



**F. Köçərli adına Respublika
Uşaq Kitabxanası**



Uşaqların asudə vaxtlarının səmərəli təşkili

**Uşaqların asudə vaxtlarının səmərəli təşkili mövzusunda kütləvi oxucular
 c n hazırlanmış metodik v s it**

Bakı – 2025

Tərtibçi:

Könül Səmədzadə

Redaktor:

Ruhiyy  Məmmədli

Uşaqların asudə vaxtlarının səmərəli təşkili mövzusunda – kütləvi oxucular  c n hazırlanmıŐ metodik vəsait / Azərbaycan Respublikası Mədəniyyət Nazirliyi, F.Köçərli ad. Respublika Uşaq Kitabxanası; t rt.ed. S. Könül; red. R.Məmmədli - Bakı: 2025. – 21 s.

Ünvan:AZ-1022 Bakı Ő h.,S.VurĖun k  .88;

E-mail: info@clb.az.

 nernet ünvanı: www.clb.az

Bölmə I

ÖN SÖZ

Buna bax, gör necə yatmış burada asudə; yazmayı, işləməyir, vaxtı itir bihudə.

A.Səhhət.



Müasir informasiya cəmiyyəti şəraitində şəxsiyyətin, xüsusən yeniyetmə və gənclərin asudə vaxt problemi getdikcə daha böyük əhəmiyyət kəsb edir. Asudə vaxt şəxsiyyətin intellektual və fiziki təmayül və qabiliyyətlərinin inkişafına, sosial tələbatının ödənilməsinə xidmət edir. Bu mənada asudə vaxt, hər şeydən əvvəl, mənəvi, ictimai sərvət meyarıdır.

Tələbələrə nə üçün asudə vaxtlarını keçirə bilmədiklərini soruşduqda onların cavabları belə oldu: Mənim mühitimdə bu cür fəaliyyətlər üçün heç bir obyekt, avadanlıq, material yoxdur və heç kim məni asudə vaxtlarda necə iştirak etməyimlə bağlı istiqamətləndirmir. Xüsusilə gənclərin asudə vaxtda iştirak etmək üçün birbaşa adamlarının olmadığını bildirmələri onların asudə vaxt təhsilinə və asudə vaxt üzrə məşqçilərə (liderlərə) ehtiyaclarının göstəricisidir. Asudə vaxt liderliyi bu gün bir çox inkişaf etmiş qərb cəmiyyətlərində və ABŞ-da ayrıca bir peşəyə çevrilib və xüsusi təlim tələb edir. Bu liderlər müxtəlif yaş qrupları üçün ixtisaslaşmışdır (uşaqlar, yaşlılar və gənclər üçün ayrıca liderlər var). Onlar qapalı və açıq məkanda bir çox istirahət imkanlarını idarə edir, fərdləri yeni maraqlar əldə etməyə istiqamətləndirir və asudə vaxt qruplarının təşkilinə kömək edir. Bir sözlə, onlar cəmiyyətin bütün təbəqələrinin mənafeyinə rəhbərlik edir və xidmət edirlər. Gənclərimizin asudə vaxtlarından səmərəli istifadə etmək baxımından şüurlu təhsil almadıqları və nəticədə asudə vaxtlarını passiv və faydasız keçirdikləri görünür.

Asudə vaxtdan istifadə böyük ölçüdə təhsil problemi olduğundan bu fən ilk növbədə ibtidai və orta məktəblərin kurikulumuna daxil edilməlidir. Gənclərin cəmiyyətdə iştirakçı fərdlərə çevrilmələri üçün asudə vaxtların təsirlərindən istifadə edilməlidir. Şəxsiyyətin səyləri, siyasi-əxlaqi, estetik idealları, baxışları, onların zənginliyi, möhkəmliyi mənəvi fəaliyyətdə üzə çıxır. Deməli, şəxsiyyət yalnız nə etməsi ilə deyil, həm də necə etməsi ilə səciyyələnir. Şəxsiyyəti ən çox yüksəldən onun həyatda necə

mövqe tutması, öz həyatını, boş, asudə vaxtını necə keçirməsi ilə ölçülür. Böyük rus sərkərdəsi A.B.Suvorov deyirdi: «Pul qiymətlidir, insan həyatı ondan da qiymətlidir, vaxt isə hər şeydən qiymətlidir». Asudə vaxt insanın həyat fəaliyyətinin müəyyən növlərini həyata keçirmək üçün – istirahət etmək və əmək prosesində sərf olunmuş enerjisini bərpa etmək üçün, ailədə və yoldaşlarla ünsiyyət etmək üçün, cəmiyyətin və özünün normal fəaliyyətindən ötrü mütləq olan zehni və fiziki qüvvə və qabiliyyətini hərtərəfli inkişaf etdirmək üçün zəruri vaxt məkanıdır.

Bu gün əhalinin, xüsusən yeniyetmə və gənclərin asudə vaxt probleminə diqqətin artması onunla bağlıdır ki, elmitexniki tərəqqinin sayəsində məhsuldar qüvvələrin inkişafı, yeni təhsil konsepsiyalarının qəbulu, «hafizə məktəbi»ndən «təfəkkür, ağıl və düşüncə məktəbi»nə keçid, yeniyetmə və gənclərin bilik səviyyəsinin, onların mədəni və sosial tələbatlarının ödənilməsi üçün lazımi vaxtın artmasına səbəb olur. Hazırda həm ümumtəhsil məktəbləri və ali məktəblər (şagirdlər və tələbələr) böyük asudə vaxt kəmiyyətinə malikdirlər. Bu, təbii bir haldır. Bir orta illik gün ərzində yeniyetmə və gənclərin asudə vaxtlarının kəmiyyəti orta hesabla dörd onda altı saata çatır. Beş günlük təhsilə keçmək asudə vaxt saatını daha da artırmışdır.

Yeniyetmə və gənclərin dərstdən sonra müəyyən ev işlərində iştirakından sonra, onların əyləncəsi, istirahəti, öz zehni və fiziki qabiliyyətlərini daha da inkişaf etdirməsi üçün də boş vaxtı qalır ki, bu vaxta asudə vaxt deyilir. Asudə vaxtdan səmərəli, məzmunlu və dolğun istifadə olunması yeniyetmə və gənclərin ideya-siyasi, fiziki, əmək və mənəvi tərbiyə sahəsində qarşıya qoyulan ən ümdə vəzifələrdən biridir. Asudə vaxt yalnız o zaman həqiqətən ictimai-mənəvi sərvət hesab edilə bilər ki, bu vaxtdan insanın, onun qüvvə və qabiliyyətlərinin hərtərəfli inkişafı xeyrinə və beləliklə də bütün cəmiyyətin maddi və mənəvi qüvvəsinin daha da artması xeyrinə istifadə edilmiş olsun. Məhz buna görə də asudə vaxtdan düzgün istifadə edilməsi, asudə vaxt büdcəsinin düzgün bölüşdürülməsi, bütün məktəblilərdə, o cümlədən, yeniyetmə və gənclərdə mənəvi mənafe və tələbatın ödənilməsi imkanlarının təmin edilməsi problemləri hazırda getdikcə daha qlobal problemlərə çevrilir.

Təsadüfi deyildir ki, yeniyetmə və gənclər dərstdən sonra nə ilə məşğul olmaq haqqında düşünməli olurlar. Bunun nəticəsində onlar çox zaman «küçə qrupları», «həyat qrupları» adı altında birləşir, sakit guşələrdən birinə çəkilərək öz vaxtlarını çox mənasız oyunlara sərf edirlər.

Uşaqların nəzarətsiz qalması, müxtəlif qeyri münasib hərəkətlərə meyl etməsi, günlərini boş-boşuna keçirməsi onların şəxsiyyətinin inkişafına, nəzərə çarpacaq dərəcədə, mənfi təsir göstərir. Bu, ilk növbədə, valideynləri düşündürməlidir. Belə hallarda məktəb ailəyə köməyə gəlməli, ailəni uşağın tərbiyəsinə cəlb etmək üçün yeni, təsirli yollar və üsullar axtarmalıdır.

Təbii ki, yeniyetmə və gənclərin asudə vaxtının səmərəli təşkilində ailənin, ailədən kənar şəraitin, yaşayış yerlərinin, məktəbdə, dərstdən kənar vaxtda keçirilən tərbiyəvi tədbirlərin və məktəbdən kənar müəssisələrin rolu xüsusilə böyükdür. Elmi və bədii əsərlərin mütaliəsi, televiziya verilişlərinə tamaşa, muzey və sərgilərdə olmaq,

klubların və mədəniyyət evlərinin işində iştirak, kino, teatr, konsertə getmək, idmanla, bədii yaradıcılıqla və s. məşğul olmaq yeniyetmə və gənclərin asudə vaxt strukturunda mühüm yer tutur.

Yeniyetmə və gənclərin ailədə, məktəbdə asudə vaxtı elə təşkil edilməlidir ki, bu, onların fiziki inkişafına, ideyaca zənginləşməsinə, yüksək mədəni tələbatın və estetik zövqün formalaşmasına, vətən və dünya mədəniyyətinin ən yaxşı nailiyyətlərinə qovuşmasına kömək etmiş olsun.



Bölmə II

Asudə vaxt anlayışı

Bildiyiniz kimi, asudə vaxtının səmərəli şəkildə təşkili vacib məsələlərdən biridir. Çünki sağlam əqidənin formalaşması, güclü iradənin inkişafı, müsbət əxlaqi keyfiyyətlərə yiyələnmə və ümumiyyətlə, sağlam gəncliyin təməli düzgün təşkil olunmuş asudə vaxtdan da asılıdır. Şagirdlərin məktəb mühitində əldə etdikləri bilik, bacarıq və vərdişlər qədər dərstdən kənar fəaliyyətləri də onların hərtərəfli şəxsiyyət kimi formalaşmasının bir parçasıdır. Məlumdur ki, yeniyetmələr arasında narkomaniya və alkoqolizm meyillərinə, hüquq pozuntuları və cinayətkarlıq hallarına bəzən rast gəlinir. Bu xoşagəlməz halların aradan qaldırılması və intellektual və mənəviyyətli Azərbaycan gənclərinin yetişməsi üçün onların boş vaxtlarının düzgün şəkildə təşkili diqqət mərkəzində olmalıdır. Respublikamızda uşaq, yeniyetmə və gənclərin maraq, meyl və bacarıqlarının, yaradıcı qabiliyyətlərinin inkişafı, fiziki cəhətdən sağlam böyümələri məqsədlə onların dərstdən kənar vaxtlarının düzgün şəkildə keçirmələri üçün bir sıra addımlar atılmışdır. Yuxarıda da qeyd edildiyi kimi, Uşaqların asudə vaxtlarının səmərəli təşkili, düşünülməsi olduqca vacib olan məqamlardan biridir. Çünki sağlam gəncliyin təməli düzgün təşkil olunmuş asudə vaxt ilə qoyulur.

Bunun üçün ilk növbədə uşağın yaşı və həmin yaş üçün uyğun olan aparıcı fəaliyyət növü nəzərə alınmalıdır. Azyaşlı uşaqların asudə vaxtının əsasını oyunlar təşkil edir. Bu zaman elə oyunlara üstünlük verilməlidir ki, əyləndirməklə yanaşı, həm də öyrədici olsun. Çünki uşaq məhz oyunlar vasitəsilə ətraf mühiti dərk edir, oynadığı oyunlar onda ətraf aləm haqda təsəvvür formalaşdırır. Uşaqlar oyun oynadıqda valideynlər də oyunun iştirakçısı olaraq övladının davranışlarına nəzər yetirməlidir. Çünki uşaq oyun

fəaliyyətində özünü necə aparırsa, bu onun xarakterik xüsusiyyətinə çevrilə və xasiyyəti kimi formalaşa bilər.

- 1) Gənclərin asudə vaxtlarını səmərəli təşkil etmək;
- 2) Onların qabiliyyət və istedadlarını müəyyənləşdirib düzgün istiqamətləndirmək;
- 3) Onlarda təlimə və ictimai işlərə maraq artırmaq;
- 4) Gəncləri ictimai həyata və istehsal əməyinə hazırlamaq;
- 5) Onların yaradıcılıq potensialını ölkənin inkişafına və ümummilli problemlərin həllinə səfərbər etmək;
- 8) Sağlam əqidəli, güclü iradəli və mənəviyyətli gənclər yetişdirmək.

Bütün yaş dövrləri üçün uşağın asudə vaxtının səmərəli dəyərləndirilməsinin ən ideal məşğuliyyəti mütaliə etməkdir. Bu zaman valideynlər övladının yaşını nəzərə almaqla doğru kitab seçiminə diqqət etməlidir. Oxunan məlumatın keyfiyyəti, mövzusu mühümdür. Nə çox fantaziyalarla dolu, nə kin, nifrət doğuran, nə də şiddət xarakterli materiallar oxumaq doğru deyil. Valideynlərin övladlarına daha çox özündə həyati məlumatları əks etdirən, folklor nümunələri olan nağıllar, dastanlar oxutmaları tövsiyə edilir. Folklor nümunələri milli ruhumuzu, adət-ənənələrimizi özündə ehtiva edir ki, bu da uşaqların milli ruhda böyümələrinə müsbət təsir göstərir. Nağıllar vasitəsilə uşaqlar fantaziyanı gerçəyə çevirərək təxəyyülünü inkişaf etdirir, nağıllarda olan müsbət xarakterli obrazlara rəğbət bəsləyərək onları özünə nümunə seçir. Qəhrəmanlıq dastanları isə uşaqları vətənpərvər ruhda yetişdirmək üçün önəmlidir.

F. Köçərli adına Respublika Uşaq Kitabxanası olaraq, bizdə il ərzində iş planımıza metodiki vasitələrlə yanaşı metodiki tövsiyələr hazırlayırıq ki, bu vasitələrdə oxucular üçün kitabxanada ucadan oxunun təşkilinin, onlara həm oxumaq, həm də rəngləmək üçün şəkilli jurnalların verilməsinin, tədbirlərin, ekskursiyaların keçirilməsinin, orta yaşlı oxucular üçün kitablar haqqında müzakirələrin zəruriliyi xüsusilə qeyd edirik. Eləcə də böyük yaş qrupundan olan oxucular üçün məktəbdənkənar tədbirlər, o cümlədən dərnlər, söhbətlər, dəyirmi stol və müzakirələr, ədəbi-bədii gecələr, viktorinalar oxucuların asudə vaxtlarının təşkilində əsas amillər kimi göstərilir.

1. Ailəvi oyunlar: Məsələn, bütün ailə üzvləri ilə birlikdə şahmat, müxtəlif söz oyunları, səssiz film və s. bu kimi oyunlar oynaya bilər. Hər birimiz gərgin iş rejimində maddi tələbatlarımızı ödəmək, övladlarımızın təhsil haqqlarını qarşılamaq, digər həmyaşıdlarından geri qalmaması üçün fasiləsiz işləyirik. İstirahət günləri isə evdə oluruq. Bəlkə də bu övladlarımızı tanımaq, onlarla ünsiyyət bariyerini aradan qaldırmaq üçün yaxşı bir fürsətdir? Niyə də yoxlamayaq? Yəqin ki, bilirsiniz, uşaqları tanımağın ən yaxşı üsulu onlarla oyun oynamaqdır. Qrup oyunları düzgün yönləndirilmə olduqda onlarda özünüifadə tərzini formalaşdıracaq. Əgər uşaqlarınız kiçikdirsə, onlarla birlikdə müxtəlif rəsmlər çəkə, çəkdiqləri rəsmlərdəki hadisələri təsvir etməsinə, nağıl kimi danışmasına şərait yarada bilərsiniz. Beləliklə övladınızın həm rəsm qabiliyyətini, həm də söz bazasını inkişaf etdirmiş olarsınız. Rəngli kağızlardan

düzəldilən fiqurlar, bacarırsınızsa canlandırma biləcəyiniz personajlar isə uşağın təxəyyülünün inkişafına birbaşa müsbət təsir edəcək. Həmçinin, oyunun qaydalarını əvvəlcədən övladınızla birgə müəyyənləşdirin. Çünki kiçik uşaqlarla oyunlar oynadıqda uşaqların oyunun qaydalarından kənara çıxması və ona riayət etməsi, onlarda səbrlilik, məsuliyyət hissini artırır. Bu da gələcək həyatlarında uğura gedən yolda kiçik dostlarımız üçün təməl olacaqdır. Övladlarınızla oyun oynamaqdan heç bir zaman çəkinməyin. Bu sizi qıraqdan qeyri-ciddi və yaxud uşaq kimi göstərmir, əksinə sizin ailənizə verdiyiniz dəyərin, duyduğunuz sevginin göstəricisidir. Balalarımız üçün edəcəyimiz ən gözəl yatırım xoş xatirələr depolamaqdır.

2.Kitab oxumaq Kitab oxumaq vərdişi qazanmaq insan həyatındakı vacib amillərdən biridir. Kitab oxumaq yalnız şəxsi inkişaf üçün deyil, həm də sosial inkişaf üçün də öz əhəmiyyətini qoruyur. Beləliklə, bu vərdişi əldə etmək üçün biz, böyüklər, səy göstərməli, uşaq və gənclərin həyatlarına kitabları da daxil etmək üçün əlimizdən gələni etməliyik. Bu zaman vacib sual yaranır. Bəs necə? Kitab oxumaq sadəcə dərsləri oxumaq,



imtahanlara hazırlaşmaq deyil. Bu cür fəaliyyət uşaqları bir müddətdən sonra yorur. Bizim məqsədimiz onlarda kitaba olan marağı, sevgini oyatmaq, boş vaxtlarında da kitab oxumalarını təmin etməkdir. Son zamanlar hər kəsi narahat edən pandemiyanı və bununla əlaqədar olaraq evdə qalmalı olduğumuzu nəzərə alsaq, kitab oxumaqla vaxtımızı daha səmərəli və maraqlı keçirdə bilərik. Bunu ilk növbədə onlara nümunə olaraq başlaya bilərik. Valideynlərini kitab oxuyarkən görmək onlarda kitaba, oxumağa maraq oyada bilər. Onlara kitab hədiyyə edin. Bütün uşaqlar hədiyyəni çox sevirlər. Hədiyyə qutusunda təqdim olunan kitab onlar üçün daha maraqlı ola bilər. Evinizdə kitab güşəsi yaratmaq əla fikirdir. Bir otaqda və ya otağın hansısa küncündə müxtəlif qəzet, jurnal və kitablardan təşkil olunmuş kitabxana təşkil etməklə uşağın diqqətini cəlb edə bilərsiniz. Günün müəyyən vaxtında bütün ailə üzvləri ilə eyni vaxtda oxu saati təşkil etmək çox faydalı olardı. Çox deyil, gündə yarım saat və ya bir saat oxu sessiyası uşağınıza inanılmaz bir motivasiya verə bilər. Kitab seçərkən uşağımızın maraq dairəsini mütləq nəzərə almalıyıq. Əlbəttə ki valideyn olaraq öz fikrimizi bildirməyə bilərik amma son seçimi qoyun övladlarınız etsin. Bu onlarda özünə inam, həm də, seçdiyi kitaba həvəs yaradacaq

3. Musiqi dinləmək - Musiqi dinləməyin uşaq psixologiyasına müsbət təsirləri olduqca çoxdur. Bədii-estetik tərbiyənin ən təsirli vasitələrindən biri olan musiqi uşağın emosional təbiətinə çox yaxındır. Musiqinin təsiri altında onun estetik qavrayışı inkişaf edir, duyğuları zənginləşir. Onlarda müxtəlif hisslər oyadır. Eyni zamanda, musiqi sinir sisteminin inkişafında böyük rol oynayır. Musiqi alətində ifa edən



uşaqların digər uşaqlara nisbətən yaddaşı güclü olur, daha yaxşı oxuyur və zəngin söz ehtiyatına sahib olur. Uşaq təfəkkürünün inkişafında musiqinin rolu danılmazdır. Tanıma və sürətli yaddaşın inkişaf etdirilməsi üçün musiqi vacib bir alət kimi göstərilir. Musiqi ilə məşğul olan uşaqlar başqalarının səs tonunu daha aydın seçə bilir. Nəfəs alma imkanları genişlənir, səs telləri möhkəmlənir. Əhval-ruhiyyənizi qaldıracaq musiqilərin dinlənməsi və onun sədaları altında rəqs həm siz, həm övladınız üçün xoşbəxtlik hormonu olan serotoninin ifrazını sürətləndirəcək. Əylənəcək, həm də pozitiv hiss edəcəksiniz.

4. Uşaqları ev işinə cəlb etmək - Bütün ailənin günün çox hissəsini evdə keçirməsi, xanımların işini çətinləşdirə bilər. Bu işləri ailəvi görmək bu çətinliyi aradan qaldırmağa, zamanınızın səmərəli və əyləncəli keçməsinə yardımçı olacaq. Uşaqlarınızı da ev işlərində yardım etməyə cəlb etmək, evinizin təmizliyi üçün yox, övladınızın inkişafı üçün vacibdir. Bilirsinizmi evdə iş görən uşaqlar çox vaxt dərslərini yaxşı oxuyurlar? Onlar, həmçinin özünəinamlı, nizam-intizamlı və qətiyyətli olur. Bu xüsusiyyətlər uşağın öyrənmək qabiliyyətini də yaxşılaşdırır. Uşaq ailəyə ev işlərində kömək edən zaman, dərk edir ki, o, sadəcə, ailənin üzvü deyil, həm də ailəsinin qarşısında məsuliyyət daşıyır. Bu işlər həm də ailədaxili münasibətləri möhkəmləndirəcək. Uşaqlardan ev işlərində kömək istəyən zaman mütləq onların yaşını və bacarıqlarını da nəzərə alın. Məsələn, 5-6 yaşa qədər olan uşaqlardan oynaqlarını yerinə yığmağı, harasa az çirkənlənsə (əli çatan yerlərdə) oranı silməyi, böyük uşaqlara isə evi süpürmək, bulaşığı qabları yığmaq, hətta yemək bişirməyə kömək etməsini istəyə bilərsiniz. Ailəvi olaraq ev işlərini yarışmalar keçirərək görmək daha əyləncəli olar. Çox təəssüflər olsun ki, ölkəmizdə kişi ev işi görməz tipli dar düşüncələr var, lakin siz uşaqlarınızı bu tip işlərə cəlb edərək, həm bu düşüncələrdən uzaq olmasına şərait yaradacaqsınız, həm də, övladlarınızın xarakterində birlik, humanistlik, məsuliyyətlik, özgüvən, işdən qorxmamaq kimi anlayışları aşılamaş olacaqsız.

5. Rəsm çəkmək - Bütün uşaqlar rəsm çəkməyi, rəngli karandaşlarla bir arada olmağı çox sevir. Adı cızmaqara belə onlar üçün sevinc mənbəyidir. Şəkil çəkmənin onlar üçün faydasını bilsək, boş zamanlarımızda uşaqlarla bu fəaliyyət növünə daha çox zaman ayırırıq. Rəsm, uşaqların özlərini ifadə etməsinin bir yoludur. Bu yolla, uşaqlar öz daxili aləmlərini, istək və ya narahatlığını biruzə verir. Eyni zamanda boyama uşağa bir çox müsbət təsir göstərir, məsələn, sağ və sol beyin yarımkürələri birlikdə işləyir,

diqqətin davamlılığı artır və özünə inam formalaşır. Şəkil çəkərək uşaqlar öz yaradıcı güclərini də nümayiş etdirirlər.

Gəlin birlikdə uşaqlarımızla asudə vaxtımızda şəkil çəkməyin sirlərini öyrənək. Belə bir nümunəni məktəbyaşlı uşaqlarla edə bilərik. Bizə lazım olacaq: albom kağızı və ya A4 kağız, sadə və rəngli karandaş və ya istəyə uyğun boya. İlk öncə uşaqlara portretin nə olduğu haqqında qısaca məlumat verək. Sonra kağız və karandaşı götürərək, üzbəüz şəkildə bir neçə dəqiqə bir-birinizi izləyək. Kağıza baxmadan, sadəcə bir-birinizə baxmaqla saçdan başlayıb çiyinlərə qədər şekli tamamlayıb, ortaya çıxan portet haqqında danışaq. “Kağıza baxmadan şəkil çəkərkən nə hislər keçirdiz?”, “Əvvəllər heç bu qədər diqqətlə üzümə baxmıydın?”, Daha əvvəl məndə görmədiyiniz nəyisə gördünmü?” bu tipli suallar verməklə çəkdiyiniz şekli müzakirə edə bilərsiniz. Sonra isə, həm kağıza, həm də qarşınızdakı insana baxaraq şəkil çəkməyə başlayın. Artıq əlinizdə müqayisə edə biləcəyiniz 2 şəkil var. Əziz uşaqlar şəkil çəkməkdən qorxmayın, qoyun əlləriniz duyğularınızın dili olsun.



6. İdmanın uşaq psixologiyasına təsiri

Gəlin günümüzü səmərəli keçirtmək üçün zamanımızın müəyyən hissəni də idmana ayıraq. İdmanın insana həm fiziki, həm də psixoloji istiqamətdə müsbət təsirləri vardır. Buna görə də əbəs yerə deyilməyib “İdman sağlamlıqdır”, «İdman sağlamlığın rəhnidir” İdman uşaqların özünü tanımalarına kömək edir. İdman edən uşaqlar bədənlərini yaxşı tanıyır, qabiliyyətlərini və bədənlərinin hansı idman növünə meyilli olduqlarını erkən yaşda kəşf edirlər. İlk növbədə idmanla məşğul olmaq özgüvənin, mənlilik şüurunun inkişafına müsbət təsir göstərir. Bunlara tennis, üzgüçülük, voleybol, basketbol və s. kimi idman növlərini aid etmək olar. Liderlik bacarığının formalaşmasına kömək olur. Liderlik bacarığı uşağın həyatında önəmlidir və başqaları ilə qurduğu münasibətlər onda liderlik xüsusiyyətini inkişaf etdirir. Xüsusən də komanda oyunlarında liderlik rolu uşağın qarşısına çıxıb bilər və bu bacarığını artırıb, inkişaf etdirə bilər. Uşaqlarda daha rahat dostluq qurmaq bacarığının formalaşmasına da təsir edir. Xüsusilə daha çox özünəqapalı olan uşaqlar dostluq qurmaqda çətinlik yaşaya bilərlər. Buna görə bir idman komandasının üzvü olmaq, bir yerdə uşaqlarla vaxt keçirmək dostluq qurmağı daha da asanlaşdıracaq. Saatlarla aparılan idman məşqləri zamanı uşaqlar bir-birinə bağlanır və bunun sayəsində sosiallaşır. Bunun nəticəsində də onlar uzunmüddətli dostluqlar qura bilirlər. Gördüyümüz kimi idmanla məşğul olmağın necə müsbət təsirləri vardır. İdman həm biz valideynlərin, həm də övladlarımızın ruh yükəsliliyini yaradan mühüm açarlardan biridir. F. Köçərli adıma Respublika Uşaq Kitabxanasında “Asudə vaxtını rəngli keçir!” adlı tədbirin keçirilməsi məqsəduyğundur. Birlikdə övladlarımızı problemlərdən uzaq tutmaq, gündəlik keçirdikləri asudə vaxtlarını səmərəli təşkil etmək üçün təşkil olunan belə tədbirlərin öz yeri var.

Asudə vaxtını səmərəli təşkil etmək istəyən gəncləri həftədə iki dəfə olmaqla baş tutacaq “Rəngli əllər – asudə vaxtın səmərəli təşkili” adlı layihə çərçivəsində həyata keçirilən ustad dərslərinə dəvət edirik.

Bu layihə sizin yaradıcılıq potensialınızın ortaya çıxması üçün bir fürsətdir. Gününüzü bizimlə birgə rəngli keçirmək bir zəng qədər yaxınızdadır.

Gəlin birlikdə sehri incəsənət aləminə enək və firçanın gücü ilə xəyal dünyamızı rəngləndirək. Uşaqların asudə vaxtının səmərəli təşkil olunmasında musiqinin də özünəməxsus rolu var. Belə ki, musiqi insanda mənfi enerjinin azalmasına, müsbət enerjinin artmasına səbəb olur. Asudə vaxtlarında musiqi ilə məşğul olan uşaqlarda dinləmə mədəniyyəti, əgər bir musiqi alətindən istifadə edirsə, onda ritm tutmaq, melodiyanı qavramaq qabiliyyəti inkişaf edir, ixtiyari diqqət güclənir. Asudə vaxtın səmərəli təşkili baxımından şahmat oyununun faydalarını da xüsusi vurğulamaq lazımdır.



Boş vaxtını şahmat oynayaraq keçirən uşağın tez qərar qəbul etmək qabiliyyəti inkişaf edir. valideynlər hər zaman yaxşını pisdən, doğrunu yanlışdan ayırd etməyi övladlarına didaktik formada öyrətməyə çalışırlar, lakin bəzən bu onlara yorucu və bezdirici gəlir. Amma şahmat oyununda bir həmlənin oyunun gedişatına necə təsir edəcəyini, yeni vəziyyətin necə nəticələnəcəyini uşaq əyani olaraq anlayır və qavrayır. Şahmat

oyununun zehni qabiliyyəti inkişaf etdirdiyini nəzərə alaraq əsasən 4-6 yaş arası uşaqları bu oyuna cəlb etmək daha məqsədəuyğun hesab olunur. Asudə vaxtın səmərəli keçirilməsi vasitələrindən biri də idmanla məşğul olmaqdır. Boş vaxtlarında idmanla məşğul olan uşaqlarda aktiv həyat tərzi formalaşır, artıq çəki problemi olmur, sümüklər, bədənin hərəkət sinir sistemi inkişaf edir. Bununla yanaşı idman xəstəliklərlə mübarizədə orqanizmin immun sistemini gücləndirir, dayanıqlılığını artırır. Bu yalnız uşaqlar üçün deyil, yeniyetmə və böyüklər üçün də olduqca faydalı məşğuliyyətdir.

Yubiley tədbirlərinin keçirilməsi

Olduz hərəniz bir evin oğlanı, uşaqlar! Asudə gəzin indi bu dünyanı, uşaqlar.

M.Ə.Sabir



Valideynləri maraqlandıran suallardan biri də budur: uşaqlar boş vaxtlarını necə səmərəli keçirsinlər? Valideynlərin qarşıya qoyduqları əsas məqsəd uşaqları cəmiyyətə faydalı bir şəxs kimi yetişdirməkdir. Uşaqların gələcəkdə sərbəst qərar verib, həyat çətinliklərinin öhdəsindən gəlməsi üçün onu hələ balacalıqdan istiqamətləndirmək

lazımdır. Bəs uşaqlara yaradıcılıq qabiliyyətini, sərbəst fikir yürütmək qaydalarını necə aşılamaq lazımdır? Hər bir ailədə bu sual müxtəlif cür həll olunur. Bəziləri uşaqları müxtəlif dərnəklərə göndərir, bəziləri isə dil kurslarına yazdırırlar. Əgər hələ də övladınızın vaxtını necə səmərəli keçirməsi haqda fikirləşirsinizsə, yazıya diqqət edin. Psixoloqlar bildirirlər ki, şahmat oyunu uşağın əqli inkişafında müsbət rol oynayır. Şahmat oyunu dünyagörüşünün inkişafına təsir edir, diqqətli olmağı, fikirləşməyi, müqayisə etməyi, əvvəlcədən oyununun nəticəsini görməyi öyrədir. İxtiraçılıq qabiliyyətini və qanunauyğunluq təfəkkürünü inkişaf etdirir. Uşaqlarda səbirlik qabiliyyətini, özünü ələ almaq, dözümlülük hissini artırır. Onlarda özünə tənqidlə yanaşmaq, sərbəst qərar vermək hisslərini güclənir. Şahmatı ən çox da hiperaktiv (dəcəl,dinamik) uşaqlara öyrətmək lazımdır.

Uşaqlar hansı yaşdan şahmatı öyrənməlidirlər?



Məşhur şahmatçıların, dünya çempionlarının həyatlarına nəzər yetirəndə erkən yaşlardan bu oyunla maraqlandığının şahidi oluruq. Xose Raul Kapablanka şahmat oynamağa 5 yaşından başlayıb, atasının oyunlarına baxa-baxa oyunun gedişinə bələd olub. On bir dəfə dünya çempionu olan Roberta Fişeraya şahmatı 6 yaşında olarkən öyrəniib. Qarri Kasparov da şahmat oynamağa 5 yaşından başlayıb. Raul

Kapablankanın fikrincə, şahmat sadəcə oyun deyil, intellektual vaxt keçirməkdir. Həmçinin onda elmin müəyyən elementləri var. Zehni işdə işləyənlər üçün şahmat oynamaq idmançılar üçün idmanla məşğul olmaq kimidir. Şahmat insan əqlini məşq etdirməyin ən gözəl yoludur. Şahmatın köməkliliyi ilə uşaq kiçik yaşlarından müstəqil qərar vermək kimi xüsusiyyətə yiyələnir. Bundan əlavə, uşaqlarda mövcud situasiyanı məntiqli qiymətləndirmək vərdişi də formalaşır. Təbii ki, bu bacarıqlar onun gələcəkdə bir şəxsiyyət kimi formallaşmasında mühüm rol oynayacaq. Şahmatla məşğul olan uşaqlar vaxtlarını düzgün planlaşdırmağı, strateji düşüncə tərzini və qoyulan məqsədlərə çatmaq bacarıqlarına malik olurlar. Bundan əlavə, uşağın yaddaşı və riyazi hesablama bacarığı da digər uşaqlara nisbətən daha güclü inkişaf edir. İlk baxışdan darıxdırıcı kimi görünən bu idman növü əslində uşaqlara mübariz və döyüşkən olmağı öyrədir. Bu baxımdan şahmat, boks, cüdo və ya güləşdən heç də geri

qalmır. Yeganə fərq isə fiziki yox, intellektual gücdən daha çox istifadə olunmasıdır. Gəlin ilk növbədə asudə sözünün mənası nədir? onu öyrənək. Asudə vaxt- rahat, dinc, qayğısız, arxayın, asudə həyat, asudə yaşamaq deməkdir.

"Asudə vaxt şəxsiyyətin formalaşmasında olduqca mühüm rol oynayır. Təəssüf ki, indi cəmiyyətimizdə asudə vaxt məsələsinə lazımi diqqət verilmir. İstər körpələrimizin, uşaqlarımızın, gənclərimizin, istərsə də yaşlı nəslin asudə vaxtlarının təşkilində xeyli problemlər var. Bir çox kəndlərdə, rayon mərkəzlərində gənclərin asudə vaxtlarından səmərəli istifadə üçün lazımi şərait yoxdur. Halbuki asudə vaxtın düzgün təşkili ilə biz əhalinin müxtəlif yaş təbəqələri arasında onların daha vətənpərvər, daha keyfiyyətli bir insan kimi yetişməsi istiqamətində çox işlər görə bilərik".

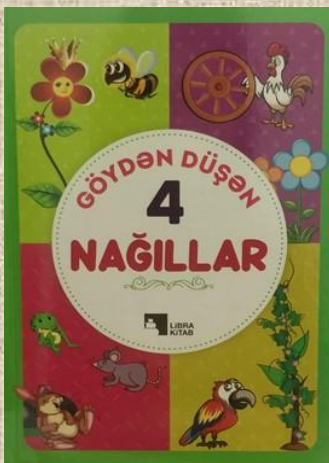
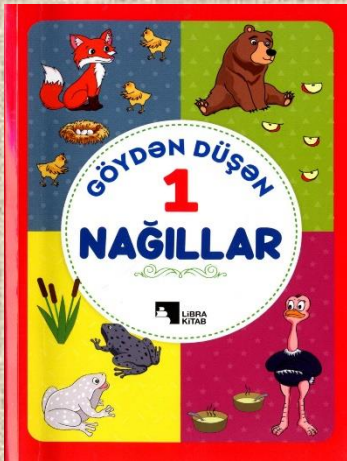
Yuxarıda da qeyd etdik ki, müasir dövrün vacib məsələlərindən biri də asudə vaxtın təşkili məsələsidir. Bir çox insanlar, xüsusən də, uşaqlar bu məsələdə çətinlik çəkir. Bu mövzuda cəmiyyətimizdə maarifləndirmənin az olması və eləcə də KiV-lərdə proqram və verilişlərin olmaması ciddi problemlərə gətirib çıxarır. Uşaqların asudə vaxtının səmərəli keçməsi, əsasən, valideynlərdən asılıdır. Bir çox hallarda uşaqlar asudə vaxtlarını müxtəlif oyunlar oynamaqla və yaxud internet şəbəkələrindən istifadə etməklə keçirir. Valideynlər çalışıb bu məqamlarda diqqətli olmalı və uşaqlarını daha çox real oyunlara cəlb etməyi bacarmalıdırlar. Çünki real oyunlar əsasında uşaqlarda tarixi biliklərə yiyələnmək, vətənpərvərlik hisslərini aşılamaq, həmyaşıdları ilə ünsiyyətin qurulması, cəmiyyətə və eləcə də kollektivə adaptasiya olması kimi prosesləri formalaşdırmaq olar. Ümumilikdə, uşaqların asudə vaxtlarının səmərəli təşkili valideyn nəzarəti altında olmalıdır. Həmçinin uşaqları istəmədikləri fəaliyyətə məcbur etmək, yaxud sevdiyi fəaliyyətdən uzaq tutmaq düzgün deyil. Çalışmaq lazımdır ki, onlar sevdiyi fəaliyyətlə məşğul olsunlar. Bəlkə də onların sevdiyi işi görmələrinə mane olaraq gələcəyin rəssamının, musiqiçisinin, memarının qol-qanadını qırmış oluruq. Bu baxımdan hər bir valideyn öz övladını tanımalı və onu yaxşı analiz etməyi bacarmalıdır. Kiçik yaşlardan valideynlər xüsusən övladlarını müşahidə etməli və onların maraq dairəsini aşkarlamalı və onlara bu istiqamətdə yardımçı olmalıdırlar.

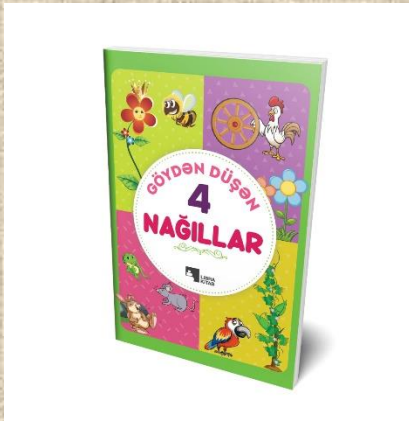
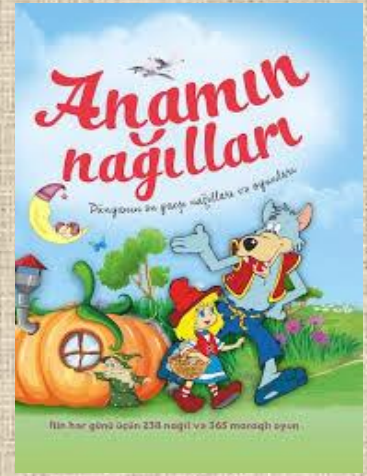
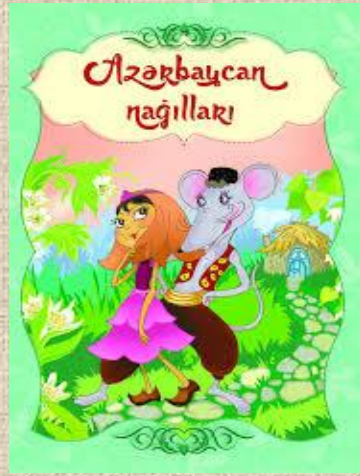
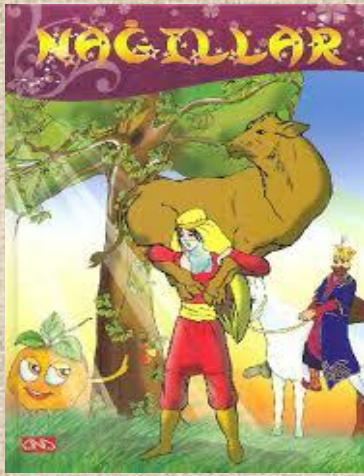
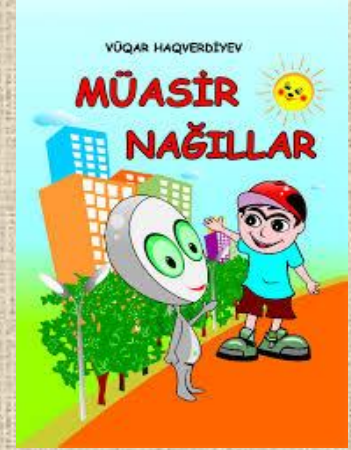
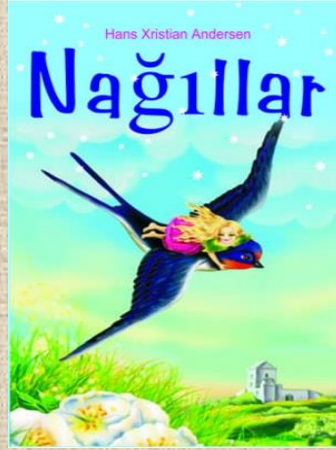
Uşaqların asudə vaxtının təşkilində valideyn nəzarəti olmazsa o zaman uşaqlar müxtəlif pis vərdislərə yiyələnmə bilər, sosial təhlükəli qruplara qoşula bilər, təhsildən yayına və eləcə də müxtəlif cinayət tipli hadisələr törədə bilər. Bu halların qarşısını almaq üçün uşaqlarda ailə bağı gücləndirilməli və həmçinin asudə vaxtın səmərəli təşkil olunması üçün düzgün istiqamət verilməlidir. Uşaqların vaxt bölgüsünün təşkili valideynlərin bir tərəfdən mənəvi borcudursa, digər tərəfdən ölkəmizin qanunları ilə onların üzərinə qoyulmuş bir vəzifədir ki, buna sosial məsuliyyət deyirlər. Valideynlər bu vəzifələri yerinə yetirmədikdə və ya düzgün yerinə yetirmədikdə həm qanun, həm də cəmiyyət qarşısında məsuliyyət daşıyırlar.

Uşaqlarda güclü tərəflərin – yəni maraq dairəsində olan məsələlərin aşkarlanması onları asudə vaxtının səmərəli keçirilməsi üçün açar rolunu oynayır. Valideynlərin ən əsas diqqətli olmalı olduqları mövzu, məhz onların övladlarını hansı peşədə görmək

istədikləri deyil, övladları özləri hansı peşənin sahibi olmaq istəmələridir. Bu baxımdan onlara azadlıq verilməli və daim dəstək olunmalıdır.

"Asudə vaxtın səmərəli təşkili və dəyərləndirilməsi" mövzusunda F.Köçərli adına Respublika Uşaq Kitabxanasında bir çox tədbirlər keçirmək olar. Belə tədbirlərin bir neçəsini misal göstərmək olar. Məsələn, kitabxanamızda oxucuların, şagirdlərin asudə vaxtlarının səmərəli təşkili məqsədilə ilk növbədə kitabxanaya daxil olan yeni kitabların sərgisi oxu zalında təşkil olunur. Sərgi ilə tanış olan oxucular belə kitabları kitabxanamızdan əldə edib, asudə vaxtlarında oxuya bilir, vaxtlarının səmərəli keçirilməsi üçün bir-birlərinə şərait yaratmış olurlar. Gəlin sizinlə birlikdə bu kitabların bir neçəsi ilə tanış olaq.





Sərgidən sonra kitabxanaçı oxucuların asudə vaxtlarının səmərəli təşkili üçün balacalarla nağıl saati keçirir. Kiçik yaşlı oxuculara Göydən düşən nağıllar silsiləsindən “Dovşanın gəmisi” adlı nağıl oxunur. Kitabda müxtəlif qaynaqlardan toplanan orijinal nağıllar verilmişdir. Nağılların süjeti və məzmunu uşaqlara çalışqanlıq, dürüstlük, yaxşılıq, xeyirxahlıq kimi gözəl xüsusiyyətlər aşılayır. Hər nağıla aid rəsmlər isə hadisəni daha yaxşı qavramağa kömək edir. Qeyd edək ki, bu silsilə hazırlanarkən müəllim və psixoloqlardan rəy alınmışdır.

DOVŞANIN GƏMİSİ

Vanya bir gəmi düzəltdi. Gəminin kapitanlığını isə plüv dovşana verdi. Səmt küleyi əsdi və gəmi çayda hərəkət etdi.

Bir quş uçub gəmiyə qondur:

– Kapitan, kapitan! Məni də yanına al. Uzaqdan gəlirəm, qanadlarım yorulub. İcaza ver dincəlim.

– Buyur, otur, – kapitan dovşan dedi. – Dostlarla daha qon olub.

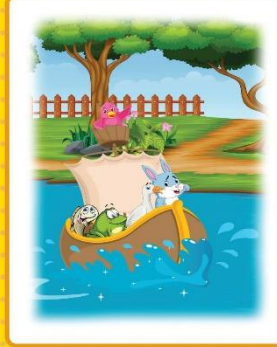
Gəmi yoluna davam etdi. Gəmini bir qaz balası gördü. Arıcınca üzdi. Güclə ona çatıb dedi:

– Məni yanınıza alın. Oraya getməliyəm, qəmşikliyə.

Anam məni gözləyir.

– Olmaz, – quş cıkkıldadı. – Özün get.

31



32

– Xahiş edirəm, məni balacayam, yoralmışam, – qaz balası rica etdi.

– Yaxşı, otur, – dovşan razılaşdı. – Səni mənim yanına aparacağam.

Gəmi sürətlə üzməyə başladı. Gəmini bir qurbağa gördü.

– Qurr-qurr! İşə bir bax. Çayda gəmilər üzür. Kapitan! Kapitan! Məni də gəmidə gəzdir.

– Yox, yox, – quş və qaz balası qışqırdı. – Yerimiz yoxdur.

– Xahiş edirəm, – qurbağa quruldadı. – Heç vaxt gəmiyə münəməmişəm. Həmişə burun xəyalını qurmuşam.

Necə etiraz edəsən? Kapitan məcbur olub qurbağaya icazə verdi.

Sürəti azalan gəmi yola davam etdi. Sərnəşinlər narazılıq etməyə başladılar. Anı nə oldu bu gəmiyə? Niyə belə yavaşladı?

33



37

Birdən qeyriçatınu tərəpədən balıq gördülər. Ağrı aqılıb-yumuluq. Amma səsi eşidilmirdi.

– Yəqin, gəmini itələmək istəyir, – quş dedi.

Həmmi qışqırmağa başladı:

– İtələ! İtələ!

Balıq sevindi. Göyortaya tullandı. Anı o da gəmidə göznek istəyirdi. Həyif ki, balığın dilini anlayın yox idi. Gəmicik yan yadı. Batmağa başladı. Sərnəşinlər balığa qışqırdılar:

– Gəmidən düş!

– Hara minirsən?

– Üz get. Məne olma, bizi batırırsan.

Balıq isə öz bildiyini etdi. Gəmidən düşmədi.

Yaxşı ki, Vanya yaxında, sahilde idi.

Dovşanı xilas etdi, qalanları isə öz canlarını özləri qurtardılar.

Gəmicik isə batdı. Neyləyək, eyni yoxdur. Vanya dovşana təvə gəmi düzəldir.

Vladimir Sütəyev

38

İÇİNDƏKİLƏR



FƏRİQLİ TƏKƏRƏLƏR 5



LOVŞA KƏRŞƏDƏN 28



ARICIQ 11



DOVŞANIN GƏMİSİ 34



PÖHRƏ VƏ SƏRƏMƏCİQ 32



TƏKLƏ 39

Bəli, əziz oxucu sizin asudə vaxtınızın səmərəli təşkili üçün bizim kitabxanada hər cür şərait yaradılıb. Sizdən yalnız bizim kitabxanaya yazılıb vaxtınızın yadda qalan, səmərəli keçməsi istənilir.

Yuxarıda qeyd etdiyimiz kimi, kitabxanamızda kiçik və böyük yaş qrup oxucular üçün hər bir dildə kitablar var. Belə kitabların bir neçəsi ilə tanış olmaq üçün yenidən fondumuza müraciət edərkən və kiçik yaşlı uşaqların savadlı, sağlam böyüməsi üçün nəşr olunan kitablardan birinin müzakirəsini keçirək.



Nisa Başaran Çöllü uşaqların inkişafı və təhsili üzrə mütəxəssisdir. 2009-2013-cü illərdə Qazi Universitetinin Uşaq inkişafı və təhsili fakültəsində bakalavr təhsili almış, bu illərdə məktəbəqədər təhsil müəssisələrində işləmişdir. Həmin illərdən başlayaraq radio və televiziya kanallarında ana-uşaq sağlamlığı, evdəki materiallardan uşaqlar üçün oyun və fəaliyyətlər, uşaq kitabları və nağıl qiraəti mövzularında verişlər hazırlamışdır. 2014-cü ildə müəllim kimi işə başlamış, 2019-cu ilə

qədər pedaqoji fəaliyyətlə yanaşı, uşaqların inkişafı sahəsində də araşdırmalar aparmışdır. 2019-cu ildə analıq məzuniyyətinə çıxmış, əcnəbi mənbələrdən araşdırdığı, eləcə də özünün hazırladığı oyunları qızı ilə bərabər tətbiq etməyə başlamışdır. Və beləliklə, uşaqların böyümə və inkişafında valideynlərə daha çox kömək etmək məqsədilə övladı ilə oynadığı oyunları kitab şəklində çap etdirməyə başlamışdır.

Kitab 2023- cü ildə Libra kitab evində nəşr olunmuşdur. Kitabda da qeyd olunur ki, körpənin 0-2 yaş mərhələsi analardan xüsusi qayğı tələb edir. Bu dövrdən başlayaraq körpələr ətraf mühiti dərk etməyə başlayır, ilkin bilik və bacarıqlara yiyələnirlər. Oyun bu dövrdə uşaq fəaliyyətinin əsas hissəsi hesab edilir. Bəli, müzakirə etdiyimiz kitabda valideyn və tərbiyəçi-müəllimlərə 175 oyun təqdim olunur. Ev şəraitində hazırlanıb tətbiq edilə biləcək, bir-birindən maraqlı bu oyunlar vasitəsilə körpələrlə həm faydalı vaxt keçirəcək, həm də ətraf aləmi dərk etməkdə onlara kömək edəcəksiniz. Kitab valideynlər, eləcə də məktəbəqədər təhsil müəssisələrində çalışan tərbiyəçi-müəllimlər üçün nəzərdə tutulmuşdur.





Oyun uşaqın həyatında son dərəcə vacib fəaliyyətlərdəndir. İstənilən yaş dövründə oyun uşaqların sadəcə əylənməsini təmin etmir, həm də onların fiziki və intellektual inkişafına birbaşa təsir göstərir. Odur ki, lap erkən vaxtlardan körpələrlə məqsəduyğun təşkil edilən oyunun uşaqların inkişafında mühüm rolu vardır. Hələ çağalıq dövründən uşaqlarla oyunlar təşkil edilməlidir. Çünki oyun körpələrin oyaq vaxtlarında əsas fəaliyyət növüdür. Uşaq oynayarkən diqqətini oyuna cəmləyir, əhvalı yaxşı olur. Həm də oyun uşaq üçün dincəlmək deyil, əsas məşğuliyyətdir. Uşaq oynayarkən baxır, eşidir, toxunur, kəşf edir, sığallayır, dadına baxır, işləyir və s. O, rənglərdən, ritmlərdən, musiqidən həzz alır və beləliklə, oyun uşağı inkişaf etdirir. Uşağa sevinc bəxş edən hər bir şey onun inkişafı üçün faydalıdır. Bəzən böyüklər oyunun əhəmiyyətini lazımi qədər qiymətləndirmirlər, uşaqla oyun oynayarkən sərf etdikləri zamanı vaxt itkisi hesab edirlər. Əksinə, oyun uşağın öz fərdiliyinin formalaşması üçün vacibdir. Oyun onun həm fiziki, həm də intellektual bacarıqlarını inkişaf etdirən ən təbii prosesdir. Bu, uşağa onu əhatə edən ətraf aləmi kəşf etməyə, başa düşməyə imkan verir. Uşaqlar əşyalarla oynadıqda hərəkətləri, hərəkətlərin koordinasiyası, hissiyatı, təfəkkürü formalaşır. Əşyalarla davranış uşağın psixikasının keyfiyyətli formalaşmasında müstəsna əhəmiyyət kəsb edir. Barmaqların incə hərəkətləri beyində nitq mərkəzini stimulyasiya edir, diqqət, müstəqillik, nəticə əldə etmək qabiliyyəti inkişaf edir.

Erkən yaşda şəxsiyyətin formalaşmasında oyun yaradıcılığı vacib əhəmiyyət kəsb edir. Uşağın erkən yaşlarında oyunlarda iştirakı onun gələcəkdə təlim və tərbiyəsində, digər insanlarla düzgün ünsiyyət qurmasında vacib rol oynayır. Əziz oxucular və valideynlər ümidvarıq ki, bu kitab sizin stolüstü kitabınız olacaq. Məhz burada göstərilən oyun və tapşırıqlarla sizlər kiçik yaşlı övladlarınızla səmərəli və asudə vaxt keçirə bilərsiniz.

Asudə vaxtın səmərəli təşkili üçün keçirilən tədbirlərdən biri də söhbətdir. Kitabxanada təşkil olunan söhbətə fəal oxucularla yanaşı, məktəb şagirdlərinin qatılması məqsəduyğundur. Kitabxanaçı tədbirə belə başlayır: Asudə vaxtı necə keçirməsi, o insanı tanımağa imkan verir. Bütün həftə boyu müəyyən bir işlə məşğul olan insanlar həftə sonu, işindən artıq qalan vaxtlarını özünə aid olaraq görür və bu vaxtını doldurmağa çalışır. Hətta bütün həftə boyu asudə vaxtı olmayan insanlar bazar gününü ancaq özünə sərf etməyə çalışırlar. Müxtəlif ölkələrdə asudə vaxtın təşkili ilə

bağlı fərqli məqamlar var. Məsələn, Almaniyada gənclərin və yeniyetmələrin gündə altı saatdan çox asudə vaxtları olur. Bu vaxtların dəyərləndirilməsinə gəldikdə isə bunu əsasən idman və mədəni sahələrə ayırırlar. Bir çox ölkələrlə müqayisədə Almaniyada insanlar televizora baxmağa daha az vaxt sərf edirlər. Ümumiyyətlə, insanlar boş vaxtlarında məşğul olduqları işlərlə, bu ərəfədəki hərəkətləriylə özünü təsdiq edirlər. O üzdən, bəzən insanları anlamaq və tanımaq istədikdə boş vaxtlarında nə ilə məşğul olduğuna diqqət edirlər. Çünki ən dəyərli işlər məhz bu zamanlarda ərsəyə gəlir, yəni, həmin vaxtlarda bəzi insanlar sənətlə məşğul olur, rəsm çəkir, ədəbiyyatla maraqlanır, kitab oxuyur, bağçada işləyir və s. Amma bu müddəti başqa cür dəyərləndirərək asudə vaxtını ancaq əyləncəyə sərf edənlər də var.

Ölkəmizdə də əhali asudə vaxtını səmərəli təşkil etməyə çalışır, bundan müxtəlif cür yararlanır. Hətta heç buna vaxtı qalmayanlar da var. Səhərdən axşama qədər işləyən bir qism insanlar da var ki, onlar asudə vaxtda da işləməyə çalışırlar. Digər qrup insanlar da var ki, onların bir çoxu asudə vaxtlarını televiziya ilə bağlayırlar. Hətta çalışırlar qonaq gedəndə elə vaxt getsinlər ki, baxdıqları serialın vaxtına düşməsin, yaxud gedəndə orada baxırlar. Televiziya insanların vaxtını alır və özünə diqqət yetirməyə vaxtı qalmır. Düşünməzlər ki, həmin müddətdə ən azından yaşadığı məhəllədə piyada gəzmək daha sərfəlidir. Televizora əyləşib baxırlar, bununla da hərəkət məhdudlaşır ki, bu da onların səhhətinə ziyandır. İndi gənclərin oynaq ağırları artıb, onlar nəinki idmanla məşğul olmur, az qalır ki, marşrut avtobusları evlərinin qapısı qarşısında dayandırsınlar. Hərəkət etmirlər, bütün günü işdə, sonra da evdə oturlar. Lakin sevindirici haldır ki, bu gündə kitabxanaya gedən, orada asudə vaxtlarını səmərəli keçirən oxucuların sayı çoxdur.

Mövzu ilə bağlı keçirilən tədbirlərdən biri də ustad dərsləridir. Kitabxanamızda oxucuların vaxtlarının səmərəli təşkili üçün keçirilən tədbirdə kitabxananın əməkdaşları tərəfindən uşaqlara əlfəcin haqqında məlumat verilib. Bildirilib ki, əlfəcin və ya digər adı isə kitab ayrıcı, kitabda istədiyiniz səhifəni qeyd etmək üçün xüsusi bir vasitədir. Mütləq edərkən hansı səhifədə qaldığımızı xatırlaya bilmək üçün əlfəcinlərdən istifadə edirik. Dərs zamanı oxuculara əlfəcinlərin düzəldilmə qaydası öyrədilib və uşaqlar maraqla öz zövqlərinə uyğun ayrıclar hazırlayıblar. Tədbirin keçirilməsində əsas məqsəd mütləqəyə dəstək olmaqla uşaq və yeniyetmələrin kitaba olan marağını artırmaq, asudə vaxtlarını səmərəli təşkil etməkdir.



Hər bir ailə uşaqların istirahət günləri və asudə vaxtlarının səmərəli təşkil olunmasına imkan daxilində şərait yaratmağa borcludur. Çünki uşaqların əxlaqi və estetik tərbiyəsinin inkişafında istirahətin özünəməxsus yeri var. Rəsm çəkmək də uşaqların boş vaxtlarını dəyərləndirmək üçün əla məşğuliyyətdir. Uşaqlar rəsmə məşğul olan zaman öz fantaziyalarını işə salaraq təxəyyüllərinin məhsulunu ortaya qoyurlar. Rəsm çəkmək onların bədii zövqünü, yaradıcılıq qabiliyyətini inkişaf etdirir və bu məşğuliyyət zamanla istedadla çevrilə bilər. Uşaqların bütün bu qabiliyyətlərini inkişaf etdirməklə onların uğurlu gələcəklərinə lövbər atmış olarıq. Beləki, Respublika uşaq Kitabxanası olaraq, bizim də üzərimizə bir çox öhdəliklər düşür. Elə məhz bu öhdəlikləri yerinə yetirmək üçün də kitabxamızda müxtəlif cür tədbirlərin keçirilməsi, uşaqların da asudə vaxtlarında bu tədbirlərə qoşulması mühüm addımlardan biridir. Asudə vaxtın səmərəli təşkili uşaqların istər fiziki, istərsə də psixi sağlamlığı baxımından böyük əhəmiyyət kəsb edir. Əziz, valideynlər uşaqlarınızın asudə vaxtlarının səmərəli təşkili üçün bir çox tədbirlərdən istifadə etmək olar. Elə hazırladığımız bu vəsaitdə də belə tədbirlərdən misal göstərmişik. Ümid edirik ki, vəsait sizlər üçün istifadə olunacaq dərəcədə hazırlanıb. Sonda burdan uşaqlara səslənib demək istərdik ki, əziz uşaqlar vaxtınız qədrini bilin, ondan səmərəli şəkildə istifadə edib, əylənin.

Ədəbiyyat siyahısı

Kitablarda

Cəfərova, L. Böyük qrupda fiziki mədəniyyət məşğələləri : metodik vəsait. - Bakı : Çəşioğlu-Multimedia, 2009. - 147 s.

Dadaşzadə, D. Kiçik qrupda fiziki mədəniyyət məşğələləri : metodik vəsait. - Bakı : Çəşioğlu-Multimedia, 2009. - 104 s.

Ekoloji dərnək, klub və digər birləşmələrin nümunəvi tədris proqramları və metodik tövsiyələr : V-XI siniflər üçün metodiki vəsait. - Bakı : Nərgiz, 2007. - 147 s.

Əliyeva, T. Uşaq inkişafının qiymətləndirilməsi. - Bakı : Elmin inkişaf fondu, 2015. - 284 s.

Günəş, A. Uşaq nəyi, niyə edir? : Uşaq davranışlarının izahı. - Bakı : TEAS PRESS Nəşriyyat evi, 2017. - 208 s.

Həyati bacarıqlara əsaslanan təhsil : Orta ümumtəhsil məktəblərinin ibtidai sinif müəllimləri üçün tədris vəsaiti (I-IV siniflər). - Yenidən işlənmiş və təkmilləşdirilmiş 2-ci nəşri. - Bakı : Çəşioğlu, 2007. - 496 s.

Xanlarova, Z. Uşaqlara nəyi necə öyrətməli? : Qəbul edək, sevak, dəstək olaq. Lovas metodu. - 2-ci nəşr. - Bakı : Qədim Qala, 2021. - 232 s.

Kiçik məktəb yaşlı uşaqların təhsili sahəsində tətbiqi tədqiqatlar: Müasir tendensiya və metodlar. - Bakı : Yeni nəsil, 2003. - 98 s.

Qippenreyter, Y. Uşaqlarla necə ünsiyyət saxlamalı?. - Bakı : Qanun, 2014. - 248 s.

Lahıcov, N. Şagirdlərin hərbi-vətənpərvər tərbiyəsində Azərbaycan Milli İdman oyunlarının əhəmiyyəti : məktəbəqədər tərbiyə müəssisələri və ümumtəhsil məktəbləri müəllimləri üçün metodiki vəsait. - Bakı : Nərgiz, 2008. - 68 s.

Məmmədova, X. Uşaq bağçasında təsviri fəaliyyət üzrə təlim məşğələləri : metodik vəsait. - Bakı : Nərgiz, 2007. - 300 s.

Sadiqova, T. Məktəbəqədər yaşlı uşaqların ətraf aləmlə tanışlığı prosesində oyunlardan istifadə. - Bakı : Adiloğlu, 2011. - 140 s.

Sadiqova, T. Məktəbəqədər yaşlı uşaqların nitq inkişafına xidmət edən didaktik oyunlar : metodik vəsait. - Bakı : Adiloğlu, 2011. - 124 s.

Şahmərđanlı, M. Sağlam və saleh övlad : Qəlbin meyvəsi. - Bakı : [s. n.], 2008. - 182 s.

Spok, B. Uşaq və ona qulluq : Gənc anaya məsləhətlər. - Bakı : Azərnəşr, 2016. - 407 s.

Surkova, L. Uşağımızın 3 yaşından 7 yaşınadək: intensiv tərbiyə. - 2-ci nəşr. - Bakı : TEAS PRESS Nəşriyyat evi, 2018; - 2022. - 144 s.

Tumurcuq. 1-ci kitab : Uşaq parkında : 3-6 yaş. - Bakı : Şərq-Qərb, 2012. - 6 s.

Uşaqlar: Azərbaycanın bu günü və sabahı. - Bakı : [s. n.], 2006. - 48 s.

Uşaqların müşahidə və qeydiyyat vasitəsi ilə öyrənilməsi."Addım - addım". Uşaqlar və ailələr üçün proqram : Kiçik yaşlı uşaqların təhsili fakuütəsi üçün tədris kursu. - Bakı : Yeni nəsil, 2003. - 139 s.

Uslu, M. Uşaq və həyat : Xoşbəxt və istedadlı uşaq yetişdirmək üçün ata-ana bələdçisi 3. - Bakı : İpək yolu Nəşriyyatı, 2016. - 144 s.

Yanık, M. Uşaq tərbiyə edərkən : Travma yaradan səhvlər-inkışafa apanan doğrular. - Bakı : Qanun, 2022. - 208 s.

Dövri Mətbuatda

Ağayeva, G. Uşaqların erkən qayğısı və təhsili // Kurikulum. - 2015. - № 2. - S. 59-72.

Camalov, K. Uşaqların asudə və istirahət vaxtları düzgün qurularsa... // Təhsil problemləri. - 2015. - 24-31 iyul . - № 55/56. - S. 4.

Hüseynov, İ. Asudə vaxt mədəniyyətin formalaşmasında milli və dünyəvi ənənələrin rolu // Mədəni Maarif. - 2010. - № 12. - S. 30-33.

Hüseynov, İ. Mədəni fəaliyyətin təşkili // Mədəni-maarif. - 2009. - № 10. - S. 20-24.

İlyasoğlu, R. Uşaqların, yeniyetmələrin bilik və asudə vaxt mərkəzi : F.Köçərli adına Respublika Uşaq Kitabxanası // Respublika. - 2012. - 7 fevral. - № 27. - S. 6.

İsmayılova, Q. Məktəbəqədər yaşlı uşaqların yaradıcı oyunları // Məktəbəqədər və ibtidai təhsil. - 2012. - № 4. - S. 28-31.

Sadiq, M. Bölgələrdə gənclərin asudə vaxtının təşkili : şamaxıda keçirilən dəyirmi masada gənclər bir sıra təşəbbüslərlə çıxış etdilər // Mədəniyyət. - 2013. - 27 noyabr. - № 85. - S. 12.

Səlimova, A. İbtidai sinif şagirdlərinin asudə vaxtlarının səmərəli təşkili yolları // Məktəbəqədər və ibtidai təhsil. - 2017. - № 2. - S. 34-37.

Tural. Asudə vaxtın təşkili // Mədəni Maarif. - 2010. - № 7. - S. 55-56.