

Haber Exen

Ana Sayfa

Günün Haberleri

Sık Kullanılanlara Ekle

Arşiv

Anasayfam Yap

Yaygın Gazeteler

13 Eylül 2014

Cumartesi



Samsun

18 °C

Aranacak Kelimeyi Yazın

Ara!

Siyaset

Spor

Ekonomi

Sağlık

Eğitim

Yaşam

Kulis

Kültür/Sanat

Türkiye Gündemi

Magazin

Dünya

Karadeniz

Otomobil

**SIKINTILAR BİTMİYOR**

M. Cem Akalın yazdı!

**SUSUZLUK MU?**

Mustafa Çakır yazdı!

**KADERDİR, KADER!..**

Dr. Hüseyin H. Serdar yazdı!



APARTMAN AİDATINI ÖDEMİYEN YANDI

**OKULDA BİZİ BEKLEYEN SORUNLAR**

Cüneyt Albudak yazdı!

Anasayfaya Dön

Karakter boyutu : 

12 Eylül 2014 Cuma 15:43

Aikido Konsatrasyonu Arttırıyor

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 he

- 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 gözlemlene 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 rahavet ve bıkkınlık oluşturuyor. 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. 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 beyin sağ ve sol loblarını aktif çalıştırmak için çok önemli. Aikido ile uğraşanlar hareketi hem sağ hem sol olarak yaptıkları için vücudun her iki yarısını 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 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 sanati düzenli ve disiplinli olarak yapabilecek bir yer bulabilirseniz çocuklarınızın muhakkak buralardan faydalanabilecek şekilde yönlendirin. Bu sanatın eğitimini iyi bir Sensei'den alsınlar ve kendileri için başarının yolunu açabilsinler" ifadelerini kullandı.

TÜRKİYE GÜNDEMİ**HIRVAT HEYET FINDIĞA HAYRAN KALDI**

1 2 3 4 5

ÇOK OKUNANLAR

DÜN | BU HAFTA | BU AY

**Obama'nın İşid Stratejisi****Tekkeköy Belediyesi 4. Geleneksel Yağlı****Başbakan Davutoğlu: (1)****Güngören'de Geniş Çaplı Operasyon****Ege Üniversitesinin 60. Kuruluş Yılı Dönümü****33. Altınkemer Yağlı Pehlivan Güreşleri****Buca Balkan Festivali****Şahin'den İşid Operasyonu Değerlendirmesi****Mısır'da Silahlı Saldırı: 1 Ölü, 3 Yaralı****Ali Kırca'dan Aysal'a Teşekkür Mektubu****VİDEO GALERİ****Şoför direksiyonu yerinden çıkardı ve...**

Balıkların Yüzü Güldü

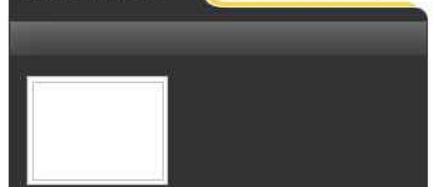
3 BOYUTLU RESİM BÖYLE YAPILIYOR


Anıtkabir'de Dev Atatürk Portresi

Bayram öncesi Mecidiye'de köpekler

YORUMLANANLAR

DÜN | BU HAFTA | BU AY



Kaynak: [Yorum Ekle](#) [Arkadaşına Gönder](#) [Yazdır](#) [Yukarı](#)

Bu habere henüz yorum eklenmemiştir.

DİĞER HABER BAŞLIKLARI

Obama'nın Işid Stratejisi
 Amerikalı Gazeteci Foley'nin Işid Tarafından Öldürülmesi
 Mısır'da Silahlı Saldırı: 1 Ölü, 3 Yaralı
 Irak'ta Bombalı Saldırı: 14 Ölü, 45 Yaralı
 Dördüncü Kattan Düştü, Burnu Kanamadı
 Katar'dan 7 İhvan Liderine "Ülkeyi Terkedin" Emri
 Dünya Bankasından Lübnan'a Destek Projesi
 Kanada'daki 12 Mahsur Gemici Türkiye'ye Dönecek
 Başbakan Davutoğlu: (9)
 Obama'nın Işid Stratejisi
 Başbakan Davutoğlu: (6)
 Kız Arkadaşını Öldürmekle Suçlanan Pistorius'un Yargılanması
 Atama Kararı
 Başbakan Davutoğlu: (4)
 Aydın'da Trafik Kazası: 1 Ölü
 Sivas'ta İlk Hac Kafiləsi Yola Çıktı
 Abd'nin Işid'e Karşı Koalisyon Oluşturma Çabaları
 Aksaray'da İki Otomobil Çarpıştı: 8 Yaralı
 Başbakan Davutoğlu: (3)
 33. Altınkemer Yağlı Pehlivan Güreşleri

Çarşamba Havalimanı da Bu Hale Gelir mi?
Çocuklarımızın Kıyafeti İle Değil Namazıyla
Samsun'a hayran kaldılar
Fabrika Önünde Çadırı Eylem
İsimleri 2 Bulvara Verildi
SAMULAŞ Kış Tarifesine Geçti, Sefer Saatleri
Ispartalı Kadınlar Canik'e Hayran Kaldı
Dayısına Av Tüfeği ile 7 El Ateş Etti Ve...
BES'ten Zam Tepkisi
Bölgenin En Değerli Tarım Arazisine Bu Tesis

FOTO GALERİ

200 Yıllık Tarihi
Kilise RestoreKaradeniz'in en
büyük sosyal tesisiAyder Yaylası
turistlerin gözdeBüyükşehir
Belediyesi Proje