

Ümumi məlumat	Fənnin adı, kodu və kreditlərin sayı	EDU350, Sağlamlıq və fiziki tərbiyə, 6 AKTS
	Departament	Təhsil
	Proqram (bakalavr, magistr)	Bakalavr
	Tədris semestri	2025/26-cı tədris ilinin yaz semestri
	Fənni tədris edən müəllim(lər)	Abbasov Mətin
	E-mail	Metinabbasov4@gmail.com matin.abbasov@khazar.org
	Telefon:	-
	Mühazirə otağı/Cədvəl	Nərimanov korpusu
	Məsləhət saatları	Tələbələrlə razılaşdırılaq
Prerekvizitlər	EDU101	
Tədris dili	Azərbaycan	
Fənnin növü: (məcburi, seçmə)	Məcburi	
Dərslik və əlavə ədəbiyyat	Əsas ədəbiyyat 1. Quliyev, B. (2010). <i>Fiziki tərbiyənin nəzəri-metodik və praktik işlərinin əsasları</i>. Bakı. 2. S. Əliyev, N. Hüseynov. <i>Fiziki tərbiyə dərsliyi</i>. (2019). Bakı. 3. R. K. Bağirov, İ. S. Əliyev. <i>Futbol dərsliyi</i>. (2012). Bakı. 4. Xasanov, X. <i>Atletika</i>. (2023). Bakı. 5. Azərbaycan Respublikası Təhsil Nazirliyi. (2013). <i>Fiziki tərbiyə fənni kurikulumu</i>. Bakı.	
Kursun təsviri	Fiziki tərbiyə fənni təhsil müəssisələrində təhsil qaydalarına uyğun olaraq kadr hazırlığının səmərəli şəkildə həyata keçirilməsi üçün metodologiyasını öyrədir. Fənn təhsilalanlarda fiziki inkişaf, sağlam həyat tərzinin formalaşdırılması və onların gələcək peşə fəaliyyətinə hərtərəfli hazırlanması ilə bağlı biliklərin təmin olunmasına xidmət edir. Bu fənn çərçivəsində tələbələr fiziki məşqlərin elmi əsaslarını, hərəkət bacarıqlarının inkişaf etdirilməsi üsullarını və fiziki hazırlığın artırılması yollarını öyrənirlər. Eyni zamanda, fiziki tərbiyənin planlaşdırılması, təşkili və qiymətləndirilməsi prinsipləri haqqında nəzəri biliklər əldə edir, praktik məşğələlər vasitəsilə bu bilikləri tətbiq etmək imkanı qazanırlar.	
Kursun məqsədləri	Kursun məqsədi gələcək müəllimlərə ümumtəhsil və digər təhsil müəssisələrində şagirdlərin sağlamlığının qorunması və inkişaf etdirilməsi istiqamətində fiziki tərbiyə fənninin nəzəri və praktik əsaslarını mənimsətmək, eləcə də onların gələcək pedaqoji fəaliyyətində bu bilik və bacarıqları səmərəli şəkildə tətbiq etmələrini təmin etməkdir. Kurs çərçivəsində tələbələrin şagirdlərin fiziki inkişafının dəstəklənməsi, sağlamlığının möhkəmləndirilməsi və sağlam həyat tərzinin formalaşdırılması sahəsində peşəkar səriştələrinin inkişaf etdirilməsi hədəflənir.	

Tədrisin (öyrənmənin) nəticələri	- Fiziki tərbiyə fənninə dair geniş məlumat əldə edəcək; - Şagird-müəllim münasibətlərinin qarşılıqlı əlaqəsini təhlil edəcək; - Şagirdlərin fiziki və funksional inkişaf göstəricilərinin müqayisəli şəkildə qiymətləndirə biləcək; - Fiziki tərbiyə fənninin ilkin anlayışları ilə yaxından tanış olacaq.		
Tədris metodları	Qrup müzakirəsi	+	
	Praktik tapşırıqlar	+	
	Praktik məsələlərin həlli	+	
Qiymətləndirmə	Komponentləri	Tarix (son müddət)	Faiz %
	Fəallıq	Semestr ərzində	10
	Davamiyyət	Semestr ərzində	10
	Təqdimat		10
	Aralıq imtahanı		30
	Final imtahanı		40
	Yekun		100
Qaydalar (Tədris siyasəti və davranışı)	Fəallıq Tələbələr praktiki dərslərdə idman formasında iştirak etməli və fəallıqlarına görə qiymətləndiriləcəklər. Praktiki məşğələlər zamanı tələbələr tapşırıqları həm fərdi, həm də qrup şəklində yerinə yetirməli, tədris prosesində aktiv iştirak etməlidirlər. Praktiki fəaliyyətin keyfiyyəti, intizam və iştirak səviyyəsi qiymətləndirmə meyarları sırasında nəzərə alınacaqdır. Davamiyyət Tələbələrin bütün dərslərdə iştirakı vacibdir. Dərsə 15 dəqiqə gecikən tələbəyə qayıb yazılır. Tələbələr müəyyən səbəblərdən (xəstəlik, ailə vəziyyəti) dərslərin buraxılması haqqında məlumatı fakültə dekanlığına təqdim etməlidirlər. 25 %-dən artıq dərs buraxan tələbələr imtahana buraxılmır. Təqdimat Hər bir tələbə semestr ərzində təqdim olunan mövzulara uyğun olaraq fərdi təqdimat hazırlamalıdır. Təqdimatın müddəti 10–15 dəqiqə təşkil edir. Təqdimatdan sonra mövzu ilə bağlı müzakirə aparılır və həm müəllim, həm də tələbələr tərəfindən rəy və qiymətləndirmə verilir. Təqdimatın məzmunu, mövzunun əhatə olunma səviyyəsi, çıxış bacarığı və vaxtın düzgün idarə edilməsi qiymətləndirmə meyarları kimi nəzərə alınır. İmtahanlar Aralıq imtahanı fevral-mart aylarında tədris olunan mövzular üzrə, final imtahanı aprel-may aylarında tədris olunan bütün mövzular əsasında keçiriləcəkdir. Tələbənin imtahanda iştirakı və ya imtahana buraxılması ilə bağlı bütün məsələlər fakültə rəhbərliyi tərəfindən həll olunur.		

İmtahan qaydalarının pozuntuları Aralıq və yekun imtahanları vaxtı tələbə tərəfindən imtahanın gedişini pozmaq və köçürmələr qadağandır. Bu qaydaya əməl etməyən tələbənin imtahan işi ləğv olunur və tələbə 0 (sıfır) qiyməti ilə imtahandan kənarlaşdırılır. Tələbənin davranış qaydaları Dərs zamanı dərs prosesini pozmağa və ya qeyri-etik hərəkətlər etməyə, həmçinin mobil telefondan istifadəsinə icazə verilmir.			
Cədvəl (dəyişdirilə bilər)			
Həftə	Tarix (planlaşdırılmış)	Fənnin mövzuları	Dərslik/Tapşırıqlar
1		Sillabusun təqdimatı Fiziki tərbiyənin nəzəri əsasları və əhəmiyyəti Sağlam həyat tərzini və qidalanma	1.Fiziki tərbiyə dərslik-Səh.43 2.Baloğlu Quliyev-Fiziki tərbiyənin nəzəri-metodik və praktik işlərinin əsasları-Səh.15
2		İdmanda təhlükəsizlik qaydaları Fiziki hazırlığın prinsipləri	1.Fiziki tərbiyə dərslik 2.Baloğlu Quliyev-Fiziki tərbiyənin nəzəri-metodik və praktik işlərinin əsasları-Səh.7
3		Dərsin hissələri və icmalı Dərsin icmalı və hissələri (praktiki)	1.Baloğlu Quliyev-Fiziki tərbiyənin nəzəri-metodik və praktik işlərinin əsasları-Səh.101 1.Fiziki tərbiyə dərslik
4		Hərəkət qabiliyyətlərin izahı Sürət hərəkət qabiliyyəti(praktiki)	1.Fiziki tərbiyə dərslik-Səh.70-71 2.Baloğlu Quliyev-Fiziki tərbiyənin nəzəri-metodik və praktik işlərinin əsasları
5		İdmanda zədələrin profilaktikası Sürət-güc hərəkət qabiliyyəti(praktiki)	1.Atletika kitabı-Səh.20 1.Fiziki tərbiyə dərslik-Səh.78
6		Fiziki tərbiyə dərslərində qiymətləndirmə	1.Kurrikulum-Səh.27 2.Fiziki tərbiyə dərslik-Səh.106
7		Bədənin əyilmə qabiliyyəti (praktiki) Tapşırıq: Qədim və müasir Olimpiya oyunlarını təsvir edin.	1.Fiziki tərbiyə dərslik-Səh.30
Aralıq imtahanı			
8		Qüvvə hərəkət qabiliyyəti (praktiki) İdman oyun növləri və tarixi	1.Fiziki tərbiyə dərslik-Səh.96 1.Futbol dərslik-Səh.44

9		Çeviklik hərəkəti qabiliyyəti (praktiki) Sıra hərəkətləri	1.Fiziki tərbiyə dərslik-Səh.88 1.Baloğlu Quliyev-Fiziki tərbiyənin nəzəri-metodik və praktik işlərinin əsasları-Səh.50
10		Dözümlülük hərəkəti qabiliyyəti (praktiki) Atletika idman növü	1.Fiziki tərbiyə dərslik-Səh.113 Atletika kitabı-Səh.51
11		Sıra hərəkətləri (praktiki) İdman və fiziki tərbiyədə motivasiya və psixoloji amillər	1.Fiziki tərbiyə dərslik-Səh.59 1.Fiziki tərbiyə dərslik-Səh.61
12		Gimnastika (praktiki) Fiziki tərbiyənin pedaqoji prinsipləri	1.Fiziki tərbiyə dərslik-Səh.125 1.Baloğlu Quliyev-Fiziki tərbiyənin nəzəri-metodik və praktik işlərinin əsasları-Səh.101
13		Şən startlər (praktiki) Fiziki tərbiyənin metodları və idarəetmə prinsipləri	1.Fiziki tərbiyə dərslik-Səh.64 1.Fiziki tərbiyə dərslik-Səh.44
14		Basketbol idman növü (praktiki) Fiziki tərbiyənin fizioloji əsasları	1.Fiziki tərbiyə dərslik-Səh.44 1.Fiziki tərbiyə dərslik-Səh.64
15		Voleybol idman növü (praktiki)	1.Fiziki tərbiyə dərslik-Səh.61
Final imtahanı			