Qaldırdığı yüklə mental təfəkkürə meydan oxuyan xanım

O, azərbaycanlı qızlar üçün idmana qapı açır

Kənan

Azərbaycan idman ölkəsidir. Son illər ölkəmizi beynəlxalq miqyaslı yarışlarda təmsil edən idmançılarımızın qazandığı uğurlu nəticələr bu fikri bir daha təsdiqləyir. Hər il mötəbər turnirlərdə qazanılan uğurlar daha çox uşaqda idmanın müxtəlif növlərinə həvəs yaradır. Son illər gənclər arasında təşkil edilmiş yarışlarda yeniyetmə və gənclərimizin uğurlu çıxışları gələcək barədə nigaran olmamağa əsas verir.

Ancaq təəssüf ki, hələ də ölkəmizdə qadın idmançıların yetişməsində müəyyən problemlər var. Qadın idmançıların yetişməsində əsas manеə isə heç də istedad çatışmazlığı və ya şəraitsizlik yox, ictimai təfəkkürdür. Nə qədər kədərli olsa da, qeyd etməliyik ki, ölkəmizdə hələ də ”qız hara, idman hara” təfəkkürü ilə yaşayan valideynlər var. Məhz bu cür düşüncənin nəticəsində hər il neçə-neçə istedad kənarda qalır. Azərbaycanda çox az qız valideynlərinin iradəsinə qarşı çıxaraq, idmançı karyerasını davam etdirməyə cürət edir. Valideynlərin mental düşüncəsinə təsir etmək üçün mütləq bu istiqamətdə cığıraçan lazımdır. Qadın idmançılarımız bu çətin vəzifəni öz zərif çiyinləri üzərinə götürərək, uğurları ilə valideynlərdə inam, idmana həvəsi olan qızlarda isə özünə əminlik yaratmalıdır. Artıq bu ağır yükü sözün hər iki mənasında öz çiyinləri üzərinə götürən tapılıb, deyə bilərik. Yeniyetmə ağırlıqqaldıranımız Səbinə Əzimova qısa karyerası ərzində əldə etdiyi uğurlarla bu missiyanı tamamlamağa çox yaxındır.

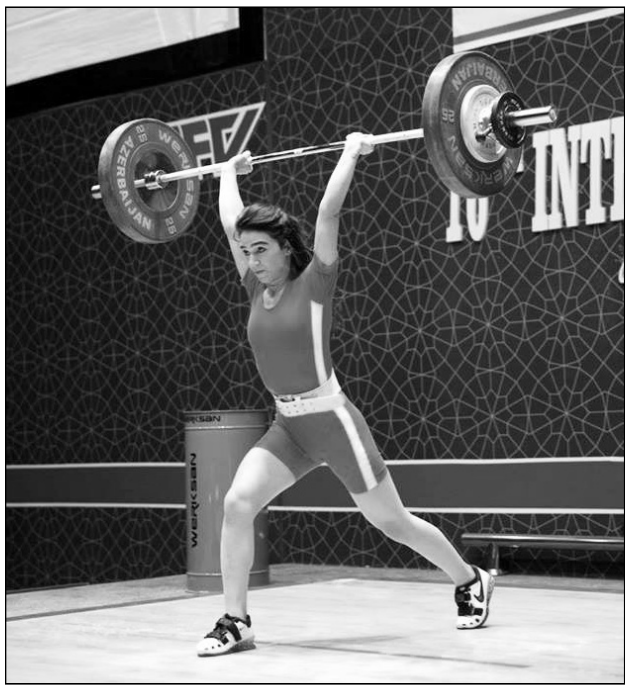
FUTBOLÇU KİMİ BAŞLAYAN KARYERA

Səbina Əzimova 2000-ci il, noyabrın 3-də cənub şəhəri Lənkəranda dünyaya gəlib. İdmanla 11 yaşından məşğul olan Səbinə, ştanqla dərhal tanış olmayıb. Əslində, bu yaşa kimi Səbinə ümumiyyətlə, idmanla da məşğul olmurdu. Ancaq bir gün ”Xəzər Lənkəran”ın seleksiyaçı məşqçilərinin futbol istedadı olan qızları kəşf etmək üçün Səbinənin oxuduğu 5 nömrəli məktəbə gəlməsi ilə hər şey tam dəyişdi. Balaca Səbinə də özünü sınamaq qərarına gəlir. Məşqçilər Səbinənin oyununu bəyənir və ”bu qızdan yaxşı futbolçu çıxacaq” deyərək, onu ”Xəzər Lənkəran”ın qızlardan ibarət komandasına cəlb edirlər. Maraqlıdır ki, Səbinə iki mövqedə oynayırdı. Özü də, bir-birinə tam əks olan mövqelərdə - hücumda və qapıda. Səbinənin əsas mövqeyi hücumçu olsa da, tələbatdan və hazırlığından asılı olaraq, qapıda da dayanırdı. Səbinə universal oyunçu kimi karyerasını davam etdirdiyi zaman, güləş məşqçilərindən biri onda bu idman növü üzrə potensial olduğunu hiss edir və onu tatamiyə dəvət edir. Bir müddət o, iki idman növü ilə eyni vaxtda məşğul olur. Səbinə ”qaydaları bilməsəm də, güləşi çox sevirdim. Bu idmanda məşqlərə böyük həvəslə gedirdim” deyir. Ancaq daha sonra Səbinə idmançı karyerasını futbolçu kimi davam etdirir: ”Saat 11-dən 1-ə kimi futbola gedirdim. 1-dən 3-ə qədər isə güləşlə məşğul olurdum. Güləşlə çox az məşğul oldum. Ancaq bu idman növünü çox sevirdim. O vaxt ağır atletikadan ümumiyyətlə, xəbərim yox idi. Hər dəfə güləşdə məşqə çıxanda sevinirdim. Məşqçim Azər müəllim idi. Ancaq sonradan o, məşqlərə gəlmədi, mən də yenidən futbola qayıtdım”.

Onun futbolçu karyerasında hər şey yolunda getsə də, soyuqların düşməsi Səbinənin işini çətinləşdirir. Tez-tez soyuqlayan balaca Səbinə futbola sevgisinə baxmayaraq, artıq bu oyundan ayrılmaq qərarına gəlir: ”Soyuqlar düşəndən sonra oynamaq mənim üçün çətinləşmişdi. Bacıma deyirdim ki, ”bacı, məni çıxart komandadan”.

Portret

Səbinənin əsas xüsusiyyətləri onun intizamlı, səmimi və əzmkar olmasıdır. İntizamını məşqçisi Taleh Hüseynov da vurğulayır. Onun sözlərinə görə, Səbinə heç vaxt məşqçilərini intizamsızlığı ilə narahat etməyib. Əzmkarlığını isə bu yaşda qazandığı nəticələr sübut edir. Qarşıda Səbinəni çox ciddi imtahanlar gözləyir. O, gələcək yarışlardan ancaq birincilik gözlədiyini deyir. Lakin Səbinənin müvəffəqiyyətlə qaldırdığı hər ştanq onun fərdi uğuru yox, həm də, azərbaycanlı qızların idmana açılan qapısıdır. Səbinə zərif çiyinləri üzərində təkcə ona medal qazandıracaq ştanqı yox, həm də, ölkənin qadın idmanının adını qaldırır. Qoluna qüvvət, Səbinə!



TOPUN ƏVƏZİNƏ ŞTANQ

Səbinə futbola davam edib-etməmək barədə götür-qoy edərkən, Lənkərandakı ”Zirvə” Ağır Atletika klubunun məşqçisi Taleh Hüseynov onda daha bir potensial olduğunu hiss edir. Hüseynov ona ağır atletika məşqlərinə qoşulmağı təklif edir: ”Taleh müəllim həmişə bizim məşqlərimizə baxanda deyirdi ki, ”gəl ştanqa”. Mən isə qorxurdum ki, boyum balaca qalacaq. Günlərin birində Taleh müəllimin sözünə qulaq asdım və onun məşqçi kimi çalışdığı ”Zirvə” idman klubuna yollandım. Getdim və burda gördüklərim mənə maraqlı gəldi. Bundan sonra burda məşqlərə başladım”.

Taleh Hüseynov Səbinəni ilk dəfə görəndən onda ağır atlet potensialının olduğunu hiss etdiyini deyir: ”Səbinəni adi futbol məşqlərində görmüşdüm. Məşqlərdə onun ağır atletikada daha böyük uğur qazana biləcəyini hiss edirdim. Gördüm ki, bir ağır atletə lazım olan bütün keyfiyyətlər onda var. Bir uşağın bel, ayaq hissəsinə baxanda onun ağır atletikaya yararlı olub-olmadığını müəyyənləşdirmək olur. Bu keyfiyyətlər hamısı Səbinədə var idi. Mən onu ağır atletikaya 12 yaşında gətirdim. Çox tez uyğunlaşdı. İlk uğurunu 13 yaşında, ”Zirvə”nin daxili yarışlarında qazandı”.

”ÖZÜMƏ SIĞIŞDIRMIRDIM, AĞLAYIRDIM”

Taleh Hüseynovun dediyi kimi, Səbinənin uğurları özünü çox gözlətmir. Ağırlıqqaldırma ilə məşğul olmağa başladıqdan cəmi bir il sonra o, ”Zirvə” klubunun təşkil etdiyi yarışlarda qalib gəlir. Ancaq uğur birdən-birə gəlmir. Səbinə fəxri kürsünün ilk pilləsinə qalxmaq üçün ikinci, üçüncü pillələri keçməli idi. O isə səbirsiz davranır, müxtəlif turnirlərdə qazanılmış ikincilik, üçüncülüklə kifayətlənmirdi. Birinci pilləni tutmayanda o qədər məyus olurdu ki, hətta medalı almaqdan belə imtina edirdi:

”Zona yarışlarında hər dəfə qızlar mənə qalib gəlirdi. İkinci, üçüncü olanda medalı götürmürdüm. Özümə sığışdırmırdım, ağlayırdım. Məşqçim mənə dedi ki, ”insan uduza-uduza öyrənir, bu gün ikinci, üçüncü yeri qəbul eləməlisən ki, sabah qələbə daha şirin olsun”.

Səbinənin əzmkarlığı, öz üzərində çalışması nəinki ölkədaxili, həm də, beynəlxalq yarışlarda nəticə verməsi ilə nəticələnir. Qısa müddətdə özünü bir xeyli inkişaf etdirən sabiq futbolçu körpücük üzərində rəqib tanımır. O, ölkədaxili yarışlarda mümkün olan bütün medalları qazanır. Səbinə ilk beynəlxalq uğurunu Bakıda keçirilən turnirdə əldə edir. ”Zirvə”nin təşkil etdiyi dünya çempionatını zirvədə başa vurur.

Onun daha ciddi uğurları isə irəlidə idi. 2015-ci ilin avqustunda, İsveçin Landskrona şəhərində keçirilən Avropa çempionatında 53 kq çəkidə yarışan Səbinə Əzimova birdən qaldırma hərəkətində 72, təkanla qaldırma hərəkətində isə 91 kq çəkini başı üzərinə qaldırdı. Toplamda 167 kq (72+95) nəticə göstərən Səbinə, həm yekun sıralamada, həm birdən, həm də təkanla qaldırmada bütün rəqiblərinin qabaqlayaraq, qızıl medal əldə edir. Əzimova eyni uğuru bu il də təkrarlayır. Bu dəfə Polşanın Novı-Tomısl şəhərində keçirilən Avropa çempionatında 48 kq çəkidə yarışan Səbinə qitənin ən güclüsü olur. O, toplamda 152 kq (65+87) nəticə göstərərək, karyerasında ikinci dəfə yeniyetmələr arasında Avropa birinciliyinin qalibi olur. Bu ilin dekabrında isə Səbinə artıq yeniyetmələrin yox, gənclərin Avropa çempionatında çıxış edir. İsraildə təşkil edilən, özündən yaşca böyüklərin yarışdığı turnirdə layiqli çıxış edən təmsilçimiz qitə birinciliyini 4-cü kimi başa vurur. Yaşının az olmasına rəğmən, qısa karyerasında böyük uğurlara imza atan Səbinə artıq beynəlxalq yarışlarda əsas medal ümidlərindən birinə çevrilib.

UĞURUN SİRRİ VƏ GƏLƏCƏK PLANLAR

Səbinənin uğurunun əsas sirri onun tamamilə idmana bağlı olmasındadır. Başqa yaşıdlarından fərqli olaraq onu sevimli məşğuliyyətindən yayındıracaq hobbisi yoxdur. O, məşqdən sonra ancaq açıq havada gəzir, bir də mahnıya qulaq asaraq dincəlir. Səbinənin ən çox bəyəndiyi müğənni isə İnnadı.

O, məşqlərdən sonra da çalışır. Səbinə məşqlərdən sonra fitneslə məşğul olmağı sevir. Gələcəkdə fitnes klub da açmağı arzulayır. Ancaq bundan öncə onun daha ciddi arzuları var. Məsələn, olimpiya çempionluğu.

ANASININ YARIŞA GƏLMƏSİNƏ İCAZƏ VERMİR

İdmanla məşğul olan hər bir azərbaycanlı qız kimi, Səbinə də ailəsinin, daha doğrusu, anasının narazılığı ilə üzləşib. Onun sözlərinə görə, anası yalnız məşqçi Taleh Hüseynovla danışdıqdan sonra qızının ağır atletika ilə məşğul olmasına razılıq verib: ”İdmana yazılanda anam çox narazılıq edirdi. Deyirdi getmə idmana. Ancaq Taleh müəllimlə danışdıqdan sonra razılaşdı. Gördü ki, burda hər şey çox yaxşıdır. Qorxurdu, həmişə deyirdi ki, ehtiyatlı ol, özünə diqqət elə”.

Ancaq Səbinə hələ də anasının yarışlara gəlməsinə razı olmur:

”Anamı indiyə kimi heç bir yarışa baxmağa qoymamışam. Ştanqı qaldırarkən kiçik bir səhv olsa, ştanq əlimdən düşsə, anam buna dözə bilməz. Buna görə, onun yarışlara gəlməsinə heç vaxt icazə vermirəm”.

”XƏZƏR LƏNKƏRAN”IN FANATI

Uşaq vaxtı futbolun pərəstişkarı olan Səbinənin azarkeşlik etdiyi klub ”Real”, sevimli futbolçusu isə Kristiano Ronaldo olub. Özünün dediyinə görə, portuqaliyalının oyununa baxanda çox həyəcan keçirir. Təbii ki, hər bir lənkəranlı futbol azarkeşi kimi Səbinənin də könlündə taxt quran komanda ”Xəzər Lənkəran” idi: ”Bu komandanın oyunlarına baxmağı çox sevirdim. Ağır atletika ilə məşğul olmağa başlayandan sonra da həmişə Taleh müəllimə deyirdim ki, məni ”Xəzər Lənkəran”ın oyunlarına apar. ”Xəzər Lənkəran”ın futbolçuları bizə hədiyyələr də vermişdilər. Mənə buts, top bağışlamışdılar. Bu komanda mənə çox doğma idi. Ancaq indi futbola baxmağa heç həvəsim yoxdur”.