Аббас Сәһһәт физики тәрбијә һаггында

Јусиф ТАЛЫБОВ
педагожи елмләр доктору, профессор

XX әср Азәрбајчан мәдәнијјәти тарихиндә өзүнүн хүсуси дәстихәтти, имзасы олан, ичтимаи-сијаси фикирләри илә милләти ојадан, елм өјрәнмәјә, маарифләнмәјә чағыран көркәмли шаир, һәким, ушагларын севимлиси, публисист, «халгынын ән ағыр хәстәлијини, онун савадсызлығыны мүәллимлији илә мүаличә едән» А. Сәһһәт һаггында бир сыра тәдгигатчылар [К. Талыбзадә, Ч. Хәндан, М. Чәлал, М. Ариф вә б.] гијмәтли әсәрләр јазмышдыр. А. Сәһһәтин маарифчилик, педагожи фәалијјәти дә тәдгигатчыларын диггәтиндән јајынмамышдыр. Тәдгигатчы И. Исајев А. Сәһһәтин педагожи көрүшләри һаггында намизәдлик диссертасијасы мүдафиә етмишдир. И. Исајевин тәдгигатындан бир нечә сәһифәлик мә'лумат истисна олунмагла бу тәдгигатларын һеч бириндә А. Сәһһәтин физики тәрбијә һаггында фикирләринә јер верилмәмишдир. Һалбуки А. Сәһһәтин әсәрләриндә, мәгаләләриндә кәнч нәслин физики тәрбијәси мүһүм јер тутур. Бу һәм дә А. Сәһһәтин нәзәр-диггәтини бир һәким кими чәлб етмишдир. О, тәртиб етдији дәрсликләрдә, ше'рләриндә вә һекајәләриндә кәнч нәслин сағламлығына, физики камиллијинә даир гијмәтли, бу күн дә әһәмијјәтини итирмәјән фикирләр сөјләмишдир.

А. Сәһһәт физики тәрбијәнин мүһүм вәзифәләриндән бирини кәнч нәслин сағламлығына хидмәт едән васитә олмасында көрүрдү. Бу бахымдан «Јени мәктәб» дәрслијинин бешинчи бөлмәсиндә верилмиш «Чан сағлығы вә нахошлуг», «Тәмизлик чан сағлығыдыр», «Ганын бәдәндә доланмасы», «Саф ган вә гара ган», «Синирләр вә әсәбләр», «Әт вә бәдәнин һәрәкәти» вә с. мәтнләр, ше'рләр диггәти чәлб едир. Гејд олунан мәтнләрдә А. Сәһһәт бир һәким кими һәр бир шакирдин бәдәнинин сағламлығы гејдинә галмасына, хәстәликләрдән горунмаг, узаг олмаг үчүн һәр бир шәхсин тәмизлијә, кикијеник гајдалара әмәл етмәсинә хүсуси әһәмијјәт верирди. А. Сәһһәтә көрә сағламлығын мәнбәји тәмизликдир, истәр мәктәбдә, истәрсә дә евдә гојулмуш һифз-сәһһијә гајдаларына әмәл етмәкдир, организмин истираһәтини, јухуну дүзкүн тәшкил етмәкдир. Бу дејиләнләрә әмәл едән һәр бир адам [шакирд] күмраһ, чевик, еластик бәдәнә малик олур. Белә адам һәр сәһәр кимнастика илә мәшғул олур, бәдән тәрбијәси тәмринләринә сағламлығын мүһүм васитәси кими бахыр.

А. Сәһһәт мүасири вә сәләфи олан Һ. Зәрдаби, Н. Нәриманов кими халгынын һифз-сәһһијјә гајдаларына јијәләнмәсини зәрури сајмагла, танынмыш, биликли бир һәким кими халга, милләтә фајдалы мәсләһәтләр верирди. Онун фикринчә сәрхошлуг, мәстлик, спиртли ички сағламлығын дүшмәнидир. Ички, сәрхошлуг инсанын мә'нәвијјатына, ләјагәтинә мәнфи тә'сир етмәклә, адамы һөрмәтдән салыр, аилә мүнасибәтләринин дағылмасына сәбәб олур. Сәрхошлуг, ички инсан организминә, онун синир системинә мәнфи тә'сир едәрәк мүхтәлиф хәстәликләрин әмәлә кәлмәсинә сәбәб олур. Сәрхошлуг инсан һејсијјәтини ајаглар алтына атыр, ону чох пис күнләрә кирифтар едир. А. Сәһһәтә көрә ички, сәрхошлуг һәр чүр әхлагсызлығын мәнбәјидир. О, «Мәст, јахуд сәрхош» адлы ше'риндә ички дүшкүнү сәрхошун симасыны, онун вәзијјәтини реал, тәбии чизкиләрлә тәсвир едәрәк көстәрирди ки, сәрхошун фәлакәтли, јаман һаләти вардыр.

Сәрхошлуг инсан өмрүнү бада верир, беләси һәјатын ләззәтини

билмəз, иззəтсиз јашајар. Ички инсаны физики чəһəтдəн шикəст етдији кими, онун əглини, шүуруну вə əхлагыны да зəһəрлəјир, чəмијјəт ичəрисиндə инсанлыгдан харич едир. Ички, сəрхошлуг А. Сəһһəтə көрə инсанын əн нəчиб, зəриф һисслəрини мəһв едəрəк, онун вичдан, гејрəт, намус, шəрəф кими əхлаги кејфијјəтлəринин инкишафына зəрбə вурур. А. Сəһһəтин фикринчə өз шəхси лəјагəтини, гејрəтини, һејсијјəтини гијмəтлəндирмəјəн, намусуну горумајан ички дүшкүнү олмуш шəхс тəкчə аилəсинин дејил, халгынын, вəтəнинин шəрəфини һеч вахт мүгəддəс һесаб етмəз, вəтəндашлыг лəјагəтини горујуб сахлаја билмəз. Белəлəри чох асанлыгла өз вəтəнини, халгыны да сатар.

Аббас Сəһһəтə көрə физики тəрбијə ишиндə мөһкəм ирадə мүһүм амил кими чыхыш едир. Ирадəли олмаг дөзүм јарадыр. Дөзүмлү олмаг бəдəни мөһкəмлəндирир. Ирадəли адам гаршысына гојдуғу мəгсəдə чатмаг үчүн һəр чүр манеə вə чəтинликлəри арадан галдырмаға чалышыр. Ирадə физики тəрбијəнин, физики тəрбијə исə ирадəнин формалашмасы амилинə чеврилир. Ирадə сə'ји физики кејфијјəтлəрлə бирлəшəрəк һəр бир адамы гаршысына гојдуғу мəгсəд наминə чидди фəалијјəтə тəһрик едир. Физики тəрбијə ирадəсиз, ирадə исə физики тəмринлəрсиз мүмкүн олмур.

А. Сəһһəт физики тəрбијəнин мүһүм амили кими əмəјə јүксəк гијмəт верирди. Əмəк инсанын əхлагына, мə'нəвијјатына, сағламлығына чидди тə'сир едəрəк ону нəчиблəшдирир. О, тəнбəллији сағламлығын дүшмəни һесаб едирди. Чүнки тəнбəллијə алышан һəр бир кəс һеч бир иш көрə билмəз, ону пиј басар, јарамаз бир варлыға чеврилə билəр. Бунун əкси олан чалышганлыг инсан организминин сағламлығыны, күмраһлығыны, јахшы истираһəтини тə'мин едир. А. Сəһһəтə көрə, инсан һеч вахт ишдəн, зəһмəтдəн горхмамалы, чалышмалы, тəр төкмəлидир. Чүнки əмəк инсаны мадди чəһəтдəн тə'мин етмəклə бəрабəр, һəм дə ону күмраһландырыр, өмрү узадыр. Əмəк, чалышганлыг инсанын физики чəһəтдəн мөһкəм, сағлам вə күмраһ олмасына, бəдəндəки лазымсыз, зəһəрли маддəлəрин тəрлə ифраз олмасына шəраит јарадыр. О, «Чалышганлығын нəтичəси» адлы һекајəсиндə бир кəнчи бир нурани гоча илə гаршылашдырыр. Кəнч гочанын сағлам, тунч рəнкли голларына, пəһлəван чүссəсинə, ити көрəн көзлəринə, һəссаслыгла ешидəн гулагларына тəəччүблəнəрəк онун белə сағлам олмасынын сəбəбини сорушур. Гоча чавабында она дејир ки, оғлум, һəр күн тездəн дурур, ишлəјир, ахшамлар да еркəн јатырам. Ишсизлик нəдир билмирəм. Өмрүмү ишдə, əмəкдə, зəһмəтдə кечирмишəм. Чох чалышмышам. Чалышганлыг, зəһмəт бəдəними сағлам етмишдир.

Көрүндүјү кими А. Сəһһəт əмəји инкишафын, организмин мөһкəмлијинин зəрури шəрти һесаб едир, сағламлығын һəрəкəтверичи гүввəси сајырды. Онун фикринчə əмəк олмаса, јер үзүндə јашајыш да олмаз. О, бу фикрини «Əкинчи нəғмəси» адлы ше'риндə белə ифадə етмишдир.

Дары, күнчүт, арпа, буғда əкмəсəм,
Илин үч фəслиндə зəһмəт чəкмəсəм,
Ач галмазмы көзəл, мə'сум ушаглар?
Мəнсиз кəтан, кəндир вермəз зəмилəр.
Чадырсыз, јелкəнсиз галар кəмилəр,
Назик донсуз, јајда ушаглар ағлар,
Сувармасам јанар отлар, чичəклəр,
Ач галанда сүд вермəсə инəклəр,
Нəдəн олар шор, пендир, јағ, гајмаглар.

[Əсəрлəри, 1-чи чилд, Бакы, 1975, сəһ. 67]

Аббас Сəһһəт физики тəрбијə ишиндə тəбиəтə, онун көзəллијинə, суја, тəмиз һаваја, күнəш ишығына бөјүк əһəмијјəт верир, бир һəким кими инсанларын сағламлығында онларын бөјүк ролуну сəмими

бир гәләмлә тәрәннүм едир, сөзлә тәбиәтин таблосуну јарадырды.

Көркәмли һәким, профессор, тибб елмләри доктору Мәммәдәмин Әфәнди «Шаир мүәллимимин хатирәси» адлы мәгаләсиндә бу мәсәләјә диггәт јетирәрәк јазырды: «А. Сәһһәт бир маарифчи вә һәким кими дә хејли ишләр көрүрдү. Бир дәфә о, мүәллимләрдән биринә сағалмаг үмидилә «Дәдә-Күнәш» зијарәткаһына кедән хәстәләрин мүаличә олунмасы сәбәбләрини изаһ едирди. Шәриәт мүәллими олан мүсаһиби тә'кид едирди ки, «Дәдә Күнәши» зијарәт едәнләр әсәб хәстәлијиндән сағалырлар. Аббас Сәһһәт исә чох нәзакәтлә бунун сәбәбини хәстәләрин исти шәһәр мүһитиндән бирдән-бирә гајын ағачы вә килас ағачлары илә әһатә олунан дағ кәндиндә тамам башга шәраитә дүшмәси илә әлагәләндирирди. О дејирди ки, һәким өз хәстәсини илк көрүшдән мүаличә етмәјә башлајыр» [А. Сәһһәт, Әсәрләри, 2-чи чилд, сәһ. 280].

Проф. А. Әфәндизадә «Севимли мүәллимим һаггында кичик бир хатирә» адлы мәгаләсиндә гејд едир ки, А. Сәһһәтдән сорушанда «Бәс сиз һәкимсиниз, амма узун илләр мүәллимлик едирсиниз ». О дејирди: «Мән мүәллимлик етмәклә өз халгымын ән ағыр хәстәлијини, онун савадсызлығыны мүаличә едирәм» [бах: әсәрләри, 2-чи чилд, сәһ. 275—276].

А. Сәһһәт һәким кими дә мәшһур олмуш, гајғыкешлији, тәмәннасыз, сәмәрәли мүаличәләри, меһрибанлығы илә һәмјерлиләринин севимлисинә чеврилмишди. О дүнјада ики бөјүк һуманист сәнәт олан һәкимлији мүәллимликлә вәһдәтдә һәјата кечирмәклә һәм халгыны чисмән, һәм дә мә'нән мүаличә етмишдир.

Тәбиәт сағламлығын мәнбәјидир. Ушагларын һәлә кичик јашларындан белә бир мәнбә илә тәмасда олмаларыны зәрури сајан А. Сәһһәт тәбиәти рәнкарәнк бојаларла тәсвир едирди. Бу бахымдан онун «Јаз», «Јај», «Гыш», «Јај сәһәри», «Пајыз чағында», «Көч», «Әкинчи нәғмәси», «Илк баһар» вә с. һәр бири көзәл рәсм әсәридир. «Јај сәһәри» ше'риндә ашағыдакы лөвһәјә диггәт јетирмәк кифајәтдир:

Од тутуб атәшлә јенә јанды үфүг,
Шәфәгин гырмызы рәнкилә ишыгланды үфүг.
Бир гәдәр чајдан узаг, од галамыш дағда чобан,
Ојадыр өз сүрүсүн отлаја јајлагда чобан.
Јумшаг көј чәмәнин үстә дүшүб шеһ кечәдән,
Исти јохдур, һәлә вар бир балача меһ кечәдән,
Ағ думанлар учалыр көј үзүнә дағлардан,
Чох сәриндир һавасы, кечмә бу јајлаглардан.
Күн чыхыр, көјдә булуд гырмызы рәнкә бојаныр,
Кәндлиләр чох јорулуб ујғудан инди ојаныр,
Пәјәдән мал-гараны бә'зи чыхарыр гырağа,
Бә'зи сәһраја кедир ишләмәјә, бә'зи бағa.

[Әсәрләри, 1-чи чилд, 1975, сәһ. 76]

А. Сәһһәт физики тәрбијәдә, ушагларын сағламлығынын тә'мин олунмасында мусигинин мүһүм рол ојнадығыны, мусиги илә, естетик тәрбијә илә физики тәрбијәнин вәһдәтинә хүсуси диггәт јетирмишдир. Онун фикринчә мусиги ушаглары шән, күмраһ, сағлам, хәстәликләрә давамлы етмәклә онлары физики фәаллыға, әмәк фәалијјәтинә тәһрик едир. О бу мүһүм мәсәләни «Нәғмә вә мусигинин мәктәбләрдә әһәмијјәти» адлы мәгаләсиндә шәрһ етмишдир. А. Сәһһәт һәмин мәгаләсиндә јазырды ки, мәктәбләрдә мусиги тә'лими ән зәрури бир еһтијачдыр. Мусиги тә'лиминин һифзи-сәһһәт үчүн дә фајдасы аз дејилдир. Нәғмә дәрсләриндә ушаглар дәринчә нәфәс алар вә бунунла чијәрләри гүввәтләнәр вә синирләри бөјүјәр, дөш зәифлијиндән төрәјән хәстәликләрә тутулмаға мүстәид оларлар. Бундан әлавә һәрәкәтләриндә дә бир низам вүчуда кәләр [бах: А. Сәһһәт, Әсәрләри, 2-чи чилд, Азәрнәшр, Бакы, 1976, сәһ. 47—48].

А. Сәһһәт мусигини интизамын сахланмасында, јорғунлуғун арадан галдырылмасында мүһүм рол ојнадығыны гејд едәрәк көстәрирди ки, нәғмә дәрсләри ушаглар үчүн мә'суманә бир әјләнчәдир, белә дәрсләрдән сонра онларын зеһинләри динчәлир, синирләри тәскин олар. Мусиги инсан әсәбләринә дә тә'сир көстәрир. Буну нәзәрә алан А. Сәһһәт гејд едирди ки, һәкимләр мусиги илә бир чох хәстәликләри мүаличә едирләр.

Мусиги ушагларда дәрин инсани һиссләр, вәтәнпәрвәрлик дујғулары да ојадыр. Мусиги физики тәмринләрин ичрасында мүһүм рол ојнајыр. Мусиги физики һәрәкәтләри тәнзим едәрәк күмраһлыг јарадыр.

А. Сәһһәт тәбиәтин мусигисинә, онун инчәликләринә бөјүк әһәмијјәт вермиш, Вәтәнин парлаг улдузлу сәмасыны, күллү-чичәкли чөлләрини, шәффаф суларыны, сәфалы абы-һавасыны, булудлара дәјән уча дағларыны, чәннәт кушәси олан бағларыны, гејрәтли өвладларыны, мејвәли орманларыны бөјүк бир мәһәббәтлә тәрәннүм етмишдир. А. Сәһһәтә көрә дә бир Вәтәндә доғулан, бөјүјән һәр бир шәхс сағлам олмалы, өзүнүн сағламлығыны горумалы, хәстәлијини исә шәфа сулары илә, көзәл, тәмиз һавасы илә мүаличә етмәлидир.

Беләликлә, А. Сәһһәт бүтүн јарадычылығы вә фәалијјәти илә халгынын һәм чисмани, һәм дә мә'нәви сағламлығына хидмәт етмиш вә етмәкдәдир.

XIV ДҮНЈА ЧЕМПИОНАТЫ РӘГӘМЛӘРДӘ

● XIV дүнја чемпионатынын ән әдаләтли ојун үчүн призи Инкилтәрә јығма командасына верилмишдир. Бу өлкәнин футболчулары ән аз хәбәрдарлыг алмышлар.

● Һакимләр чемпионатын кедишиндә ојунчулара 170 сары вәрәгә көстәрмиш, 16 ојунчу мејданчадан чыхарылмышдыр.

● АФР футболчулары чемпионатда гапылара һамыдан чох — 15 топ вурмушлар.

● Ән мәһсулдар ојунлар Чехословакија — АБШ вә АФР — БӘӘ [Бирләшмиш Әрәб Әмирликләри] матчлары олмушдур. Һәр ики ојун 5:1 һесабы илә нәтичәләнмишдир.

● Ән фәтһедилмәз гапычы Италија јығма командасынын гапычысы Дзенга олмушдур. 518 дәгигә әрзиндә онун горудуғу гапыја бир дәнә дә топ вурулмамышдыр. Бејнәлхалг көрүшләрдә бу саһәдә рекорд онун һәмјерлиси Лино Дзоффа аиддир — 1143 дәгигә.

● Ән тез вурулан голун мүәллифи југославијалы Сусичдир. О, бу топу командасынын БӘӘ илә ојунунун 4-чү дәгигәсиндә вурмушдур.

● Дөрдүнчү дәфәдир ки, далбадал дүнја чемпионатынын ән јахшы бомбардири 6 топ вуран футболчу һесаб олунур. Бу ил һәмин нәтичәни Италија јығма командасынын ојунчусу Салваторе Скиллачи көстәрмишдир.

● 1978 вә 1982-чи илләрдә бомбардирләр дүнја чемпионларынын тәркибиндә ојнамышлар [Аркентина јығма командасындан Марио Кемпес вә Италија јығма командасындан Паола Росси]. Анчаг 1986-чы ил чемпионатынын бомбардири инкилис Гари Линекер вә бу илки бомбардир командалары чемпион олмадыгларындан гызыл медал ала билмәмишләр.

● Италија чемпионатынын әсас снајперләринин сијаһысы беләдир:
6 топ — Скиллачи; 5 топ — Скухравы [Чехословакија]; 4 топ — Линекер [Инкилтәрә], Маттеус [АФР], Милла [Камерун], Микел [Испанија]; 3 топ — Клинсманн, Феллер [һәр икиси АФР-дән], Плетт [Инкилтәрә]. 11 футболчу һәрәјә 2 топ, 54 нәфәр исә 1 топ вурмушдур.