

Yığmamızın üzvü Honq-Konqda qızıl medala yiyələnib



Azərbaycanın triatlon yığmasının üzvü Rostislav Pevtsov Honq-Konqda təşkil olunan sprint üzrə açıq Asiya kuboku yarışlarında qızıl medal qazanıb.

İdmançımız 750 metrlik su məsafəsini 9 dəqiqə 33 saniyəyə başa vurub. Ardınca isə 20 kilometrlik velodistansiyanı 29 dəqiqə 14 saniyəyə qət edib. Nəhayət, yarışların sonuncu

Çenqdu şəhərində keçirilən dünya kubokunda gümüş medala sahib olub. Avropa kuboklarının ümumi hesabında isə Rostislav gümüş medal qazanıb.

mərholəsini - 5 kilometrlik qaçış zolağını R.Pevtsov 15 dəqiqə 9 saniyə notico ilə başa vurub. Ümumi hesablamada yığmamızın üzvü 56 dəqiqə 39 saniyə vaxt göstəricisi ilə birinci yeri layiq görülüb.

Qadınların mübarizəsində isə komandamızın üzvü Kseniya Levkovskaya 1 saat 4 dəqiqə 29 saniyəlik notico ilə dördüncü olub.

Xatırladaq ki, cari mövsümdə Pevtsov Las-Palmasda keçirilən Avropa kubokunun qalibi olub, Rabat şəhərində təşkil olunan açıq Afrika kuboku yarışlarında qızıl medal qazanıb. Eyni zamanda, Çinin

Xorvatiyanın paytaxtı Zaqrebdo gənc cüdoçular arasında keçirilən dünya birinciliyinə yekun vurulub. Yarışda 83 ölkədən 590 idmançı (346 oğlan, 244 qız) qalib adı uğrunda mübarizə aparıb. Komandamız dünya birinciliyində 15 cüdoçu (10 oğlan, 5 qız) ilə təmsil olunub. 55 kq çəki dərəcəsinə ölkəmizi təmsil edən Natiq Qurbanlı və 60 kq çəki dərəcəsinə mübarizə aparən Koramət Hüseynov gümüş medala sahib çıxıb.

73 kq çəki dərəcəsinə ölkəmizi təmsil edən Hidayət Heydoroğlu Yaponiya, İtaliya, Qazaxıstan, Gürcüstan və Türkiyədən olan rəqiblərinə qalib gələrək fəxri kürsünün ən yüksək pilləsinə qalxıb.

Qızların yarışında 52 kq çəki dərəcəsinə mübarizə aparən Nəzakət Əzizova isə dünya birinciliyinin bürünc medalını qazanıb. 100 kq çəki dərəcəsinə ölkəmizi təmsil edən Zəlim Kotsiyev dünya birinciliyinin qızıl medalına layiq görülüb.

Beləliklə, cüdo üzrə yığma komandamız dünya birinciliyini iki qızıl və iki gümüş medalla başa vurublar. Bununla da milli komandalardan daha çox rəqiblərdən daha yaxşı notico göstərərək birinci yeri tutub. Azərbaycan cüdoçuları Yaponiya, Rusiya, Gürcüstan, Braziliya,



Yığma komandamız Zaqrebdo 5 medala layiq görülüb

Almaniya, Özbəkistan, Türkiyə, Fransa, İtaliya və digər milli komandalara qabaqlayıblar. Ümumi komanda hesabında isə gənclərimiz yalnız Yaponiyadan geri qalaraq ikinci olublar.

Güləşçimiz veteranlar arasında birinci yeri tutub

Bolqarıstanın Plovdiv şəhərində veteran güləşçilərin dünya çempionatı keçirilib. Azərbaycan pöhləvanları çempionatı 1 qızıl və 1 gümüş medalla başa vurublar.

Sərbəst güləş üzrə B divizionunda mübarizə aparən Mayis İbadov (70 kq) dünya çempionu titulu qazanıb. İdmançımız ardıcılı olaraq Almaniya, Moldova və Bolqarıstanlı rəqiblərini mübarizədən kənarlaşdıraraq finala yüksəlib. Həlledici görüşdə İran idmançısını da məğlub edən Mayis İbadov qızıl medala sahib olub.

Çempionatda yunan-Roma güləşi üzrə D divizionunda qüvvəsini sınayan Rövşən İsmayılxanlı (130 kq) isə çempionatı ikinci sırada tamamlayıb. Həlledici görüşdə Polşa idmançısına məğlub olan təmsilçimiz dünya çempionatının gümüş medalına yiyələnib.

Görüşlərin idarə edilməsində ölkəmizi beynəlxalq dərəcəli hakim Natiq Hacıyev təmsil edib.

Akrobatlar Avropa çempionatından 3 medalla qayıdıblar

Polşanın Jeşuv şəhərində akrobatika gimnastikası üzrə 28-ci Avropa çempionatı keçirilib. Çempionatda qarışıq cütlük proqramı üzrə 23 idmançı qüvvəsini sınayıb.

Təmsilçilərimiz bu yarışdan vətəno 3 bürünc medalla qayıdıblar. Ölkəmizi Avropa çempionatında Ağasif Rəhimov və Nurcan Cabbarlı, həmçinin Abdulla Əl-Məşayxi və

Ruhidil Qurbanlı cütlüyü təmsil edib. 4 gün davam edən yarışlarda idmançılarımız maraqlı çıxış nümayiş etdirərək komandamızın hesabına 3 medal yazdırıblar.



Olimpiya çempionumuz reyting cədvəlində birincidir

Dünya Taekvondo Federasiyasının Olimpiya çəkilişi üzrə yeni reyting cədvəli Azərbaycan idmançıları üçün uğurlu olub.

Oktyabr üçün tərtib olunan siyahıda yığmamızın dörd taekvondoçusu yer alıb. Aktivində 443,16 xalı olan "Rio-2016" Olimpiya Oyunlarının qalibi, dünya və Avropa çempionumuz Radik İsayev 80 kiloqramdan yuxarı çəki dərəcəsinə ilk sırada yer alır.

Hesabında 472,36 xal olan dünya çempionumuz Milad Bəygi Herçəqani (80 kq) də reytingdə birincidir.

Bakı-2015-in və IV İslam Həmrəyliyi Oyunlarının çempionu 212,20 reyting xalına malik olan Ayxan Tağızadə isə 68 kq çəki dərəcəsinə altıncı pillədədir. Millimizin üzvü avqust reytingi ilə müqayisədə üç pillə irəliləyib.

Qadınlardan ibarət millimizin üzvü Fəridə Əzizova da (67 kq) ilk onluqdadır. Onun aktivində 213,14 reyting xalı var.

Qeyd edək ki, reyting xalları Dünya Taekvondo Federasiyasının təşkil etdiyi yarışlarda idmançıların aktivinə yığılan xallara əsasən verilir. Taekvondo qaydalarına görə 2020-ci ildə Tokioda keçiriləcək Yay Olimpiya Oyunlarında da reyting xalları sayısında cədvəldə ilk altılıqda olacaq idmançılar olimpiyada birbaşa vəsiqə qazanacaqlar.

Zemfira Məftexetdinova:

"Gender bərabərliyi Azərbaycan dövlətinin prioritet məsələlərindəndir"



Beynəlxalq idman və Olimpiya Hərəkatının ali rəhbər orqanı olan Beynəlxalq Olimpiya Komitəsinin

(BOK) həyata keçirdiyi mühüm proqramlardan biri də qadın və idman mövzusunda əhatə edir. BOK-un "İdman və qadın" proqramı əsasən gender bərabərliyi, qadınların idmana cəlb olunması, onların idmanda və cəmiyyətdə özlərini təsdiq etmələri istiqamətində mühüm tədbirlər həyata keçirilir. Oktyabrın 10-11-də Litvanın Vilyus şəhərində Beynəlxalq Olimpiya Komitəsinin təşkilatçılığı ilə keçirilən forum gender bərabərliyi mövzusunda həsr edilmişdi. Forumda ölkəmizi Azərbaycan Milli Olimpiya Komitəsinin (MOK) İcraçı Komitəsinin üzvü, Olimpiya çempionu Zemfira Məftexetdinova, MOK-un məsul işçisi Svetlana Abdullayeva təmsil ediblər.

"Olimpiya dünyası" qəzeti Zemfira xanımın görüşlərini, onun forum barədə fikirlərini öyrənib.

(ardı 2-ci səhifədə)

Azərbaycan şahmatının unudulmuş... unudulmaz isimləri

Yarandığı gündən şahmatın ecazkarlığı bütün dünyanı səhrə salıb. Lövho üzərində baş verən gedişlər insan beyninin möhsuluna çevrilib, ondan güc alıb. Bu gün dünyanın hər bir yerində, eləcə də Azərbaycanda şahmat çox sevilir. Ölkəmizdə tarixən güclü şahmatçılar yetişib. Həmin şahmatçılar bu sirlə növün inkişafına və gələcək nəsillərin nümayəndələrinə çatdırılmasına uğurla nail olublar. "Olimpiya dünyası"

qəzeti öz səhifələrində vaxtaşırı olaraq şahmat xüsusi yer ayırır. Müxtəlif yarışlara, şahmatla bağlı kompozisiyalara, tanınmış şahmatçılarla axtarıb-yaşıl yazılara geniş yer verən qəzetimiz bu dəfə Nəriman Yusifovla bağlı yazını oxucularımıza təqdim edir.

(ardı 2-ci səhifədə)



AZƏRBAYCAN RESPUBLİKASININ PREZİDENTİ YANINDA KÜTLƏVİ İNFORMASIYA VASİTƏLƏRİNİN İNKİŞAFINA DÖVLƏT DƏSTƏYİ FONDU



"Uşaq və gənclərin fiziki və mənəvi inkişafı"

Fiziki tərbiyə işi planlı şəkildə aparılarda sərəməsi də yüksək olur

Unutsaq, unudularıq



Elmadar MƏMMƏDOV,
SSRİ idman ustahına namizəd,
Azərbaycan Şahmat Federasiyası
Rəyasət Heyətinin üzvü

Azərbaycan şahmatının unudulmuş... unudulmaz isimləri

(əvvəli 1-ci səhifədə)

Nəriman Həmid oğlu Yusifov

Nəriman Yusifov Azərbaycan şahmatının üfütündə 60-ci illərin ortalarında görünməyə başlayıb. SSRİ idman ustahına namizəd normasını yerinə yetirmişdi. Nəzərə alsaq ki, həmin vaxtlar şahmat üzrə Azərbaycan millotindən olan bir nəfər də olsun "SSRİ idman ustası" normasını yerinə yetirə bilməmişdi, bu böyük nailiyyət idi. (Yeganə SSRİ idman ustası, istedadlı şahmatçı Soltan Xəlilbəyli faciəli şəkildə həlak olmuşdu).

Nəriman müəllimlə ilk tanışlığımız 60-ci illərin axırlarında şahmat lövhəsi arxasında olmuşdu. Həmin dövrdə "Norma yığmağın" çətinliyini mən də həyatımda hiss etmişəm. Cəmiyyətlərdə dinləyicilərin 80-90 faizi qeyri-millətlərdən idi. Uzun zəhmətdən sonra 1974-cü ildə SSRİ idman ustahına namizəd normasını yerinə yetirə bildim. Bir ildən sonra həmin normanı ikinci dəfə artıqlaması ilə yerinə yetirdim. Nəriman müəllim peşkar şahmatçı olmaqdan vaz keçdi. Şahmat funksioneri oldu. İdman komitəsində təlimatçı, daha sonra idarə rəisi işlədi. 1981-ci ildə təsis edilən A.Zeynalımin redaktoru olduğu "Şahmat" qəzetində E.Məhərrəmov, A.Sarıçev, Ç.Sultanov, E.Əliyeva, F.Həsənovla yanaşı Nəriman müəllim də redaksiya heyətinin üzvü idi. 70-ci illərin ortalarında azərbaycanlılar arasında şahmatın inkişafının ilk şərtləri hesab olunurdu. 1975-ci ildə Fikrət Sidiqzadə, 1976-cı ildə Elmar Məhərrəmov (sonralar azərbaycanlılar arasında ilk beynəlxalq qrossmeyster) SSRİ idman ustası normasını yerinə yetirdilər. 1978-ci ildə Heydər Əliyevin təşəbbüsü və imzası ilə şahmatın inkişafı ilə əlaqədar qərar qəbul olunaraq, Azərbaycanın bütün rayonlarında şahmat məktəbləri inşa edildi. Klub və idarə binalarında şahmat gəşləri yaradıldı. Bu kütləvilik tezliklə böhrəsinə verdi. Azərbaycan şahmatçısı 1975-ci ildə Vaynşteyn kimi tanınan Harri Kimoviç (bundan sonra "bakılı oğlan") SSRİ çempionu oldu. Zona turniri və zonalarası turnirin qaliblərindən biri kimi, iddiaçıların yarışında bütün matçlarda qalib gələrək, Anatoli Karpovla dünya şahmat tacı uğrunda oynamaq hüququ qazandı.

Azərbaycan nümayəndə heyətinin rəhbəri hüquqi cəhətdən idman komitəsinin sədrliyi (Q.Rzayev və Y.Məmmədov) olsa da, faktiki olaraq rəhbərliyi Nəriman Yusifov həyata keçirirdi. 1984-cü ilin sentyabr ayında başlanan və bütün dünyanın diqqət mərkəzində olan birinci matç "bakılı oğlan" üçün uğursuz başlanmışdı. 9 oyundan sonra A.Karpov 4:0 hesabı ilə irəlidi. Matçın reklamına görə ilk 6 qələbə qazanan şahmatçı qalib hesab olunurdu. "Bakılı oğlan" depressiya keçirir, Nəriman müəllim onu bu vəziyyətdən çıxarmaq üçün çox şey göstərərək, bütün qüvvə və bacarığını ortaya qoyurdu. Bakıdan məşhur parapsixoloq dövlət olunmuşdu və Moskva ətrafındakı gizli mənzildə yerləşdirilmişdi. 1978-ci ildə Bagio-da Karpov-Korçenov matçında oyun zalında oturan Zuxardan fərqli olaraq bizim parapsixoloq oyun zalına gələ bilməzdi. Psixoloq bir həftə "bakılı oğlanla" məşğul olur və onu görüş yerinə Nəriman müəllim aparır. Depressiya vəziyyətdən çıxartdıqdan sonra ona aşağıdakı fikirləri aşılayır: "Sən yalnız heç-heçə oynamağın. Uduşa can atma. Heç-heçələrin sayı çoxaldıqca sənə şansın artacaq. Daha bir oyunda uduzacaq. Hesab 5:0 olandan sonra qalib gələcək". Bundan sonra "bakılı oğlanın" oyun taktikasında dəyişiklik olur. Ardıcıl 17 oyunda heç-heçə qeydə alınır. 27-ci oyunda A.Karpov qalib gəlir. 31-ci oyunda "bakılı oğlan" ilk qələbəsini qeyd edir. Hesab 5:1 olur (Nəriman müəllim deyirdi ki, bundan sonra bizdə ümumi qələbəyə inam yarandı). Yəni 15 oyunda heç-heçə qeydə alınır. Bu dünya şahmat

tarixində oyunların sayına və davamlılığına görə ən uzun matç çevrilir. (Buna qədər 1927-ci ildə 2 ay yarım davam edən Kapablanka-Alyoxin matçında 34 oyun oynanılmışdı). 47-ci və 48-ci oyunlar A.Karpovun məğlubiyyəti ilə nəticələnir. Hesab 5:3 olur. FİDE-nin prezidenti Kampomanes matçı dayandırır. 6 aydan tez olmamaq şerti ilə başlanması nəzərdə tutulan ən çoxu 24 oyundan ibarət yeni matç təyin edilir. 1985-ci ilin axırlarında başlanan yeni matçda "bakılı oğlan" 13:11 hesabı ilə qalib gəlir və dünya çempionu oldu (axırncı 4 oyunu canlı izləmək mənə də nəis olmuşdu). Bir ilə yaxın davam edən bu üçüncü matçlarda Nəriman müəllim bir gün də olsun postunu tərk etmədi. Həmin matçlarda ən çox zəhmət çəkən Nəriman müəllim bir müddətdən sonra vəzifəsindən ayrılmalı oldu və "Sporto"nun Azərbaycan üzvlə nümayəndəliyinin rəhbəri tə-

"Yaxşı oynadığını deyə bilmərəm, amma yaxşı danışır"

Şahmat oynayarkən danışmaq qadağan olsa da, Nəriman müəllim həmişə danışdı. Onun danışlarından heç kim incimirdi. Tamaşaçılardan biri Nəriman müəllimi göstərərək deyir: - Bu kişi deyərsən yaxşı şahmat oynayır. Hamı onun başına toplaşır. Digər tamaşaçı cavab verir: - Yaxşı oynadığını deyə bilmərəm, amma yaxşı danışır.

"Bizim adamdır. Yeyib-İçən oğlana oxşayır"

Nəriman müəllim uşaqları, uşaqlar da onu çox sevirdilər. Oyun zamanı bir nəfərin ona çox yaxınlaşdığını hiss edib döndəndə 9-10 yaşlarında "toppus" bir oğlan uşağı görünür: - Bizim adamdır. Yeyib-İçən oğlana oxşayır.

Hamı güldür. Bu uşaq gələcəkdə beynəlxalq qrossmeyster Azərbaycan şahmatının şöhrətləndirənlərdən biri Eltac Səfərli idi.

"Müsləman adətində görə yarım saatdan artıq gecikmək olmaz"

Moskvada yaşayan qardaşı qonaq gəlir. Dostları ilə səhər 07:30-da xaş məclisinə gəlmək üçün şərtləşirlər. Saat 07:40-da qardaşı ilə görüş yerinə gələndə bir nəfərin orada olduğunu görür. 10 dəqiqə keçmiş daha 2 nəfər də gəlir. 5 dəqiqədən sonra bir nəfər də gəlir. Hamı heç nə olmamış kimi bir-biri ilə görüşüb hal-əhval tuturlar. Yoldaşlardan axırncısı saat 08:05-də gəlir. Gözləyənlər hamısı bir nəfər kimi ona irad tuturlar. Xaş məclisindən sonra qardaşı Nərimandan soruşur: - Biz daxil olmaqla demək olar ki, hamı görüş yerinə gecikmişdi. Heç kim heç bir söz demədi. Nə üçün axırncı gələni hamınız danladınız? Nəriman ciddi görkəm alaraq: - Müsləman adətində görə yarım saatdan artıq gecikmək olmaz!

"Şahmatda da belə ağıl işləsəydin çoxdan qrossmeyster olardın"

Dostu Rafacilin məşinində çolək görür. Rafael, sən şikəst deyilsən. Çolək nəyinə lazımdır? Rafael: - Səbr elə. Bilərsən. Bir qədər keçmiş yol patrul xidməti öməkdəşləri məşini saxlayırlar. Rafael çoləyi götürüb məşindən düşərək YPX-nin öməkdəşi sənə tələb etmədən: - Yolunuza davam edə bilərsiniz - deyə onları yola salır. Nəriman müəllim: - Rafael, şahmatda da belə ağıl işləsəydin çoxdan qrossmeyster olardın.

Boris Spasski ilə lülə kabab

Nəriman müəllimin M.Botvinnik və R.Fişer istisna olmaqla bütün dünya çempionları ilə şəxsi tanışlığı var idi. Boris Spasski daha isti münasibətləri olub. 80-ci illərin ortalarında Boris Spasski ilə "Domodedovo" aeroportunda rastlaşırlar. Boris onu evinə dəvət edir. Axşam yüngülvari qəlyanaltı edirlər. Nəriman müəllim çempionlarına təqdim olunan dəfnə çələnginin yerləşdiyi otaqda yatmalı olur. Səhər yeməyində Boris deyir: - Nəriman, bu çələngin altında yatanda gördüyün yuxu çin olur. Yuxu gördümmü? Nəriman yuxu görməsə də deyir: - Boris Vasilyeviç, yuxuda gördüm ki, Bakı restoranında lülə kabab yeyirik. Boris güldür və onlar Bakı restoranında nahar etməli olurlar.

"İnturist" də çin olan arzu

Məşhur müğənni Lev Leşçenko 70-ci illərin ortalarında Bakıda olarkən Nəriman müəllimin qonağı olur. Onlar "İnturist" restoranında şam etməyi qərara alırlar. Təsədüfən Anatoli Banişevski də restoranda olur. Nəriman Leşçenkodan Banişevskinin zarəkəşi olduğunu bildiyindən sözü futbol dan salır. Leşçenko Banişevskinin çox böyüdüyünü, onunla görüşmək arzusunda olduğunu bildirir. Nəriman müəllim deyir: - İstəyən A.Banişevskinin sənə məclisinə getməyi bilərəm. Leşçenko inanmır. Nəriman Banişevskinin stoluna yaxınlaşıb, onu stola dəvət edir. Təxminən yarım saat bir stolda otururlar. Leşçenko o qədər sevinir ki, qonaq olmasına baxmayaraq hesabı da özü verir.

"Əldən başqa hər şey yeyir"

1983-ci ildə Bakıda beynəlxalq şahmat turniri keçirilir. İştirakçılardan biri qrossmeyster C.Spilmen vegeterian olduğunu görə Nəriman müəllim "İnturist" yeməxanasında onu xüsusi tapşırır. Yeməxana müdiri övvəl sevinir. Bir neçə gündən sonra işə gilyonir: - Ay Nəriman müəllim, bu gödə Bakıda otulmuşdu. Ətdən başqa hər şey yeyir.

Zemfira Məftexetdinova:

"Gender bərabərliyi Azərbaycan dövlətinin prioritet məsələlərindəndir"

(əvvəli 1-ci səhifədə)

- Zemfira xanım, iştirak etdiyiniz forum sizdə necə təəssürat oyadı?

- Forumdan çox zəngin təəssüratla qayıtmışım. İki gün ərzində keçirilən tədbirdə Beynəlxalq Olimpiya Komitəsinin prezidenti Tomas Bax, Litva Milli Olimpiya Komitəsinin (MOK) prezidenti Daina Qudzinevici, Avropa Olimpiya Komitəsinin (AOK) indiki icraçı prezidenti Janez Kocijançič və başqaları iştirak etdilər. Əsas müzakirələr idmanda səffəfləş, dopinqlə mübarizə, gender bərabərliyi mövzusunda idi.

-Forumun keçirilməsində məqsəd nə idi?

-Beynəlxalq Olimpiya Komitəsi "Olimpiya və mədəniyyət", "Olimpiya və sağlamlıq", "Olimpiya və ekologiya", "İdman hamı üçün" və "İdman və qadın" adlı müxtəlif proqramlar həyata keçirir.

- Litva Milli Olimpiya Komitəsinin (MOK) prezidenti Daina Qudzinevici forumda böyük məruzə ilə çıxış etdi. O çıxışında qeyd etdi ki, korrupsiya və dopinq qalmaqları insanların olimpiya ideallarına olan inamına zərbə vurur və Olimpiya Xartiyasının prinsiplərinə ziddir. Bu səbəbdən bu cür hallarla mübarizə aparmaq BOK və bu təşkilatın üzvü olan MOK-ların ümumi vəzifəsidir. O haqlı olaraq bildirdi ki, idman sahəsində öldürülən uğurlar, həm də ölkənin beynəlxalq aləmdə iqtisadi gücünü nümayiş etdirir. Buna görə də, idmanda dopinq və korrupsiya hallarının qarşısı alınmalıdır. Qeyd edim ki, müstəqillik dövründə Litvanın 5 Olimpiya çempionundan 3-ü qadındır.

- Forumun iştirakçıları hansı nəticələrə gəldilər?



BOK-un qarşıya qoyduğu əsas vəzifələrdən biri də qadınların kişilərlə bərabər olmasıdır. İdmanda, cəmiyyətdə bütün sahələrdə fəaliyyət göstərməsinə imkan yaratmaq, bir sözlə, gender bərabərliyini təmin etməkdir. Çünki gender bərabərliyi olimpiyanın əsas dəyərlərindən biridir. Statistika görə, 1981-ci ildən bu yana BOK-un komissiyalarında çalışan qadınların sayı övvalki illərə nisbətən 70 faiz artıb. Bu da, böyük göstəricidir.

- Deməli, gender məsələsi Milli Olimpiya Komitəsinin də nəzarəti altındadır.

- Ümumiyyətlə, gender bərabərliyi, nöinki MOK-un, eyni zamanda Azərbaycan dövlətinin prioritet məsələlərindəndir. Əsas ümummilli lider Heydər Əliyev tərəfindən qoyulan və bu gün onun layiqli davamçısı, ölkə başçısı cənab İlham Əliyev tərəfindən uğurla davam etdirilən gender bərabərliyi siyasəti Azərbaycan qadınının cəmiyyətdəki rolunun artırılmasına xidmət edir. Bu sahədə məqsədyönlü şəkildə aparılan işlər zərifi cinsin nümayəndələrinin cəmiyyətdə özünüdəndir və potensiallarını reallaşdırmaq imkanlarını daha da artırır. Bu gün Azərbaycan qadını ictimai həyatın bütün sahələrində təmsil olunmaqla yanaşı, ölkənin həyatında baş verən ictimai-siyasi, sosial-iqtisadi, elmi-mədəni proseslərin fəal iştirakçısı kimi dövlətçiliyi xidmət edir və vətənin yüksəlişinə naminə töhfəsini verir.

Bütün sahələrdə olduğu kimi, idmanda da gender bərabərliyi MOK-un əsas diqqət yitirdiyi məsələlərdəndir. Mən sevinirəm ki, ölkəmizdə idmana qadınlar arasında böyük maraq var. Həm ölkə, həm də MOK-un rəhbərliyi tərəfindən qadınların idmanda uğur qazanmaları üçün hər tərəfli diqqət və qayğı göstərilir. Məqsədimiz ölkədə qadınların idmana cəlb olunması, sağlam həyat tərziyinə təmin olunması, cəldə də ictimai həyatda onların rolunun daha da artırılması istiqamətində kütləvi təminat təməkdir. Düşünürəm ki, bu sahədə MOK-un paytaxt və regionlarda gördüyü işlər diqqətləyədir.

- Zemfira xanım, eşitdiyimizə görə, Litva MOK-nun prezidenti ilə yaxın dostluq münasibətləriniz vardır.

- Daina Qudzinevici də, mənə kimi Sidney-2000 Olimpiya Oyunlarının çempionudur. Başqa növlərdə olsa da, hər iki mənə atıcıyıq. Onu uşaqlıq və gənclik illərindən tanıyıram. Daina xanımla yaxın dostluq münasibətlərimiz vardır.

- Onun çıxışı forumda böyük maraqla qarşılanıb...

- Forumun çıxardığı nəticə o oldu ki, qadınların ümumiyyətlə, nöinki idmanda ictimai həyatda, dövlət quruculuğunda, idarəçilikdə rolunu artırmaq və həmçinin onlara cəmiyyətdə özünüdəndir üçün daha geniş imkanlar yaratmaq lazımdır. Yəni, qadınlar da, kişilərlə bərabər hüquqlu vəzifələri özünə bəndir. Qadın ilk növbədə anadır və təbii ki, evin idarə olunmasında, uşaqların tərbiyyəsində onun üzərinə böyük məsuliyyət düşür. Forumun gəldiyi qənaətə görə, oğər qadın məişətdə və ictimai həyatda öz üzərinə düşən işin öhdəsindən məharətlə gəlsə, deməli, idarəetmədə və rəhbər vəzifələrdə də özünü doğrulda bilər.

- Zemfira xanım, yeri gəlmişkən, həyat yoldaşınız, sizə dəstək olurmu?

- Həyat yoldaşım həmişə mənə dəstək olub. Əgər onun dəstəyi və köməyi olmasaydı, təbbi ki, mənə üçün çox çətin olardı. Düşünürəm ki, cəmiyyətdə gender bərabərliyinin bünövrəsi möhür elə aیلəndən başlayır.

- Azərbaycan Respublikası Daxili İşlər Nazirliyinin İdman Cəmiyyətinə rəhbərlik edirsiniz. İdmançı kimi rəhbər vəzifədə çalışmaq çətin deyildi?

- Təvəzökarlıqdan uzaq olsa da, deyim ki, hər zaman mənə göstərilən etimad doğrultmaqla çalışmışam. Hansısa bir kollektiv rəhbərlik etmək həm çətin, həm də şəərəflidir. Həmişə, hər yerdə çalışmışam ki, mənə həvalə olunan işin öhdəsindən layiqli gəlim. Sidney-2000 Olimpiadasının çempionu, Afina-2004 Olimpiadasının bürünc mükafatçısıyam. Dəfələrlə dünya və Avropa çempionu tituluna layiqli gəlmüşəm. Dediym odur ki, yarışlarda iştirak etmək və medal qazanmaq mənə üçün asan idi, nöinki rəhbər vəzifədə çalışmaq. Nə gızidim, övvəl işə başlayanda müəyyən çətinliklər var idi. Amma tədricən hər şey qaydasına düşdü.

- Bir qadın, ana kimi qayğılarınız vardır. Qadınla bilirsinizmi?

- Əlbəttə, çötindir. Həm rəhbər vəzifədə çalışmaq, həm ev, ailə qayğıları ilə yüklənmək asan deyil. Əsas odur ki, həm işini, həm də ailəni sevsən.

P.S. Litva Milli Olimpiya Komitəsinin 25 illik yubiley tədbirləri forum ərsəsinə təsadüf edirdi. Tədbirdə iştirak edən nümayəndə heyətimiz Azərbaycan MOK-nun adından Litva Milli Olimpiya Komitəsinin (MOK) prezidentinə suvenir hədiyyə edib.

Səadət Həkiyeva



AZƏRBAYCAN RESPUBLİKASININ PREZİDENTİ YANINDA KİTİVİ İNFORMASIYA VASİTƏLƏRİNİN İNKİŞAFINA DÖVLƏT DƏSTƏYİ FONDU



“Uşaq və gənclərin fiziki və mənəvi inkişafı”

Bədən tərbiyəsi və idman həyatımızla çox bağlıdır. Onlar insanların sağlamlığına xidmət edən ən mühüm amil, uşaq və gənclərin fiziki və mənəvi tərbiyəçisidir. İdmanla məşğul olmaqla bir sıra çətinlikləri dəf etmək mümkündür. İnsan orqanizmi fəallaşdıqca, hərəkət qabiliyyəti artıqca yad təsirlərə qarşı müdafiə də güclənir. Bu baxımdan uşaq, yeniyetmə və gənclərin fiziki tərbiyəsi cəmiyyətin əsas vəzifələrindən biri sayılır. İdman həm də insanları psixoloji sarsıntılardan qoruyan vasitədir. Mütəxəssislərin fikrinə, mənfi elementlərin orqanizmə təsiri bəzən o qədər böyük olur ki, orqanizmin özünü bu təsirlərdən qorumağa gücü çatmır. Bu cür hallarla rastlaşan on minlərlə insanın təcrübəsi sübut edir ki, mənfi təsirlərə qarşı ən yaxşı mübarizə üsulu məhz idman, fiziki tərbiyədir. İdman hərəkətləri orqanizmin bərpasına, möhkəmlənməsinə yardım edir. O, fiziki və mənəvi tərbiyənin formalaşmasında, sağlamlığın qorunması və bərpası yolunda cəmiyyət üçün keçid rolunu oynayır.

Uşaqların fiziki tərbiyəsi: ilk addım necə atılmalıdır?

Şübhəsiz ki, hər bir valideyn hər zaman övladlarını gələcəkdə vətəno layiqli bir övlad kimi böyütməyi qarşıya məqsəd qoyur. Cəmiyyətdə yüksək yerlər tutmaq, vətəno lyaqətli xidmət etməkdən ötrü isə fiziki və mənəvi cəhətdən sağlam olmaq vacibdir. Təbii ki, uşağın sağlam böyüməsi üçün ilk addımı məhz valideynlər atmalıdırlar. Yəni, övladının sağlamlığını düşünən valideyn onun olından tutaraq idman zalına aparmalıdır. Öz övladını idman zalına aparan hər bir valideyn uşağına izah etməlidir ki, idmanda öldürücü nailiyyətlər həm də onun mənəvi tərbiyəsinə kömək edəcək. Təbii ki, valideynlərin öksəriyyəti öz övladını Olimpiya çempionu kimi böyütməyi qarşılarına məqsəd qoyur. Bəzi valideynlər üçün idman, sadəcə, uşağın xostoluklarından qorunması, onda özünəinam hissələrinin yaranması, tərbiyəli böyüməsi üçün əsas sayılır. Onlar öz övladlarının fiziki sağlamlıqlarını hər şeydən üstün tutur və onların məşhur idmançı kimi yetişməsi barədə düşünmürlər.

Bununla yanaşı, kiçikyaşlı uşağı hər hansı bir idman bölməsinə yazdırarkən onun bacarığı, fiziki imkanları da nəzərə alınmalıdır. Unutmaq olmaz ki, uşağın fiziki inkişafı çox ciddi məsələdir. Məhz buna görə də hər hansı bir idman bölməsinə getməzdən əvvəl həkimlə, bölməyə rəhbərlik edən təcrübəli idman mütəxəssisləri ilə söhbət etmək vacibdir. Valideynin əsas işlərdən biri mütəxəssislərin rəyini dinləmək olmalıdır. Məhz bundan sonra qərar vermək lazımdır. Mütəxəssislərlə söhbət zamanı valideynə izah olunur ki, uşağı hansı idman bölməsinə yazdırmaq lazımdır və idmanla yenicə məşğul olmağa başlayan həmin uşağın imkanları hansı səviyyədədir, yəni o, çiyinlərinə düşəcək “yükü” ram etmək gücünə malikdirmi? Valideyn bu halları mütləq nəzərə almalıdır. Əks təqdirdə, idmanla məşğul olmağa başlayan uşağı xroniki yorğunluq əldən salar, o, özünü digərlərindən gücsüz hiss edər və idmanda heç nəyə nail ola bilməyəcəyini düşünür. Belə halda uşaq istər-istəməz idman bölməsindən uzaqlaşacaq.

İdmanın əlifbası bağçalarda öyrədilir

Mütəxəssislər bildirirlər ki, uşaqların fiziki tərbiyəsi məsələsi həm ailədə, həm də uşaq bağçalarında həll olunmalıdır. Hazırda ölkəmizdə fəaliyyət göstərən uşaq bağçaları sadə idman avadanlıqları ilə təchiz olunub. Bu isə körpələrin bədən tərbiyəsi ilə məşğul olmasına imkan verir. Uşaq bağçasında işləyən tərbiyəçilər hər gün uşaqlara kompleks idman hərəkətləri öyrədir ki, belə hərəkətlər körpələrin özələlərinin müəyyən dərəcədə bərkiməsinə zəmin yaradır. Eyni zamanda, uşaqlar idmanın əlifbasını öyrənirlər. Mütəxəssislərin fikrinə, uşaq bağçalarında fiziki hərəkətləri yerinə yetirərkən hava şəraiti mütləq nəzərə alınmalıdır. Belə ki, isti havalarda uşaqları çölə çıxarmaq və onlara öyrədilən idman hərəkətlərini məhz təmiz havada yerinə yetirmək lazımdır. Bunun üçün əksər uşaq bağçalarının həyətində hər cür şərait mövcuddur: burada gimnastika aletləri, hədəflər, üzərindən tullanmaq üçün manecələr

yaradılıb. Təəssüf ki, bəzi valideynlər körpə uşaqlarının bağçalarda idmanla məşğul olmasına müsbət yanaşmırlar. Məsələn, bəzilərinin fikrinə, oğur uşaq soyuqdoymaya yoluxsa, o, çölə çıxarmalıdır (xüsusilə qış mövsümündə). Nəzərə almaq lazımdır ki, ölkəmizdəki müasir uşaq bağçaları qış fəslində istiliklə yüksək səviyyədə təmin olunur. Qalın paltar geyinən körpə fiziki hərəkətləri yerinə yetirməkdə çətinlik çəkir və ya onun bu işə, sadəcə, həvəsi qalmır. Mütəxəssislərin fikrinə, bəzi valideynlərin bu cür “canfəşanlıq” etməsi uşağın tez-tez xəstələnməsinə gətirib çıxarır. Məhz buna görə də körpələrin təmiz havaya çıxarılması vacibdir. Hətta qış fəslində də normal hava şəraitində uşaqlara çöl şəraitində idmanla məşğul olmağı tövsiyə etmək faydalıdır. Çünki qışda təmiz havada yerinə yetirilən idman hərəkətləri uşağın orqanizminin möhkəmlənməsinə yardım edir. Təcrübələr göstərir ki, məktəbəqədər uşaqların fiziki tərbiyəsi kompleks şəkildə həyata keçiriləndə daha səmərəli olur. Bununla belə, mütəxəssislərin fikrinə, hər hansı bir kompleks hərəkətin ardıcılığı iki həftədən çox davam etməli deyil. Fiziki tərbiyənin inkişafına ən çox komanda idman oyunları təsir göstərir. Bu cür oyunlar körpələrin fiziki imkanlarını artırır, onlar cəldlik, çeviklik kimi keyfiyyətləri mənimsəyirlər.

Məktəbəqədər yaş dövründə uşaqların fiziki tərbiyəsinə daha bir mühüm amil nəzə-



rə alınmalıdır: zehni qabiliyyətin artırılmasına yönələn hərəkətlərdən sonra fasilə verilməsi. Pedaqoqların fikrinə, məktəbəqədər yaş dövründə olan uşaqların fiziki tərbiyəsi ilə məşğul olmaları bu fasiləni 20 dəqiqədən bir həyata keçirməlidirlər. Oğur uşaq hər hansı bir səbəbdən bağçaya getmərsə, onun fiziki tərbiyəsi ilə evdə məşğul olmaq lazımdır. Hazırda xüsusi proqramlar vardır ki, onların vasitəsilə evlərdə müstəqil şəkildə uşağın fiziki tərbiyəsinə həyata keçirmək mümkün olar. Bu zaman həmin proqramda yer alan təlimatlar barədə uşaq həkimini və ya uşaq bağçasının təcrübəli mütəxəssisi ilə məsləhətləşmək lazımdır. Təcrübələr sübut edir ki, məktəbəqədər yaşlı uşaqların fiziki tərbiyəsi onun normal inkişafına, boyunun artmasına müsbət təsir göstərir. Qeyd etdiyimiz kimi, fiziki hərəkətlərin təmiz havada həyata keçirilməsi çox vacibdir. Bu, uşaqları bir çox xəstəliklərdən qoruyur.

Balacaların idmana cəlb olunmasına tədricən başlanılır

Qeyd etdiyimiz kimi, uşağın sağlamlığına göstərilən diqqət çox erkən - uşaq bağçasından başlanılmalıdır. Sevincidir ki, hazırda bu iş ölkəmizin əksər uşaq bağçalarında xüsusi proqramlara həyata keçirilir. Sumqayıt şəhərinin əksər uşaq bağçasında uşaq-

ların fiziki cəhətdən sağlam və gümrək böyüməsi üçün hər cür şərait yaradılıb. Pedaqoji kollektivin gündünlük fəaliyyətinin əsasını təşkil edən uşaqların fiziki tərbiyəsi məsələsinə yarıdan yarıya qədər diqqət ayrılır. İdmanın müxtəlif növlərinə (üzgüçülük, voleybol, basketbol, mini futbol) və xalq oyunlarına xüsusi diqqət yetirilir.

10 ildən çoxdur ki, Sumqayıtda bağçaların birində tərbiyəçi kimi çalışan Gülnarə İsmaylova uşaqların fiziki tərbiyə ilə məşğul olması üçün tərtib olunan proqramlardan danışdı: “Uşaqlar xalqımızın gələcəyidir. Buna görə də onlara xüsusi qayğı ilə yanaşmaq, layiqli vətəndaş kimi yetişdirmək hər kəsdən məsuliyyət tələb edir. İstər valideynlər, istərsə də, bağçada çalışan tərbiyəçilər bu məsuliyyəti dərindən dərk etməlidirlər. Bağçada uşaqların fiziki tərbiyəsi üzrə işlər üç istiqamətdə aparılır: əvvəlcə balacaların idmana cəlb olunmasına tədricən başlanılır; bu iş müntəzəm davam etdirilir; nəhayət, uşaqlara fərdi yanaşılır. Metodist və tərbiyəçi pedaqoqların iştirakı ilə uşaq bağçasında, hər şeydən əvvəl, uşaqların düzgün fiziki inkişafına, gündünlük rejim və gigiyenanın tələblərinə cavab verən şərait yaradılır. Bağçada fiziki tərbiyə məşğələləri üçün müvafiq avadanlıqlarla

təchiz edilmiş idman salonu, valideynlərin köməyi ilə yaradılmış meydança var. Hər dərslərin əvvəlində uşaqların sağlamlığını yoxlanılması ilə bağlı müayinə aparılır. Onların sağlamlığının və fiziki inkişaf səviyyələrinin hərtərəfli qiymətləndirilməsi fiziki tərbiyə işinin əsasını təşkil edir. Uşaqların sağlamlığı öyrənilərkən onların bəyazıma, çəkirlərinə, fiziki inkişafına, keçirdikləri xəstəliklərə, valideynlərin uşaqlara hansı formada nəzarət etdiklərinə, uşaqların oşəb sisteminin hansı formada olmasına və s. fikir verilir”.

Qüvvə tələb edən hərəkətli oyunlar uşaqların inkişafı üçün çox zəruridir

Uşaqların yorğunluğunu aradan qaldırmaq və onların diqqətini cəmləndirmək üçün müxtəlif idman oyunları ən yaxşı vasitə hesab oluna bilər. Orta məktəblərin bədən tərbiyəsi üzrə proqramlarına ehtiva hərəkət növləri daxil edilir ki, onların köməyi ilə uşaqların fiziki inkişafına hərtərəfli təsir etmək mümkün olsun. Məsələn, təhsil ocaqlarında keçirilən bədən tərbiyəsi dərsləri uşaq orqanizminin düzgün inkişafına, onun bədən funksiyalarının təkmilləşdirilməsinə və sağlamlığının qorunmasına nəzərdə tutur.

İdman oyunlarında hər bir uşağın cəsarət tələb olunur. Bu oyunlar ilk baxışda oyləncə xarakterli dəşə da, məqsədyönlüü ilə seçilir. Burada iştirakçı uşaqdan hərəkət, müəyyən fiziki və ya zehni fəaliyyət tələb olunur. Uşaqların fiziki və mənəvi sağlamlığı, bolko da, ilk başlanğıcı məhz idman oyunlarından qidalanır.

Orta məktəblərdə keçirilən bədən tərbiyəsi dərslərində topla oyunlara daha çox fikir verilir. Bu, uşaq və gənclərin ilkin yaşlardan etibarən topla oynanılan idman növlərinə (voleybol, basketbol, həndbol, futbol və s.) marağını artırır. Azərbaycanda idman oyun-

larının əsasını təşkil edən topla oyunlar zamanı oğur fəal inkişaf edir, uşaq topla tutmaq üçün yuxarı hoptanır, yan tərəflərə müxtəlif hərəkətlər edir. Qüvvə tələb edən hərəkətli oyunlar uşaqların fiziki inkişafı üçün çox zəruridir. Belə məşğələlər zamanı uşağa qaçmaq, öylmək, sürüşmək, qolları yana və yuxarı qaldırmaq və s. hərəkətlər etmək lazımdır. Bu da onların döş qəfəsinin genişlənməsinə, onurğa sütununun düzünülüyünə, çiyinlərin, qolların, biləklərin, əl barmaqlarının inkişafına səbəb olur. Belə oyunlar zama-

Təcrübəli psixoloq Faiq Xəlilovun fikrinə, anket sualları üç qrupa bölünməklə ümumi suallara başlanılır: “Buraya sorğuda iştirak edən cinsi, yaş, təhsili, ailə vəziyyəti, ixtisası, valideynlərin bədən tərbiyəsi və idmana münasibətini aşkara çıxaran suallar daxil edilir. Sualların bir qismi şəxsiyyətin formalaşmasında bədən tərbiyəsi və idmanın əhəmiyyətinin valideynlər tərəfindən necə başa düşülməsinə və onların bu sahəyə necə münasibət bəsləmələrinə yönəldilir. Suallar hər kəsə öz fikirlərini sərbəst, çəkinmədən söy-

Fiziki tərbiyə işi planlı şəkildə aparılarda səmərəsi də yüksək olur



ləməyə şərait yaradır. Lakin bu növ anketlərdə həm də bəzi nöqsanlara rast gəlinir. Onlar aşağıdakılardan ibarətdir: cavabların heç də hamısı tam və dolğun olmur. Dəqiq, dərin məzmunlu cavablara az təsadüf olunur ki, bunları da qruplaşdırmaq çətinlik tələb edir. Buna görə də, sorğunu fərdi aparmaq daha məqsəduşundur. Söhbət zamanı konkret adamların sorğuda iştirak etməsi cavabların obyektivliyinə mane olur, sərbəst və açıq etiraz qaydaları hökmən pozulur. Uşaqların bədən tərbiyəsi

və idmana marağının yaş dövrləri ilə əlaqədar dəyişikliyi nəzərə alınmalıdır. Bu məqsəddə çətin xarakterli məlik yeniyetmə məktəblərdə bədən tərbiyəsi və idmana olan marağın məzmunu, xüsusiyyətləri, inkişaf dinamikası, cəldə də marağın vəziyyəti təhlil edilə bilər. İdmanla məşğul olan uşaq valideynləri tərəfindən həvəsləndirilməlidir. Bu, müxtəlif yollarla həyata keçirilə bilər. Məsələn, valideynlər və ailənin digər üzvləri uşağın vəziyyətini vaxtaşırı izləyir, belə ailə qruplarında idmana marağ o biri ailə qrupları ilə müqayisədə iki dəfə yüksək olur. Ümumiyyətlə, ailə üzvlərinin hansısa yarıda iştirakı noticəyə həmin ailədə idmana marağ daha da mütəşəkkil xarakter alır. Belə ki, oğlan və qızlar ata və anasının, bacı-qardaşının idman yarışlarında iştirakını görürkən, onda ruh yüksəkliyi, özünəinam kimi çox mühüm mənəvi-psixoloji keyfiyyətlər inkişaf edir. Çətin xarakterli yeniyetmələrdə bədən tərbiyəsi və idmana marağın yaradılmasında ailədə uzun illər ərzində bərqərar olmuş idman ənənələri əhəmiyyətli dərəcədə böyük rol oynayır. Lakin heç də bütün ailələrdə belə ənənələr olmur. Bəzən ailədə heç kim idmana marağ göstərmir. Bu, həmin ailənin uşaqlarına mənfi təsir edir. Müşahidələrim belə deməyə əsas verir. Mənim yanıma gələn hər bir valideynlərlə söhbət edərkən ki, uşaqların fiziki sağlamlığı, onun psixoloji vəziyyətini normalaşdırmaqdan ötrü idman zalına üz tutsunlar”.

Orta məktəblərdə keçilən bədən tərbiyəsi dərsləri yeniyetmə və gənclərin sağlamlığında əhəmiyyətli rol oynayır. Bədən tərbiyəsi dərslərinə və fiziki hərəkətlər üzrə məşğələlərdə dərslər marağ oylənməyə, bir-birilə böyük həvəslə yarışmağa çalışır. Bütün bu amillər isə onların həm fiziki, həm də mənəvi inkişafına müsbət təsir göstərir.

Adətən, dərslərin sonunda məktəblərin fiziki hazırlığında baş vermiş irəliləyişləri müəyyən olmaq və müsbət noticələr əldə etmək mümkün olmur. Şagirdlərin fiziki hazırlığında lazımi dəyişikliklər etməkdən ötrü fərdi tapşırıqların dərslərin ortasında da yerinə yetirilməsinə tələb etmək lazımdır. Məktəb şəraitində pedaqoji nəzarətin təşkili prinsiplərindən irəli gələn ümumi qanunlar da bunları tələb edir. Ancaq fərdi pedaqoji nəzarətin müvəffəqiyyəti başqa şərtlərdən də asılıdır. Bunlardan ən vacibi şagirdlərin fiziki hazırlıq və fiziki inkişafın təkmilləşməsi prosesində şüurlu cəlb edilməsidir. Şagirdi müəllimin göstərişlərini yerinə yetirərək əldə etdikləri noticələri özləri də qeyd əlsinlər. Digər vacib şərt pedaqoji nəzarətin dəqiq təşkili və onun həkim nəzarəti ilə sıx əlaqəsidir. Həkim nəzarəti dərslərin əvvəlində aparılmalı və müəllimlərlə şagirdlərin sağlamlığı, onların fiziki inkişafında baş verən dəyişikliklər barədə məlumatları vaxtında çatdırılmalıdır. Bütün bunlar ölkəmizin gənclərinin fiziki sağlamlığı üçün əhəmiyyətlidir.

Adətən, dərslərin sonunda məktəblərin fiziki hazırlığında baş vermiş irəliləyişləri müəyyən olmaq və müsbət noticələr əldə etmək mümkün olmur. Şagirdlərin fiziki hazırlığında lazımi dəyişikliklər etməkdən ötrü fərdi tapşırıqların dərslərin ortasında da yerinə yetirilməsinə tələb etmək lazımdır. Məktəb şəraitində pedaqoji nəzarətin təşkili prinsiplərindən irəli gələn ümumi qanunlar da bunları tələb edir. Ancaq fərdi pedaqoji nəzarətin müvəffəqiyyəti başqa şərtlərdən də asılıdır. Bunlardan ən vacibi şagirdlərin fiziki hazırlıq və fiziki inkişafın təkmilləşməsi prosesində şüurlu cəlb edilməsidir. Şagirdi müəllimin göstərişlərini yerinə yetirərək əldə etdikləri noticələri özləri də qeyd əlsinlər. Digər vacib şərt pedaqoji nəzarətin dəqiq təşkili və onun həkim nəzarəti ilə sıx əlaqəsidir. Həkim nəzarəti dərslərin əvvəlində aparılmalı və müəllimlərlə şagirdlərin sağlamlığı, onların fiziki inkişafında baş verən dəyişikliklər barədə məlumatları vaxtında çatdırılmalıdır. Bütün bunlar ölkəmizin gənclərinin fiziki sağlamlığı üçün əhəmiyyətlidir.

“Mənim yanıma gələn valideynlərə tövsiyə edirəm ki...”

Təcrübə göstərir ki, uşağın qabiliyyətinin hansı səviyyədə olması ilə bağlı dəqiq məlumat toplamaq üçün üç üsuldən (anket sorğusu, müşahidə və müsahibə) ən münasibi müşahidə və müsahibədir. Burada əldə edilən obyektiv qiymətlər anket sorğusuna nisbətən daha güclüdür. Bununla yanaşı, anket sorğusu vasitəsilə qeyri-məhdud miqdarda məlumat almaq və materialları hesablama məşinə vermək imkanları mövcuddur. Digər tərəfdən, yazılı anket sorğusu yolu ilə əldə edilən obyektiv faktlara malik olmaq mümkündür ki, onları statistik metodlarla əldə etmək, sadəcə, imkan xaricindədir. Anket sorğusunda insanların bədən tərbiyəsi və idmana olan maraqlarında psixoloji mühit və münasibətlərin aşkar edilməsi o qədər də mümkün deyil. Bu üsulların köməyi ilə yalnız münasibətlərin ümumi xüsusiyyətləri haqqında məlumat almaq mümkündür.

Rahib Səmədov

Azərbaycan Respublikasının Prezidenti yanında KİTİVİ İnformasiya Vasitələrinin İnkişafına Dövlət Dəstəyi Fondunun maliyyə dəstəyi ilə çap edilir.

Spartakiada



Dövlət Müstəqilliyi Gününə həsr olunmuş XX Respublika Spartakiadası davam edir

"Zenit" Bədən Tərbiyəsi İdman Cəmiyyəti İctimai Birliyinin (BTİCİB) təşkilatçılığı ilə Azərbaycan Respublikasının Dövlət Müstəqilliyi Gününə həsr olunmuş XX Respublika Spartakiadasına oktyabrın 11-də start verilib. Spartakiadanın keçirilməsində əsas məqsəd "Zenit" BTİCİB-nin xidmət sahəsinə daxil olan müəssisə və təşkilatların asudə vaxtlarının səmərəli təşkili, eləcə də yarışda ən yaxşı nəticə göstərənləri müəyyən etməkdir.

XX Respublika Spartakiadasının təntənəli açılış mərasimi oktyabrın 17-də Milli Aviasiya Akademiyasının İdman Kompleksində keçirilib. Tədbirdə "Zenit" Bədən Tərbiyəsi İdman Cəmiyyəti İctimai Birliyinin sədri, Azərbaycan Milli Olimpiya Komitəsinin İcraiyyə Komitəsinin üzvü Fazil Hadibəyov, Olimpiya çempionu, spartakiadanın baş hakimi Namiq Abdullayev, Azərbaycan Həmkarlar İttifaqı

Təşkilatları Assosiasiyasının məsul işçiləri iştirak ediblər.

Qeyd edək ki, spartakiadanın iştirakçıları 10 idman növü üzrə - futbol, voleybol, kəndirdartma, stolüstü tennis, daşqaldırma, qol güləşi, nörd, dama, şahmat və güllə atıcılığı üzrə qüvvələrini sınaqlar. Artıq mini futbol və voleybol yarışlarına yekun vurulub. Mini futbol yarışlarının nəticələrinə görə, Metropoliten işçiləri Həmkarlar İttifaqı Birliyinin (HİB) komandası bütün rəqiblərdən üstün olub. 2-ci yeri Avtomobil nəqliyyatı və təsərrüfatı komandası tutub. Elektroenergetika və elektrotexnika sənayesi işçilərinin komandası isə 3-cü yerlə kifayətlənib. Mükafatlayıq yerləri tutan komandalar "Zenit" BTİCİB-nin müvafiq diplomları və qiymətli hədiyyələri ilə mükafatlandırılıblar.

Voleybol yarışları üzrə fəxri kürsünün ən yüksək pilləsində Müdafiə sənayesi işçilərinin komandası qərarlaşıb. Avtomobil nəqliyyatı və təsərrüfatı komandası bu yarışda da 2-ci olub. 3-cü yeri isə Aviasiya işçiləri komandası tutub.

Spartakiadaya noyabrın 23-də yekun vurulacaq.

Cüdo

Ölkəmizdə yeni cüdo zalının açılışı olub

Oktyabrın 19-da Daxili İşlər Nazirliyinin (DİN) xüsusi təyinatlı Əlahiddə Çevik Polis Alayının inzibati ərazisində cüdo zalının açılışı olub. Tədbirdə iştirak edən daxili işlər naziri, general-polkovnik Ramil Usubov və Dövlət Neft Şirkətinin prezidenti, Azərbaycan Cüdo Federasiyasının rəhbəri Rövnaq Abdullayev zalda öməkdaşların bu idman növü ilə məşğul olmaları üçün yaradılan şəraitlə tanış olub, görülən işləri yüksək qiymətləndiriblər.

Daxili işlər naziri yeni cüdo zalının açılış mərasimində şəxsi heyətə təbrik edib. O, öləmətdar hadisənin təməlinə ölkəmizdə idmanın, Olimpiya Hərəkətinin inkişafına Azərbaycan Respublikasının Prezidenti, Milli Olimpiya Komitəsinin prezidenti İlham Əliyevin verdiyi böyük dəstəyin, onun rəhbərliyi ilə həyata keçirilən genişmiqyaslı tədbirlərin dayandığını vurğulayıb. O qeyd edib ki, məhz bunun nəticəsində son illər ölkədə pay-

taxtda daxil olmaqla respublikanın digər şəhər və rayonlarında 40-dan çox yüksək səviyyəli idman obyektləri tikilib istifadəyə verilib.

General-polkovnik Ramil Usubov polis öməkdaşlarının yeni idman kompleksində öz ustalıqlarını artırmaqla ictimai asayişin qorunmasında, cənab yotkarlıqla mübarizədə daha qətiyyətli və özünəməlik olmaqlarına əminliyini ifadə edib.

Naxçıvan Muxtar Respublikasında Azərbaycan Cüdo Federasiyasının təşkilatçılığı ilə məşqçi və cüdoçular üçün seminar keçirilib. Seminarla federasiya tərəfindən Naxçıvan şəhərində cəzə olunmuş təcrübəli mütəxəssislər, beynəlxalq dərəcəli hakimlər cüdonun daim inkişafda olan texnika və qaydaları haqqında ətraflı məlumat veriblər.

Məşqçilərin idmançılara, yarış hazırlıq prosesinə, çəki və qidalanmaya nəzarəti barədə təlimatlar verilib, onların yarışlarda idmançıları idarə etmə bacarığı, özünü aparma qaydalarını tam bacarma qabiliyyətini geniş müzakirə olunub. Seminarla yeniyyətmiş idmançılara əyani və praktiki təlimlər keçirilib.

Qeyd edək ki, Naxçıvanda yeniyyətmişlər arasında cüdo üzrə şəhər açıq birinciliyi keçiriləcək.

Boks

Ölkəmizdə keçirilən beynəlxalq yarışların sayı artıqca idman uğurlarımız da bir-birini əvəz edir. Bütün bunlar dövlətin idmançılara, məşqçilərə və hakimlərə göstərdiyi diqqəti təəcəssümüdür. İdman hakimlərinin söz düşmüşkən qeyd edək ki, bu gün Azərbaycanda demək olar ki, kifayət qədər istedadlı idman hakimi var. Böyük təcrübəyə malik olan hakimlerimiz nöinki ölkə miqyasında, hətta beynəlxalq arenalarda uğurla iştirak edir, onlara bəslənən ümidləri layiqincə doğruldular. Həmin hakimlərdən biri də boks üzrə beynəlxalq dərəcəli ədalət təmsilçisi Mehman Mürsəlovdur. İl ərzində bir sıra yarışlarda hakimlik edən müsahibimiz əvvəlcə özü barədə bunları dedi: "İdmana gəlişim yeniyyətmiş yaşlarıma təsadüf edir. 1970-ci ildən etibarən boks idman növü ilə məşğul olmağa başlamışam. Dəfələrlə respublika və beynəlxalq miqyaslı yarışlarda iştirak edərək, mükafatlayıq noticələr göstərmişəm. 1979-cu ildə Xabarovskda hərbiçilər arasında keçirilən Uzaq Şorq Dairəsinin çempionatında birinci yerə layiq görülmüşəm. Bununla da idman ustası normasını yerinə yetirmişəm. Hərbi xidməti bitirdikdən sonra respublika və beynəlxalq miqyaslı yarışlarda hakim kimi iştirak etməyə başlamışam. 1998-ci ildən respublika, 1999-cu ildən Avropa və nöhayət 2001-ci ildən isə Ümumdünya Boks Federasiyasının AİBA dərəcəli hakimi adını qazanmışam. 2004-cü ildən "Rabitəçi" idman klubuna aparıcı mütəxəssis vəzifəsinə qəbul olunmuşam və hazırda burada çalışıram.

"Qərəzli qərar illərlə gözlənilən uğuru bir anda heçə endirə bilər"

2007-ci il ildə Gənclər və İdman Nazirliyinin qərarı ilə Azərbaycan Respublikasının Fəxri Bədən Tərbiyəsi və İdman İşçisi, 2012-ci il ildə isə Azərbaycan Respublikasının Əməkdar məşqçisi fəxri adına layiq görülmüşəm".

Bu qədər fəxri adlara və titullara malik olan Mehman Mürsəlov bu gün ölkənin tanınmış boks hakimlərinin bir sayılır. AİBA bu azərbaycanlı hakimə böyük etimad göstərir. "Mən AİBA tərəfindən təsdiq olunmuş hakimlərdən biriyəm. "Üç ulduz" kateqoriyasına malikəm. Bu o deməkdir ki, Avropa, dünya və Avropa çempionatlarında, eləcə də Olimpiya oyunlarında hakim kimi Azərbaycanı təmsil etmək hüququna malikəm. Bildiyiniz kimi, bu il Azərbaycan İslam Həmrəyliyi Oyunları keçirildi. Həmin Oyunlar mənim üçün uğurlu oldu. Bu mötəbər yarışda ölkəmizi layiqincə təmsil etdim. Çalışırım ki, hər zaman ədalətli layiqincə qoruyayım. Yarışda əsas noticənin səbəblərindən biri də hakimidir. Noticə onun qərarından asılı olur. Qərəzli qərar illərlə gözlənilən uğuru bir anda heçə endirə bilər. Hər zaman buna diqqətlə yanaşmışam", - deyərək Mehman müəllim vurğuladı.



Yeri gəlmişkən qeyd edək ki, Mehman müəllim bu yaxınlarda Qazaxıstanın Aktau şəhərində keçirilən yarışda hakimlik edib. Bir müddət əvvəl Qrozdada təşkil olunan yarışda da Azərbaycanı uğurla təmsil edən Mehman Mürsəlov Aktaudada ona bəslənən ümidləri doğruldub. Yarışın sonunda hakimizə kubok və diplom təqdim edilib. "Olimpiya dünyası" qəzeti adından təcrübəli boks hakiminə uğurlar diləyir, ona bu işində böyük nailiyyətlər arzulayırıq.

Anar Əhmədov

Gimnastika

İdman gimnastlarımız beynəlxalq turnirdə uğurla çıxış ediblər

Kişi idman gimnastikası üzrə yığma komandamızın üzvləri Gürcüstanın Tbilisi şəhərində keçirilən beynəlxalq turnirdə iştirak ediblər.

Komandamızın üzvlərindən Cavidan Babayev və Səməd Məmmədli turniri 2 medalla başa vurublar. Cavidan Babayev gümüş medalı sərbəst hərəkətlərdə hakimlərdən 12.766 xal almaqla qazanıb. Bürünc medala (12.666 xal) isə o, halqalarda uğurlu çıxış etməklə sahib olub. Səməd Məmmədli dostları atda gümüş (12.966 xal), turnik-

də isə bürünc medal (12.200 xal) əldə edib. Komanda yoldaşlarından geri qalmayan Sərvor Əliyev isə yığmamızın hesabına gümüş medal (paralel qollar, 13.033 xal) yazdı. Beləliklə, idman gimnastlarımız yarışları ümumi hesabda 5 - 3 gümüş, 2 bürünc medalla başa vurublar.



"Neftçi idman klubu" İB

9 ay ərzində 992 medal

"Neftçi İdman Klubu" İctimai Birliyi Azərbaycan idmanına öz töhfələrini verməkdə davam edir. Ölkənin nüfuzlu idman ocaqlarından olan klubumuzun yetirmələri ilin ötən müddəti ərzində qazandıqları medalların sayına görə yenə də liderliklərini qoruyub saxlayıblar.

Təmsilçilərimiz 2017-ci ilin doqquz ayı ərzində ölkədə xal və beynəlxalq səviyyəli yarışlarda uğurla çıxış edərək 371-i qızıl, 275-i gümüş və 346-sı bürünc olmaqla, ümumilikdə

992 medala sahib olublar. Atletlərimiz bu ilin may ayında Bakıda keçirilən IV İslam Həmrəyliyi Oyunlarında böyük əzm-karlıq nümayiş etdirərək 59 medala (33 qızıl, 19 gümüş, 7 bürünc) yiyələniblər. İdmançılarımız dünya yarışlarında 40 (18 qızıl, 15 gümüş, 7 bürünc), Avropa yarışlarında 66 (25 qızıl, 14 gümüş, 27 bürünc), beynəlxalq turnirlərdə isə 124 medal (39 qızıl, 28 gümüş, 57 bürünc) əldə ediblər. Respublika səviyyəli yarışlarda 358 medal (138 qızıl, 107 gümüş, 113 bürünc) qazanan təmsilçilərimiz paytaxt yarışlarında 213 (61 qızıl, 56 gümüş, 96 bürünc), digər yarışlarda isə 132 dofo (57 qızıl, 36 gümüş, 39 bürünc) fəxri kürsüdə yer alıblar.

"Neftçi İdman Klubu"

İctimai Birliyinin mətbuat xidməti

Futbol

Federasiya rəhbərləri Bakıya gəlir

Bakıda FIFA İcraedici Futbol Sammiti keçiriləcək. Tədbir noyabrın 21-də təşkil olunaçaq.

Sammitdə FIFA-nın rəhbər şəxslərinin, İcraiyyə Komitəsinin üzvlərinin iştirakı nəzərdə tutulub. Həmçinin, FIFA üzvü olan bir sıra milli assosiasiyaların, federasiyaların rəhbərlərinin tədbirə qatılacağı gözlənilir.

"Meydandan qovulmağım haqsız qərar idi"

"Mənə göstərilən qırmızı vərəqə çox ağır coza oldu". Bu sözləri PSJ-nin futbolçusu Neymar deyib.

Braziliyalı hücumçu Fransa çempionatının X turunda "Marsel"lə səfər matcında (2:2) meydanı qovulub. "Sambaçi" oyunun 33-cü dəqiqəsində qolla yadda qalsa da, 87-ci dəqiqədə rəqib futbolçuya sətir etiraza görə ikinci sarı vərəqə ilə cəzalandırılıb.

Bu haqda xarici mətbuatda açıqlama verən Neymar hakimin qərarı ilə razılaşmadığını bildirib. O, həmin epizodda aqressiv davranışını rəqib futbolçuların kobud oyunu ilə əlaqələndirib: "Meydandan qovulmağım ədalətsizlikdir. Hakimin bu qərarı həddindən artıq ağır oldu. "Marsel"nin futbolçuları ayağıma tez-tez zərbə endirirdilər. Son olaraq, arxadan zərbə vurdular və osəblərimi cilovlaya



bilmədim, özüməndən çıxdım. Bədənim rəqib futbolçuların zərbələrindən göyərmişəm. Buna görə də, meydandan qovulmağım haqsız qərar idi".

Qeyd edək ki, PSJ "Marsel"lə görüşdə Edinson Kavaninin 90+3-cü dəqiqədə vurduğu qolla məğlubiyyətdən xilas olub.

Karrasko niyə cəzalandırıldı?

"Atletiko" klubunun aparıcı futbolçusu Yannik Karraskonun İspaniya La Liqasının IX turunda "Selta" ilə səfər matcında aparılmamağının səbəbi məlum olub. AS nəşrinin yaydığı məlumatlara görə, belçikalı yarımmüdafiəçinin oyunu buraxmasının səbəbi zədə olmayıb.

Klubun rəsmi saytında Karraskonun "Qarabağ"la Çempionlar Liqası qarşılaşmasında dizindən zədələndiyi və bu səbəbdən məşqlərdən konarda qaldığı yazılmışdır. Ancaq bunun səbəbi ulduz futbolçunun baş məşqçi Dieqo Simeone tərəfindən cəzalandırılmasıdır.

Belo ki, oktyabrın 18-də Bakıda keçirilən oyunun 72-ci dəqiqəsində Karrasko əvəzlənərək meydana yavaş addımlarla tərək edib. Buna görə azarkeşlərin qınaq obyektinə çevrilən oyunçuya qarşılaşmadan sonra paltar-

dəyişmə otağında komanda yoldaşları da öz iradlarını bildirdilər.

Hətta rəhbərlik də komandanın qələbə qolunu vurmağa tələsdiyini bir vaxtda Belçika millisinin üzvlərinin bu davranışını düzgün saymayıb. La Liqanın VII turunda "Leqanes"lə matcdan sonra 24 yaşlı oyunçunun kapitan Qabi ilə mübahisəyə girişdiyini də nəzərə alan Dieqo Simeone onu cəzalandırmaq qərarına gəlib. "Qarabağ"la qarşılaşmadakı davranış da onun "Selta" ilə oyuna aparılmamağı bahasına başa gəlib.

Qeyd edək ki, Bakı Olimpiya Stadionunda keçirilən "Qarabağ" - "Atletiko" oyunu qolsuz heç-heçə ilə nəticələndi.

"Olimpiya dünyası" qəzetinin kollektiv iş yoldaşları Azər Əlizadəyə, özizi

Qələmnaz Əliyevanın

vəfatından kədərli olduğunu bildirir və dorin hüznə başsağlığı verir. Allah rəhmət closin!