zamanda insanların əyləncə tərzini və məişətini də əks etdirir. Hər xalqın oyunlarından onların əhval-ruhiyyəsini, əxlaqi keyfiyyətlərini, psixoloji vəziyyətini də təyin etmək mümkündür.
Açar sözlər: *xalq oyunları, fiziki tərbiyə, idman, şagirdlər, inkişaf*

Резюме. В статье отмечается, что национальные народные игры в Азербайджане имеют очень богатую историю. Их тема, форма, содержание и философия были связаны с представлениями очень раннего периода. Многие из игр не дошли до наших дней целиком, но их можно классифицировать на основе ранних вариантов этих игр. Игры являются одним из основных эстетических жанров, отражающих уникальные взгляды каждого народа на жизнь, систему убеждений и способов понимания мира. Они также описывают образ жизни людей и стиль развлечений. По играм каждого народа можно определить их настроение, моральные качества, психологическое состояние.
Ключевые слова: *народные игры, физическое воспитание, спорт, учащиеся, развитие*

Summary. The article notes that the national folk games in Azerbaijan have a very rich history. Their theme, form, content and philosophy were associated with the ideas of a very early period. Many of the games have not survived to this day in their entirety, but they can be classified based on the early versions of these games. Games are one of the main aesthetic genres, reflecting the unique views of each people on life, belief systems and ways of understanding the world. They also describe people's lifestyle and entertainment style. According to the games of each nation, one can determine their mood, moral qualities, psychological state.
Key words: *folk games, physical education, sports, students, development*

Azərbaycan fiziki tərbiyə sistemi müxtəlif vasitələrdən istifadə olunmaqla inkişaf etdirilir. Buraya fiziki hərəkətlər, gimnastika (əsas, gigiyenik, idman, bədii, köməkçi gimnastika) turizm, təbii amillər (hava, su, günəş) və gigiyenik tədbirlər daxildir. Həmin tədbirlərlə yanaşı, müxtəlif oyunlar şagirdlərin fiziki tərbiyəsinin inkişafında mühüm yer tutur. Oyunlar məktəbəqədər və kiçik məktəbyaşlı uşaqların həyatına dərin nüfuz edir və haqlı olaraq həmin yaş dövrlərini çox vaxt "oyun dövrü" adlandırırlar. Görkəmli pedaqoqlar oyunların uşaqların həyatında böyük rol oynadığını dəfələrlə qeyd etmişlər. Uşaq oyunlarının mahiyyəti və əhəmiyyətini xarakterizə edərək yazmışlar ki, oyunun məktəbəqədər yaşlı uşaqlar üçün müstəsna dərəcədə əhəmiyyəti vardır, oyun onlar üçün təlimdir, oyun onlar üçün tərbiyənin ciddi bir şəklidir.

İdman oyunları sistemi və formasına görə müxtəlif olduğuna baxmayaraq, insanlara eyni fiziki və əxlaqi-iradi keyfiyyətlər aşılayır. Bu oyunlarda idmançıda həm fiziki: sürət, qüvvə, çeviklik, cəldlik, dözümlülük və elastiklik, həm də iradi: mərdlik, cəsarətlilik, habelə yoldaşlıq, dostluq, kollektivçilik, beynəlmiləlçilik, vətənpərvərlik kimi yüksək insani-əxlaqi keyfiyyətlər yaradır.

İdman oyunları ilə müntəzəm məşğul olanların orqanizmində fizioloji proseslər sürətlənir, əzələlərin və sümük oynaqlarının çevikliyi və mütəhərrikliyi artır. İdman oyunları komandaların tərkibinə, oyun qaydalarına, məqsəd və vəzifəsinə, habelə texniki və taktiki səylərə görə mütəhərrik oyunlarından fərqlənir. Müasir idman oyunları məşğul olanlardan yüksək fizikin hazırlıq, texniki və taktiki vərdişlərə yiyələnmək, habelə mahir bacarıq, mübarizə xarakteri tələb edir.

Hər bir xalqın öz milli, estetik duyğularından qidalanmış xalq oyunları olduğu kimi, Azərbaycan milli xalq oyunları da zamanın süzgəcindən keçmiş və cilalanaraq yaşamaq hüququ qazanmışdır. Milli oyunlar hər xalqın özünəməxsus həyat tərzinin, məşğuliyyətinin məhsulu olmaqla bərabər, həm də onların yaşadığı iqlim şəraiti ilə də sıx bağlıdır. Azərbaycan milli xalq oyunları da digər xalqların fiziki və əqli inkişafına xidmət edən ənənəvi idman növləri kimi, onların həyatda qalması və mübarizə məqsədi daşıyır. İnsanlar yerinə yetirdikləri fiziki hərəkətləri və əmək vərdişləri üzrə sınaqlarını, döyüş və mübarizə növlərini, məsələn, güləş, qaçış, tullanma, ağırlıqqaldırma, üzgüçülük, avarçəkmə, oxatma, qılıncoynatma, nizə atmaq və sairəni ilk yaranan idman növləri kimi qəbul etmək olar.

Oyunlar milli olduğu qədər də ümumbəşəridir. Şifahi ənənəyə əsaslanan, həmin ənənə əsasında yaranan, yaşayan və nəsildən-nəslə ötürülən oyunların ayrı-ayrı xalqlara məxsus özəllikləri olduğu kimi, ortaq dəyərləri də vardır. Hər xalq öz ibtidai mifoloji görüşlərinin məhsulu olaraq oyunlarını yaratmışdır.

Azərbaycanda ənənəvi oyunları tədqiq etmək üçün onları iki hissəyə böldük:

- Ənənəvi oyunlar və meydan tamaşaları;
- İdman oyunları.

Əslində ənənəvi idman oyunları da meydan tamaşalarının tərkib hissəsi hesab olunur. Böyük cıdır tamaşaları, at yarışları və atla bağlı müxtəlif oyunlar güc nümayiş etdirilən idman oyunları idi. Zorxana oyunları böyük meydanlarda xüsusi hazırlanmış sahələrdə keçirilirdi. Meydan tamaşaları, adından da məlum olduğu kimi, xalq yaradıcılığının bu sahə üzrə ixtisaslaşmış və sənət ənənələrinə söykənən sənətkarlar tərəfindən açıq havada nümayiş etdirilən əyləncələr idi. Fərdi sənətkarlarla yanaşı, xüsusi qrupların oyunları da xeyli tamaşaçı toplayırdı. Meydan tamaşalarının əsas oyunlarından biri cıdır tamaşaları idi. Burada at çapma, at oynatma, atla oxatma, kəmənd atma üzrə yarışlar keçirilirdi. Xalqın həftələr ərzində hazırlaşdığı cıdır tamaşaları böyük el şənliyinə, bayrama çevrilirdi. Atlı yarışlarından sonra güc yarışları başlayır, zorxanaya meydan verilirdi. Ənənəvi idman növü olan zorxana oyunları meydan tamaşalarının əsas oyunlarından idi. Azərbaycanda keçirilən zorxana tamaşalarının tarixi qədim dövrlərə gedib çıxır. Pəhləvanlar meydana mil oynada-oynada çıxar, rəcəz oxuyardılar. Özlərinə tərəf müqabil axtarardılar. Oyun zamanı pəhləvanlar bir dairə içərisində güc sınağına çıxardılar. Zorxanalarda sim pəhləvanlarının, kəndirbazların nömrələri də maraqla qarşılanardı.

Ənənəvi oyunlar və meydan tamaşaları musiqi, rəqs, məzhəkə, nəqletmə, yarışma və s. ünsürlərdən yaranmışdır. Açıq havada, şəhər meydanlarında, kəndlərdə geniş sahələrdə, karvansaralarda, bazar və küçələrdə göstərilən

meydan tamaşaları ənənəvi xalq teatrıdır. Tamaşaçılarla əhatələnmiş sahədə, meydanda oynanıldığı üçün ona (orta oyunu) meydan tamaşası deyilmişdir. Meydan tamaşaları termini altında əsasən Azərbaycanda oynanılan təhkiyəli, süjetli xalq oyunları nəzərdə tutulur. Xalqın özü qədər qədim olan meydan tamaşaları oyunçu və tamaşaçı arasında baş verən səmimi münasibətlər şəraitində göstərilən tamaşalara verilmiş addır. Bu tamaşalar masqarabazlar, nağılçılar, aşıqlar, məzhəkəçilər, kukla oyunçuları tərəfindən inkişaf etdirilərək ənənəvi meydan və ya xalq tamaşalarının özəyini yaratmışdır.

Məişətlə bağlı müxtəlif əyləncələr zaman keçdikcə daha kütləvi xarakter alaraq təkmilləşmiş, xalq yaradıcılığı xəzinəsinə daxil olmuşdur. Xalq tamaşaları mərasimlər və oyunlar içərisində yaranmış və yayılmışdır. Meydan tamaşalarının kökləri xalqın məişəti, həyat tərzi, dünyagörüşü, toy və mərasim ənənələri ilə bağlıdır. Qədim türk tayfalarında musiqinin müşayiəti ilə oynanılan kollektiv rəqslər – yallılar bütün növ milli oyunların ilkin örnəkləridir.

Meydan tamaşalarının və ya milli oyun sənətinin yaranması və inkişafı bir çox ünsürlərə bağlıdır. Azərbaycanda meydan tamaşalarının bir hissəsi olan mərasim tamaşaları mövsümi mərasimlər olub əsasən yazın gəlişi, əkinin başlanması, məhsulun toplanması, elatın yaylağa çıxması, qoyun qırxımı, xırman və s. hadisələr ilə əlaqəlidir. Mövsümi xarakter daşıyan tamaşalarda da əkinçilik və maldarlıqla bağlı tamaşalar oynanılır

Ümumiyyətlə, multikulturalizm Azərbaycan xalqının həyat tərzidir desək, yanılmarıq, çünki bizdə onun möhkəm təməli və tarixi əsasları vardır. Bütün xalqlarla dinc, yanaşı yaşamaq, dini və milli azlıqlara hörmətlə yanaşmaq, tolerantlıq burada həmişə üstün səviyyədə olmuşdur. Hər bir xalqın və cəmiyyətin təkamülündə milli oyunların, tamaşaların əvəzsiz rolu olmuşdur. Xalqların ilkin təsəvvürləri, həyata baxışı bu oyunlarla ifadə olunmuşdur. Oyunlar mövzu, məzmun, yaranma yolu və formaları baxımından da çox zəngin, rəngarəngdir. Bu oyunları birləşdirən əsas nüans isə insanlar və eyni zamanda xalqlar arasında həmrəylik, xoş əhval-ruhiyyə, ən başlıcası səmimiyyət yaratmaqdır.

Fiziki hazırlıqla yanaşı, qədim idman oyunları xoş zaman keçirtməyi, əyləncəni, istirahəti də əhatə edən geniş məfhumdur. Buna görədir ki, qədimdən bəri bütün xalqlarda idman həm bədənin, həm də ruhun başlıca tərbiyə metodlarından biri hesab olunur. Əqli və stolüstü oyunlar da xüsusilə Şərq aləmində müdrikliyə, dərin biliklərə təkan olmuşdur.

Azərbaycanda oyunlar meydan, mərasim, əyləncə və idman xarakterli olub ənənəvi, milli mahiyyəti əks etdirir. Hər xalqın mədəni həyatının süzgəcindən keçən və yaşamaq hüququ qazanan oyunlar o xalqın milli kimliyini əks etdirir. Azərbaycanda oynanılan bu oyunlar da xalqımızın sərvəti və mədəni irsidir. Güman edirik ki, bu kitabla Azərbaycanda meydan və xalq oyunları, eləcə də ənənəvi idman oyunları haqqında aydın mənzərə yarada bildik.

Qeyd edək ki, ən qədim tarixə malik olan xalq və uşaq oyunları, eyni zamanda tamaşalar, qaravəllilər nəsildən-nəslə keçərək həm yaddaşlarda, həm də əlyazmalarda bu günümüzə qədər qorunub saxlanmışdır. “Oyunlar haqqında ilk məlumatlar bizə qədim mənbələrdə gəlib çatmışdır. Onlardan ən kamili M. Kaşğarinin “Divanı”dır. Burada bir çox uşaq oyunları - “Çərpələng”, “Munquz-munquz”, “Qaraquni”, “Əbəəbə”, “Köç” və s. barədə məlumat verilir”.(?)

XIX-XX əsrlərdə Azərbaycanın bir çox ziyalıları - M.Ş. Vazeh, S.Ə. Şirvani, Ə. Haqverdiyev, M. Mahmudbəyov, F. Köçərli, M.H. Təhmasib və başqaları xalq və uşaq oyun və tamaşalarını toplamış, nəşr etdirmişlər. “Çövkən”, “Çiling ağac”, “Dirədöymə”, “Motal-motal”, “Sultan”, “Xəndəyə düşmə”, “Top al qaç”, “Qələndər, ay Qələndər”, “Aşıq-qoz”, “Bənövşə”, “Şənlik”, “Ənzəli”, “Əl üstə kimin əli”, “Dəsmalı ver” (“Dələdəsmal”), “Cıdır”, “Yeddi daş”, “Qazlar, qazlar”, “Tut qolundan, dart”, “Rəngrəng”, “Sümük-sümük”, “Quş uçdu” kimi oyunlar Azərbaycan folklorunun ən gözəl nümunələridir.

Milli uşaq oyun və tamaşaları həm böyüklər, həm də uşaqların özləri tərəfindən yaradılır. Oyunlar onların arzu və istəklərini ifadə edir, istirahətlərinin əyləncəli və səmərəli keçirmələrinə yardımçı olur. Onun hər bir kəsi özünə cəlb etmək sehri var. Oyunlar elə bir fəaliyyət növüdür ki, onun motivasiyası məhz oyun zamanı meydana gəlir. Oyun zamanı uşaqlar fərasəti, iradəni, dözümü, əzmi nümayiş etdirir, qələbəyə can atma, birincilik əldə etmə istəyi ilə əlaqədar olaraq yaradıcı fantazilayalarını işə salırlar.

Odur ki, oyunlar əsl yaradıcılıq fəaliyyətidir. Uşaqlıq illərini milli oyunlarsız keçirən insanın bir şəxsiyyət kimi formalaşması həqiqətən də çətinləşir.

İlk növbədə uşaqlar oyunlar zamanı hərəkətə, dinamikaya, düzüb-qoşmağa olan ehtiyaclarını ödəyir, istək və arzularını həyata keçirirlər. Uşaq oyunları kiçik yaşlarında hafizənin möhkəmlənməsinə, diqqətin artırılmasına, rənglər dünyasına bələd olmağa, hesablama vərdişlərinin yaranmasına kömək edir. Onlar uşaqlarda birlik və bərabərlik, dostluq kimi mənəvi prinsiplərin, humanist hisslərin aşılanmasına böyük yardımçı olur. Eyni zamanda oyunlar uşaqlarda aktivlik, liderlik, cəldlik, ceviklik, hazırcavablıq kimi psixoloji keyfiyyətlərin meydana gəlməsinə çox kömək edir. Ən başlıcası isə uşaq oyunları müəyyən bir ortamda həyata keçirildiyi üçün insanın sonrakı sosial həyatında cəmiyyətə adaptasiyası məsələsini asanlaşdırır.

Uşaq oyunları onların yaş səviyyəsinə, zövqünə, dünyagörüşünə, psixikasına uyğun olaraq fərqlənir. Bu sahədə araşdırma aparan bəzi alimlər oyunları ifasına, uşaqların məişətində tutduğu yerinə və roluna görə iki hissəyə ayırır: 1. Mütəhərrik oyunlar (hərəkətli); 2. Söz oyunları. Müəyyən qisim araşdırıcılar isə onları şərti olaraq belə bölürlər: 1. Cəldlik, çeviklik və hərəkətlə bağlı oyunlar; 2. Ayin, etiqad və mərasimlərlə bağlı oyunlar; 3. Gözbağlıca oyunları.

Ümummilli liderimiz Heydər Əliyev fiziki tərbiyə və idmanın inkişafına çox böyük diqqət ayırmış və öz çıxışlarının birində bu haqda belə demişdir. "İdmanın və bədən tərbiyəsinin inkişafı üçün görülən işlər, gələcəkdə görəcəyimiz işlər, dövlətin və hökumətin siyasətinin əsas istiqamətlərindən biridir".

Problemin aktuallığı. Fiziki tərbiyə və idman sahəsi üzrə aparılan elmi tədqiqat işlərinin məqsədi yaşından, etnik mənşəyindən, sağlamlıq vəziyyətindən asılı olmayaraq, hər kəsin idman fəaliyyəti sahəsində genişləndirilməsi məsələsini həll etmək, idman və gənclər təşkilatlarının, klubların, cəmiyyətlərin, həmçinin məşqçi və könüllülərin dinamik şəbəkəsini yaratmaq, idmanla kütləvi şəkildə məşğul olmaq üçün insanların problemlərinin həlli yollarını tapmaqdır.

Problemin elmi yeniliyi. Fiziki tərbiyə və idman oyunlarının kütləviliyini təmin etmək günümüzün vacib məsələlərindəndir. İdman oyunlarının kütləviliyi gənc nəslin mənəvi və fiziki inkişafı üçün vacibdir.

Problemin praktik əhəmiyyəti. İdman oyunları məşğul olanlardan yüksək fiziki hazırlıq, texniki və taktiki vərdişlərə yiyələnmək, habelə mahir bacarıq, mübarizə xarakteri tələb edir.

Ədəbiyyat:

1. Abasov, T.T. İdman və mütəhərrik oyunlar: Dərslik. -Bakı, -1987.
2. Ələkbərov H.Y., İbrahimova N.M., Hüseynov F.C., Həsənova E.B. "Hücum taktikasının təlim metodikası". Metodiki vəsait. -Bakı, -2008.
3. Ələkbərov H.Y., İbrahimova N.M., Həsənova E.B. Basketbolçuların məşq və yarış prosesində bərpaetmə tədbirləri. Metodik vəsait. -Bakı, -2003.
4. İbrahimova N.M., Həsənova E.B., Ağalıyev A.A. İdman oyunlarında kompleks nəzarət. Metodik vəsait. -Bakı, -2010.
5. İbrahimova N.M., Ağalıyev A.A. Mərkəz oyunçusunun hazırlanması üçün bəzi tövsiyələr. Metodiki vəsait. Bakı, -2011.

E-mail: pervizquliyev82@mail.ru
Rəyçilər: *dos.* **İ.S. Əliyev,**
ped.ü.fəls.dok. **Y. Səmədov**
Redaksiyaya daxil olub:16.09.2022.