

Военно-патриотическое воспитание молодежи направлено на обеспечение подготовки к военной службе в рядах армии и занимает особое место в воспитании их патриотизма.

Высшим проявлением патриотизма является целеустремленная деятельность народных масс в общественном строю и самоотверженный труд на защиту Родины. Главным условием в области выполнения стоящих перед страной задач является воспитание воинского патриотизма народных масс, их подготовка к защите Родины.

## **ORGANIZATION OF MILITARY PATRIOTIC EDUCATION OF YOUTH IN THE MODERN STAGE**

***Mammadova Mahnur Gafar, Mammadov Shahmar Rustam,  
Amiraslanov Sarkhan Nail***

### ***Summary***

As one of the most important directions of the state youth policy, education of the young generation in a patriotic spirit is always in the center of attention in our country. Continuous measures are being taken in the direction of strengthening the feelings of patriotism among young people and increasing the mass of military-sports games. Military patriotism education of young people is aimed at providing preparation for military service in the ranks of the army, and it has a special place in their patriotism education.

The highest manifestation of patriotism consists of purposeful activity of the masses of the people in the social structure and selfless work for the defense of the Motherland. The main condition in the field of fulfilling the tasks facing the country is the education of military patriotism of the masses of the people, their preparation for the defense of the motherland.

*Rəyçi: dosent Nəbiyev Niyazi*

*Mülki müdafiə və çağırışa qədərki hazırlıq kafedrasının 22 dekabr 2022-ci il tarixli iclasın 04 sayılı protokolu*

*Daxil olma tarixi: 23 dekabr 2022-ci il*

**UOT:37.**

## **NİZAMİ GƏNCƏVİNİN FİZİKİ TƏRBİYƏ HAQQINDA FİKİRLƏRİ**

***Qazaxova Şahnaz Xəlilhacı qızı, Cəfərov Urfan Xəlil oğlu***

***Gəncə Dövlət Universiteti***

***[Shahnaz\\_qazaxova@mail.ru](mailto:Shahnaz_qazaxova@mail.ru)***

**Xülasə:** *Dahi şair və böyük Alim olan Nizaminin əsərlərində Fiziki tərbiyə, təbiətşünaslıq, riyaziyyat, astronomiya, kosmologiya, fəlsəfə, ilahiyyat, tibb, psixologiya, musiqi və s. elmlərə aid zəngin və dərin elmi mahiyyətə malik olan məlumatlara rast gəlirik. Bütün bunlar ona dəlalət edir ki, Nizami Gəncəvi öz dövrünün bütün elmlərinə dərinlən yiyələnən böyük alim olmuşdur.*

*Müasir elmi pedaqogikaya görə tərbiyənin başlıca tərkib hissələrindən biri də fiziki tərbiyədir. “Fiziki bacarıqların və fiziki keyfiyyətlərin, habelə gigiyenik bilik və bacarıqların insanlara məqsədyönlü və planlı surətdə aşılınması prosesi fiziki tərbiyədir”.*

*Fiziki tərbiyə, şübhəsiz ki, ümumi fiziki inkişafın təmin olunmasında fiziki kamilliyin əldə edilməsi prosesində mühüm rol oynayır.*

*Fiziki qabiliyyətlər, bacarıq və vərdişlərin icra olunması, formalaşması haqqında fikirlər bildirmişdi. Nizami Gəncəvi fiziki sağlamlığın əhəmiyyətini çox yüksək qiymətləndirərək yazdığı əsərlərdə göstərirdi ki, insanın cismani cəhətdən sağlam və möhkəm olması onun əqli və əxlaqi inkişafına və ruhuna da müsbət təsir göstərir.*

**Açar sözlər:** bədən tərbiyəsi, fiziki keyfiyyət, fiziki şücaət, Nizami Gəncəvi, fiziki qabiliyyət

**Key words:** physical education, physical quality, physical skills, Nizami Ganjavi, physical ability

**Ключевые слова:** Физическая культура, физическое качество, физическое мастерство, Низами Гянджави, физическая способность

İlyas Yusif oğlu Nizami 1141-ci il avqust ayının 17-də Azərbaycanın qədim mədəniyyət mərkəzlərindən biri olan Gəncə şəhərində öz dövrü üçün kifayət qədər nüfuzlu və ziyalı bir ailədə dünyaya göz açmışdır. Ömrünün axırına qədər Gəncədə yaşamış yazıb-yaratmışdır. Nizami Gəncəvi 1209-cu ildə vəfat etmişdir.

Kamil insanın formalaşmasında elmin, təhsilin, biliklərə yiyələnməyin çox böyük rol oynadığını döənə-döənə qeyd edən şair insanı heyvanlardan fərqləndirən əsas əlamət onun ağılı, kamalı və ağılın çırağı isə elmdir, bilikdir: oldugunu bütün, əsər, poema, şer və qəzəllərində əks etdirmişdir.

“Qüvvət elmdədir, başqa cür heç kəs, heç kəsə üstünlük eyləyə bilməz” və ya başqa misrada

- İnsana arxadır onun kamalı,
- Ağıldır hər kəsin dövləti, malı.

Dahi şair Nizami Gəncəvi eyni zamanda dövrünün görkəmli filosofu idi. Yaradıcılığının Fəlsəfi spekdə tədqiqi göstərir ki, Nizami dünyanın Allah tərəfindən yaradıldığını qəbul etmiş, ömrünü Allaha ibadətə və yazıb-yaratmaqla keçirmişdir. İnsan həyatının yaşadığımız dünyadan ibarət olmadığını şerlərində qeyd etmişdir və ölümü bu cür vəsf etmişdir.

Hərçənd ki dünyada ölüm gerçəkdir,

Ölüm ölmək deyil, yer dəyişməkdir.

Dahi şair və böyük Alim olan Nizaminin əsərlərində Fiziki tərbiyə, təbiətşünaslıq, riyaziyyat, astronomiya, kosmologiya, fəlsəfə, ilahiyyat, tibb, psixologiya, musiqi və s. elmlərə aid zəngin və dərin elmi mahiyyətə malik olan məlumatlara rast gəlirik. Bütün bunlar ona dəlalat edir ki, Nizami Gəncəvi öz dövrünün bütün elmlərinə dərinlən yiyələnən böyük alim olmuşdur.

Müasir elmi pedaqogikaya görə tərbiyənin başlıca tərkib hissələrindən biri də fiziki tərbiyədir. “Fiziki bacarıqların və fiziki keyfiyyətlərin, habelə gigiyenik bilik və bacarıqların insanlara məqsədyönlü və planlı surətdə aşılınması prosesi fiziki tərbiyədir”.

Dahi şairin “Kamil insan” konsepsiyasına görə hər bir bəşər övladı hərtərəfli inkişaf etməli, həm əqli cəhətdən zəngin, həm məənəviyyatca saf, həm də fiziki cəhətdən sağlam və möhkəm olmalıdır.

Fiziki tərbiyə, şübhəsiz ki, ümumi fiziki inkişafın təmin olunmasında fiziki kamilliyin əldə edilməsi prosesində mühüm rol oynayır.

Fiziki qabiliyyətlər, bacarıq və vərdişlərin icra olunması, formalaşması haqqında fikirlər bildirmişdi. Nizami Gəncəvi fiziki sağlamlığın əhəmiyyətini çox yüksək qiymətləndirərək yazdığı əsərlərdə göstərirdi ki, insanın cismani cəhətdən sağlam və möhkəm olması onun əqli və əxlaqi inkişafına və ruhuna da müsbət təsir göstərir:

Həç də təsadüf deyil ki, fiziki tərbiyəyə belə yüksək qiymət verən şair - pedaqoqun yaratdığı müsbət obrazların demək olar ki, hamısı (Xosrov, Fərhad, Bəhram, İsgəndər və s.) özünün ağıllı və mənəviyyatca zəngin olması ilə yanaşı, fiziki bacarıq və keyfiyyətləri: At çapmaları, ox atmaları, hünərliliylə, cəldliyi, çevikliyi, güclülüüyü, cəsarətliyi, dözümlüüyü və s. ilə fərqlənilirlər.

“Yeddi gözəl” əsərinin baş qəhrəmanı Bəhram da ağıllı, əxlaqı ilə yanaşı fiziki bacarıq və keyfiyyətləri ilə diqqəti cəlb edir. Belə ki, gənc Bəhram başqalarından “Qüvvətli əli”, At çapmağı, “Canavarın boynunu qırmağı”, “Şirin pəncəsini qırmağı”, Atdığı oxla “Qart daşı” bir-birinə tikməyi ilə fəqlənir:

Nizami Gəncəvi bütün poemalarında fiziki bacarıq və keyfiyyətlərin əhəmiyyətini və insan sağlamlığı üçün zəruriliyini döənə-döənə qeyd etməklə bərabər, onların aşılmasının bəzi yollarını da göstərmişdir. Bu baxımdan “Yeddi gözəl” poemasında “Bəhramın öz kənizi ilə macərəsi” adlı hekayə fikrimizə parlaq misaldır.

Hekayədə deyilir ki, Bəhram Gur bir gün çox sevdiyi Fitnə adlı kənizi ilə ova çıxır. Ovda Bəhram nə qədər çox məharət göstərsə də ədalətli Fitnə onu tərəfləmir. Şah bunu görüb Fitnəyə deyir: – Qabaqdan qaçıb gələn ceyranı necə ovlasam mənim məharətimi qiymətləndirərsən? Qız cavab verir ki: “İnanaram qüdrətinə mən, onun dırnağını başına tixsən”. Bəhram Gur ovu böyük məharətlə yerinə yetirdikdən sonra qızdan soruşur: “Necədir hünərim?” Fitnə şaha belə cavab verir: **Söylədi:**

***“Şah buna etmişdir Adət,  
Səyilməz heç yerdə Adət Məharət.  
İnsan etsə əgər bir işə Vərdiş,  
Çətin olsa belə, görülməz bu iş.***

Şah Fitnənin bu cavabından bərk qəzəblənir və bir sərhəngə tapşır ki, onu aparıb öldürsün. Lakin sərhəngin Fitnəyə yazığı gəlir, onu öldürmür, öz evində gizlədir. Şahın ov edərkən ceyranın dırnağını başına tikməsinin vərdiş olduğunu, Bəhram şaha sübut etmək üçün, Fitnə burada hər gün körpə buzovu boynuna alaraq, altmış pilləli eyvana qaldırır. Bu iş hər gün-körpə buzov altı illik nəhəng öküzə çevrilənədək təkrar olunur. Şair burada həmin “möcüzə”nin sirrini belə şərh edir:

***Hər gün sənət oldu o güləndəmə,  
Çıxarmaq öküzü tövlədən dama.  
Eylədi beləcə bu işdə adət,  
Yükündən görmədi zərrə əziyyət.  
Böyüyən öküzün artıqca əti,  
Qızın da artırdı gücü, qüvvəti.***

Bu misralarda dahi şair bildirir ki, hər gün eyni hərəkətin təkrarlanması nəticəsində buzovun altı il müddətində öküz olma müddətinə qədər tövlədən dama çıxarmaqla bu işin adətə, vərdişə çevrilməsini və öküzün böyüyərək çəkisinin artması, eyni zamanda Fitnənin də fiziki qabiliyyətlərinin gücünün, qüvvətinin, dözümlüünün artmasına səbəb olmuşdur. Fitnənin tapşırığı ilə sərhəng Bəhram Guru qonaq çağırır və o burada Qızın nəhəng öküzü boynuna alıb altmış pillə yuxarıda yerləşən eyvana qaldırdığının şahidi olur. Fitnə şaha deyir ki, öz gücümle öküzü yuxarı qaldırdım, elə güclü adamın varsa gəlib onu aşağı salsın. Şah qıza belə cavab verir: **Şah dedi:**

***“Gücündən deyil bu, əlbət  
Əvvəldən bu işə etmişən adət.  
Vərdiş eyləmişən hər il başabaş,  
Öyrənmisən buna sən yavaş-yavaş.***

***Ölçüb çıxarmısan belə sınaqdan,  
Odur ki, olmursan əldən-ayaqdan”.***

Fitnə şaha bildirdi ki, nə üçün öküzü qaldırmaq adət, vərdiş sayılır, ancaq balaca ceyranı ovlamaq yox? Bəhram Gur Fitnəni tanıyır və onu öldürmək qərarı verdiyindən peşiman olur.

Beləliklə, bu səhnədən aydın görünür ki, şair-pedaqoq fiziki bacarıq və vərdişlərin aşılmasında məşq üsulunun rolunu çox yüksək qiymətləndirir və öyrədir ki, fiziki hərəkətlərin dönmə-dönə təkrarlanması, yəni məşq etdirilməsi sayəsində insan böyük uğurlar əldə edə bilər. Nizami Gəncəvi, “Xəmsə”də Çövkən, Nərd, Şahmat və s. oyunların adını çəkmiş, həmin oyunların səciyyəvi xüsusiyyətlərini göstərmişdir.

***Ədəbiyyat***

1. N.Gəncəvi. “Sirlər Xəzinəsi”
2. N.Gəncəvi “[Xosrov və Şirin](#)”
3. N.Gəncəvi “[Leyli və Məcnun](#)”
4. N.Gəncəvi “[Yeddi gözəl](#)”
5. N.Gəncəvi “[İsgəndərname](#)”
6. B.Apoyev “Nizami Gəncəvinin pedaqoji görüşləri”

**THOUGHTS OF NIZAMI GANJAVI ABOUT PHYSICAL CULTURE**

***Gazaxova Shahnaz Xalilhaci, Cəfərov Urfan Xalil***

***Summary***

Physical education, natural education, mathematics, astronomy, cosmology, philosophy, apology, medicine, psychology, music, etc. In the work of the ingenious poet and the great scientist. We are in information that has a rich and deep scientific nature of science. All this indicates that Nizami Gandjavi was a great scientist who deeply acquired all the sciences of his time.

According to modern scientific pedagogy, one of the main components of upbringing is physical education. "The process of physical skills and physical qualities, as well as targeted and planned instillations of hygienic knowledge and skills - is physical education."

Physical education, of course, plays an important role in the process of acquiring physical excellence in ensuring general physical development.

He expressed his opinions about the execution and formation of physical abilities, skills and habits. Nizami Gandjavi also appreciates the importance of physical health in the works that the person is physically healthy and strong, the fact that it has a positive effect on his mental and moral development and spirit.

**МЫСЛИ НИЗАМИ ГАНДЖАВИ О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**

***Газахова Шахназ Халилхаджи кызы, Джафаров Урфан Халил оглы***

***Резюме***

Физическое воспитание, натуральное образование, математика, астро-номия, космология, философия, богословия, медицина, психология, музыка и т.д. в работе гениального поэта и великого ученого. Мы находимся в информации, которая имеет богатую и глубокую научную природу науки. Все это указывает на то, что Низами Ганджави был великим ученым, который глубоко приобрел все науки его времени.

Согласно современной научной педагогии, один из основных компонентов воспитания - это физическое воспитание. «Процесс физических навыков и физических

качеств, а также целенаправленные и планируемые инстилляции гигиенических знаний и навыков - это физическое воспитание».

Физическое воспитание, конечно, играет важную роль в процессе приобретения физического совершенства в обеспечении общего физического развития.

Он выразил мнения о казни и формировании физических способностей, навыков и привычек. Низами Ганджави также ценит важность физического здоровья в произведениях, что человек физически здоров и сильный, тот факт, что он положительно влияет на его психическое и моральное развитие и дух.

*Rəyçi: b/m. İ. Haqverdiyev*

*Bədən tərbiyə və İdman kafedrasının 17 noyabr 2022-ci il tarixli iclasın 03 sayılı protokolu*

*Daxil olma tarixi 23 noyabr 2022-ci il*

UOT:796.

## **BOKS İDMAN NÖVÜNDƏ TƏLİM-MƏŞQ PROSESİNİN GİGİYENİK ŞƏRTLƏRİ**

*Əliyev Tofiq Bəndər oğlu, Əliyev Orxan Tofiq oğlu*

[tofiqliyev2@gmail.com](mailto:tofiqliyev2@gmail.com)

*Gəncə Dövlət Universiteti*

**Xülasə:** *Təlim-məşq prosesi boksçunun sağlamlığının möhkəmlənməsinə maksimal dərəcə təsir etməlidir. Buna görə də yüksək idman nailiyyətlərinə doğru yönəldilən məşqlər müəyyən gigiyenik şəraitlərdə və daim həkim-pedaqoji nəzarətlə həyata keçirilməlidir.*

*Boksçu həkimin məsləhətlərinin və özünə-nəzarətin göstəriciləri əsasında öz orqanizminin xüsusiyyətlərini öyrənməli və fiziki hərəkətlərin köməyi ilə sağlamlığın möhkəmləndirilməsi üçün ən optimal təsir vasitələri seçməlidir.*

*Orqanizmin yüksək iş qabiliyyətinə, normal sağlamlıq vəziyyətinə və lazım olan məşqlilik səviyyəsinə nail olması üçün həmin qida maddələrinin qəbul edilməsi zəruridir.*

**Açar sözlər:** *Təlim-məşq, sağlamlıq, gigiyena, boks, masaj, orqanizm*

**Ключевые слова:** *Тренировки, здоровье, гигиена, бокс, массаж, тело*

**Keywords:** *Training, health, hygiene, boxing, massage, body*

Təlim-məşq prosesi boksçunun sağlamlığının möhkəmlənməsinə maksimal dərəcə təsir etməlidir. Buna görə də yüksək idman nailiyyətlərinə doğru yönəldilən məşqlər müəyyən gigiyenik şəraitlərdə və daim həkim-pedaqoji nəzarətlə həyata keçirilməlidir.

**Boksçunun şəxsi gigiyenası.** *Boksçu həkimin məsləhətlərinin və özünə-nəzarətin göstəriciləri əsasında öz orqanizminin xüsusiyyətlərini öyrənməli və fiziki hərəkətlərin köməyi ilə sağlamlığın möhkəmləndirilməsi üçün ən optimal təsir vasitələri seçməlidir. Məşq günü elə rejim müəyyən edilməlidir ki, onun məzmununu əmək fəaliyyətinə və idman məşqinə müsbət təsir göstərə bilsin. Bu zaman şəxsi gigiyena və qida rejimlərinə əməl etməklə sağlam həyat tərzinə verilən hərəkətlərin gözlənilməsinə xüsusi diqqət yetirilməlidir.*

*Bədənin təmizliyi sağlamlığın qorunması üçün ən vacib şərtlərdən biridir. Boksla məşğul olanlar öz bədənlərinin təmizliyinə xüsusi diqqət yetirməlidirlər.*