

Gündem

12 Eylül 2014 Cuma, 15:08

Paylaş

Tweet

+Paylaş

Gönder

Yazdır

A

A

Takip et: @bugun

AIKIDO KONSATRASYONU ARTTIRIYOR

Ana Sayfa » Gündem » AIKIDO KONSATRASYONU ARTTIRIYOR haberi

12 Eylül 2014 Cuma, 15:08

İhlas Haber Ajansı

12 Eylül 2014 Cuma, 15:08



Yeni eğitim ve öğretim sezonunun açılmasına sayılı günler kalan uzmanlar, çocukların derslerine motivasyon olmaları için Aikido sporunu önerdi. Aikimode Aiki Akademi Başağıtmeni 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 gözleme becerilerini kazanan çocuk, yüksek bir özgüvenle bu alışkanlığı derslerine de yansıtıyor ve başarı kendiliğinden geliyor" diye konuştu.

Çocuklarının sokakta harcadığı enerjili kişisel gelişimleri için kullanılan 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, yaşatılan ile daha az bir arada oluyor, daha az oyun oynuyorlar. Hareketsiz hayat bir yandan obeziteye zemin hazırlıyor. Bir yandan da çocuklar üzerinde bir rahavet ve bıkınlık oluştuyor. Özellikle 4 - 12 yaş arası Aikido ile bu durumdan kurtulan, yaşının gereği gibi enerjik olan 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. Düşüğünde 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 beyin sağ ve sol loblarını aktif çalıştırmak için çok önemli. Aikido ile uğraşanlar hareketi hem sağ hem sol olarak yaptıkları için vücudun her iki yansını da eşit olarak eğitebilmekte ve bunun sonucunda vücut denge ve koordinasyon becerileri kazanıyor. Daha hızlı düşünen, hem matematik hem de sosyal zekası gelişen çocuklar empatik düşünebiliyor. Bu tüm kazanılan becerilerden dolayı çocuklarımız ilerleyen yaşlarda başka bir spora başlasa bile sağlam bir spor altyapısı almış oluyorlar. Diğer sporlarda da diğer çocukların aksine daha hızlı başarı elde etmiş olmaktadır. Bu his onlara kazandırdığımız en önemli özelliklerden bir tanesidir. 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 bulabilirsiniz çocuklarımızın muhakkak buralardan faydalanabilecek şekilde yönlendirin. Bu sanatın eğitimini iyi bir Sensei'den alınız ve kendileri için başarının yolunu açabilsinler" ifadelerini kullandı.

Etiketler :

Paylaş

Tweet

+Paylaş

Gönder

Yazdır

A

A

LinkedIn

MEB Öğretmen 21

12.09.2014 En Ye



Çok Okunan

Çok Yorumlanan



02:04 / Spor

Özür diledi iki maç ceza aldı



02:04 / Spor

MİLLİ TAKIM'A GÖNDERME



23:46 / Gündem

BÖYLE ZULÜM GÖRÜLMEDİ



02:04 / Gündem

Türkiye'ye iki şok suçlama



02:04 / Gündem

TSK'dan vatandaşlara dayak teşekkürü



23:19 / Spor

Galatasaray'da o istifa resmen açıklandı

VİDEO GALERİ



YAZARLAR



Nazlı ILICAK

Yakub Saygılı iddialara cevap veriyor

FOTO GALERİ



Bu görüntü sizi şok edecek



Bugün Gazetesi

Beğen

169.766 kişi Bugün Gazetesi'ni beğendi.



Türkiye'ye iki şok suçlama



PATRİKHANE AYM'YE GİDİYOR



TEPKİ ÇEKEN UYGULAMA



FACİA İÇİN SUÇ DUYURUSU



MECLİS GÜNDEMİNE TAŞINDI



BÜYÜK SORUNU AÇIKLADI



TSK'dan vatandaşa dayak teşekkürü



'TOKİ suç işliyor dava açacağız'

- 06:18 DADRİSİNİ NEDİR DİREKLE ÇIKIŞ...
- 08:16 Türk grekoromenciler, Macar...
- 07:22 Avusturya'da IŞİD sembolleri...
- 05:59 Gençlik ve Spor Bakanı Kılıç...
- 05:50 Edremit Organize Sanayi'de...
- 01:36 AÇIK HAVA TİYATROSU DEĞİL, İNTİHAR...
- 01:17 Sırp ateşi, Fransa'yı da eritti ve...
- 00:47 Fransa'yı 90-85 yenen Sırbistan...
- 00:43 Ukrayna - AB ortaklık anlaşmasının...
- 00:36 Park halindeki iki araca çarpıp...
- 00:30 Ergin Ataman: Emir beni çok...
- 00:16 Cihan Haber Ajansı Ön Gündemi
- 23:54 ŞAHİN'DEN IŞİD OPERASYONU...
- 23:51 BAŞBAKAN AHMET DAVUTOĞLU:
- 23:52 GAZİ MAHALLESİ'NDEKİ KORSAN...
- 23:32 Avrupa Konseyi'nden de internet...
- 22:56 Priştine'de uluslararası Balkan...
- 22:45 Gazi Mahallesi'deki eyleme polis...