



MissDefne®

İZMİR

% 25 İNDİRİM

Anasayfa Reklam Sitene Ekle Künye

Oye Ol Oye Girişi

Sıcak Haber



ÇERÇİOĞLU:" EGE ET'İ KİMLER ZARARA UĞRATTI?"



XLarge

Aylık Aktüel ve Magazin Dergisi

Foto Galeri Video Galeri Yazartar Seri İlanlar Firma Rehberi İletişim AYDIN CANLI WEB TV

Arşivde Ara



AYDIN 24 SAAT TÜRKİYE İLÇELER MAGAZİN SİYASET SPOR

Diğer

Aikido Konsatrasyonu Arttırıyor

TÜRKİYE

15:36 12 Eylül 2014 -A | +A

Yeni eğitim ve öğretim sezonunun açılmasına sayılı günler kalan uzmanlar, çocukların derslerine motivasyon olmaları için Aikido sporunu önerdi. Aikimode Aiki Akademi Başeğitmeni Oğuzhan Ulvi Başkurt, Aikido sporuyla uğraşan çocukların hem beden sağlığı hem de derslerini odaklanma noktasında etkili olduğunu söyledi.

Aikido'nun çocukların özgüvenlerinin gelişmesine katkıda bulunduğunu söyleyen Başkurt, "Aikido derslerinde çocuklar hem kendilerini savunmayı, hem de bir problemin birden fazla çözüm yolu olabileceğini öğreniyor. Çocuklar aikidoda dersleri tüm dikkatleri ile dinlemek zorunda. Dinlemeyi öğrenen çocuklar pratik uygulama aşamasına geçtikleri zaman, eğitime tam anlamıyla odaklandıkları için teknikleri düzgün bir şekilde yapmayı öğreniyorlar. Bu da onlara bir özgüven kazandırıyor. İyi dinleme, iyi gözlemeleme becerilerini kazanan çocuk, yüksek bir özgüvenle bu alışkanlığını derslerine de yansıtıyor ve başarı kendiliğinden geliyor" diye konuştu. Çocuklarının sokakta harcadığı enerjiyi kişisel gelişimleri için kullanmaları gerektiğini vurgulayan Başkurt, "Çocuklar televizyon, bilgisayar ve dokunmatik ekranlı tablet ve telefonlarla günlerini geçirmeye çalışıyorlar. Belli bir noktada bağımlılık oluşturan bu cihazlar yüzünden çocuklar farkında olmadan, asosyal hale geliyor. Ne yazık ki, yaşlıları ile daha az bir arada oluyor, daha az oyun oynuyorlar. Hareketsiz hayat bir yandan obeziteye zemin hazırlıyor. Bir yandan da çocuklar üzerinde bir rahatsızlık oluşturunca. Özellikle 4 - 12 yaş arası Aikido ilebu durumdand kurtulan, yaşının gereği gibi enerjiyi çocukların merak duygusu körelmiyor. Merak eden, soran, araştıran çocuklar ise okulda arkadaşlarından bir adım önde oluyor" şeklinde konuştu. Başkurt,"Çocuklarımızın bilinç altına yerleştirmek istediğimiz en önemli unsur bu. Tıpkı gerçek hayatta olduğu gibi düşmek ve kalkmaktır. Düştüğünde pes etmemeli, tam tersi problemin üzerine gidip başarılı olmak için daha çok çalışmalı, durumu analiz etmeli, hatalarımızdan dersler çıkartmalı ve kalkıp yola devam etmeliyiz. Çocuklarımız bunu Aikido ile öğreniyor" dedi.

AIKIDO EMPATİ YETENEĞİNİ GÜÇLENDİRİYOR

Aikido ile uğraşan çocukların faydaları arasında empati yeteneğinin güçlenmesi olduğunu da söyleyen Başkurt, "Çocuklarımız için Aikido beynin sağ ve sol loblarını aktif çalıştırmak için çok önemli. Aikido ile uğraşanlar hareketi hem sağ hem sol olarak yaptıkları için vücudun her iki yanını da eşit olarak eğitebilmekteler ve bunun sonucunda vücut denge ve koordinasyon becerileri kazanıyor. Daha hızlı düşünen, hem matematik hem de sosyal zekası gelişen çocuklar empatik düşünabiliyor. Bu tüm kazanılan becerilerden dolayı çocuklarımız ilerleyen yaşlarda başka bir spora başlasa bile sağlam bir spor altyapısı almış oluyorlar. Diğer sportlarda da diğer çocukların aksine daha hızlı başarı elde etmiş olmaktadır. Bu his onlara kazandırdığımız en önemli özelliklerden bir tanesi. Özgüvenleri yüksek ve başarılı çocuklar yetiştirmeye gayret gösteriyoruz. Aikido da müsabakanın ve yarışmanın olmaması doğal olarak birilerinin sizi geçme korkusu oluşmamasını sağlıyor. Herkes yapabildiğinin daha da iyisini yapmak için çalışıyorum diye düşünüyor. Bu sebeple Aikido çocuklarımıza bir çok anlamda yararlı bir sanat. Bu sanatı düzenli ve disiplinli olarak yapabilecek bir yer bulabilirseniz çocuklarımızın muhakkak buralardan faydalanabilecek şekilde yönlendirin. Bu sanatın eğitimini iyi bir Sensei'den alsınlar ve kendileri için başanın yolunu açabilsinler" ifadelerini kullandı.

Anahtar Kelimeler: Aikido, Konsatrasyonu, Arttırıyor,



YORUMLAR

Facebook Yorumları



YORUM YAZ

Adınız Soyadınız

Yorumunuz

ÖNE ÇIKANLAR

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11

AYDIN 24 SAAT TÜRKİYE İLÇELER

Alkollü Sürücü Yağmurdan Kaçarken

Aydinspor 1923, Keçiöregücü'Nü Ağırlyo...

Başaran Performanstan Memnun

Nazilli Belediyespor, Birtik Engelini Aş...

Çine Madranspor, Diyarbakır Deplasmanınd...

YAZARLAR



SEVGİNİN ANATOMİSİ

Barış ERBAŞ



BARKAN'IN MUMU YATSIYA KADAR YANARMIŞ

Arif Kunur



CHP' DE NELER OLUYOR?

mirza mir

Tüm Yazarlar

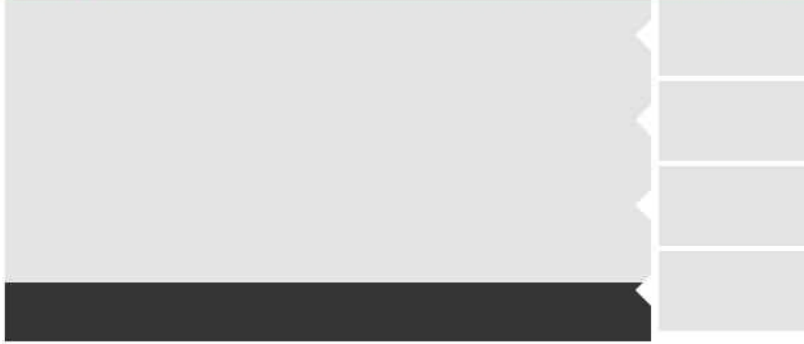
GÜN DAKİKA

1000

Gönder Temizle

Henüz yorum yapılmadı,
İlk Yorum yapan siz olun...

MANŞETLER



Başkent'Te Trafik
Kazası: 5 Yaralı

Başkent'Te Yangın
Paniği

Babasına Kızdı Direğe
Çıkıp İntihar...

Sivas'Ta İlk Hacı
Kafilesi Kutsal T...

Gümüşhane'De Baha
Coşkusu

Açık Hava Tiyatrosu
Değil, İntihar ...

- 1 AYDINSPOR 1923 OTOBÜSSÜZ KALDI 14:07
- 2 ÖZAKCAN AMELİYATA ALINIYOR!!! 13:30
- 3 BELEDİYE BAŞKANI KAZA GEÇİRDİ 12:36
- 4 KALINOMUZ KENDİNİ DEVRİK İLAN ETTİ 12:20
- 5 ÇERÇİOĞLU:" EGE ETİ KİMLER ZARARA 16:11
- 6 BARKAN'IN MUMU YATSIYA KADAR YANARMIŞ 20:22
- 7 Başbakan Gelmeden Aydın'da 6 TGB'li gence 00:49
- 8 TBMM'de yumruklar konuştu 17:43

ÇOK OKUNANLAR

ÇOK YORUMLANANLAR

	DEMİRYOLU TAŞINIYOR
	CHP PM'DE SÜRPRİZ İSİM
	SİZ İŞLETME MİSİNİZ RENTACAR MİSİN...
	EL Şakası Kanlı Bitti

ALINTI YAZARLAR

**BARKAN'IN MUMU YATSIYA
KADAR YANARMIŞ**
Arif Kunur
Tüm Yazarlar

EDITÖRÜN SEÇTİKLERİ

Alkollü Sürücü Yağmurdan ...	01
Aydınspor 1923, Keçiöreng...	02
Başaran Performanstan	03
Nazilli Belediyespor, Bir...	04

ANKET

FLAŞ HABER

	AYDINSPOR 1923 OTOBÜSSÜZ KALDI
	ÖZAKCAN, ADÜ 'YE GETİRİLDİ...
	BELEDİYE BAŞKANI KAZA GEÇİRDİ
	KALINOMUZ KENDİNİ DEVRİK İLAN ETTİ
	Başbakan Gelmeden Aydın'da

Başbakanı Getirmeden
Aydın'da 6 TGB'li...

ÖZEL HABER

CHP PM'DE SÜRPRİZ İSİM

SİZ İŞLETME MİSİNİZ
RENTACAR MİSİNİZ...ÇERÇİOĞLU:" EGE ET'İ
KİMLER ZARARA ...KALINOMUZ BUNU HEP
YAPIYOR...KALINOMUZ BUNUDA MI
YAPTIN?

Sayfalar

DUYURULAR

LİNKLER

ARŞİV

Gün

Ay

Sene

Getir

Ziyaretçi defteri

Defteri Oku

HAVA DURUMU

Adana

Günlük Gazeteler

--- Gazete Seç ---

Oku

[Anasayfa](#) [Reklam](#) [Sitene Ekle](#) [Künye](#) [Firma Rehberi](#) [Seri İlan](#) [İletişim](#)**AYDIN Life**

güncel ve doğru haber

Aydın'ın en güncel ve Doğru Haber Sitesi

**Hızlı İletişim**

Kuruluş Mahallesi Kıbrıs Caddesi no: 20 Aydın



Tel : 0256 212 01 44

e-mail: iletisim@aydinlife.com

Haber Yazılımı / Haber Scripti

2012 Softmedya tüm hakları saklıdır