



Aikido Konsatrasyonu Arttırıyor

Ana Sayfa » SON HABER

YAYIN TARİHİ: 12.09.2014 15:13

[Görsel](#) [Mail](#) [Yazdır](#) [-](#) [+](#)

Haber Kenti

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.

- 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 kullanmalar 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 ilebu 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.

AIKİDO EMPATİ YETENEĞİNİ GÜÇLENDİRİYOR



FOTO GALERİ




Ağlatan Derbi



VIDEO GALERİ



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 yarısını 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 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 bulabilirseniz çocuklarınızın muhakkak buralardan faydalanabilecek şekilde yönlendirin. Bu sanatın eğitimini iyi bir Sensei'den alsınlar ve kendileri için başanın yolunu açabilsinler" ifadelerini kullandı.

Kaynak: 

SON DAKİKA HABERLER

- 08:23 - Babasına Kızdı Direğe Çıkıp İntihar Etmek
- 08:23 - Başkent'te Yangın Panığı
- 08:23 - Başkent'te Trafik Kazası: 5 Yaralı
- 05:43 - Alkollü Sürücü Yağmurdan Kaçarken
- 02:23 - Gümüşhane'de Baha Coşkusu
- 01:43 - Sırbistan Finalde
- 01:38 - Açık Hava Tiyatrosu Değil, İntihar Girişimi
- 00:08 - Düzenlenecek Operasyona İlişkin Önemli
- 00:03 - Gazi'de Olaylı Gece !
- 00:03 - Evinde Satırta Öldürülmüş Halde Bulundu
- 23:58 - Gündeme Dair Önemli Değerlendirmeler
- 23:58 - Şahin'den İşid Operasyonu
- 23:53 - Gazi Mahallesi'ndeki Korsan Gösteriye
- 23:53 - Başbakan Ahmet Davutoğlu:
- 23:53 - Eskişehir'de Polis Alarma Geçti

ÇOK OKUNANLAR

- 1 Evinde Satırta Öldürülmüş Halde Bulundu
- 2 Gümüşhane'de Baha Coşkusu
- 3 Gazi'de Olaylı Gece !
- 4 Düzenlenecek Operasyona İlişkin Önemli Açıklama

DÜN | BU HAFTA | BU AY

SPOR

Haber Kenti

Sırbistan Finalde

2014 FIBA Dünya Kupası Yarı Final maçında Fransa'yı 85-90 mağlup eden Sırbistan adını finale yazdırdı. Sırbistan, dünya kupası için ABD ile mücadelede



GÖNDER



YAZDIR



YUKARI



Yorumunuz

Adınız

GÖNDER

UYARI: Küfür, hakaret, rencide edici cümleler veya imalar, inançlara saldırı içeren, imla kuralları ile yazılmamış, Türkçe karakter kullanılmayan ve büyük harflerle yazılmış yorumlar onaylanmamaktadır.

Bu habere henüz yorum eklenmemiştir.

SON EKLENEN GALERİLER



Ağlatan Derbi



80'lik Instagram Fenomeni



Estetik Öyle Kolay Olmuyor



Zekeriya Beyaz Beddua Etti

Diğer Haberler



Gazi'de Olaylı Gece !

Gazi Mahallesi'nde korsan gösteri düzenleyen yüzleri kar maskeli gruba polis müdahale etti. Sultangazi'de dün



Başbakanlık'ta "Kapı" Krizi !

ABD Dışişleri Bakanı'nın ekibinde bulunanlar ile Başbakanlık korumaları arasında "kapı" krizi



Fotoğrafçısının Nikah Şahitliğini Yaptı

Cumhurbaşkanı Recep Tayyip Erdoğan, Cumhurbaşkanlığı fotoğrafçısı Yasin

Haber Kenti



Haber Kenti

Cumhurbaşkanı Erdoğan Nikah Şahitliği Yaptı

Cumhurbaşkanı Recep Tayyip Erdoğan, Cumhurbaşkanlığı fotoğrafçısı Yasin

Tunceli'de Trafik Kazası: 3 Yaralı

Tunceli'de meydana gelen trafik kazasında 1'i ağır 3 kişi yaralandı.

Bakan İslam, Bakanlığın Projelerini Anlattı

Aile ve Sosyal Politikalar Bakanı Ayşenur İslam, Sakarya'da katıldığı

"İlave Kontenjan" Açıklaması

12 Eylül 2014 Cuma 21:28

Milli Eğitim Bakanlığından Boş Kontenjan Açıklaması

12 Eylül 2014 Cuma 21:23

Termik Santral Paneli Gergin Başladı, Gergin Bitti

12 Eylül 2014 Cuma 20:38

Kürtçe Öğretmenleri Açlık Grevlerini Sonlandırdı

12 Eylül 2014 Cuma 18:58

Yeniden Bakan Yardımcılığı'na Atandı

12 Eylül 2014 Cuma 18:48

Emniyet Genel Müdürlüğünden Çubuk Turşu Festivaline Ziyaret

12 Eylül 2014 Cuma 18:48

Mehmet Ceylan Yeniden Kalkınma Bakan Yardımcısı Oldu

12 Eylül 2014 Cuma 18:48

Bilecik 112 Motosiklet Ambulansları Artık Daha Hızlı

12 Eylül 2014 Cuma 18:13

Gaziosmanpaşa'da Düğün Dernek'le Kahkaha Tufanı Kopacak

12 Eylül 2014 Cuma 18:03

(Özel Haber) Tims Prodüksiyon'dan Türk Kızılayı'na "Muhteşem" Destek

12 Eylül 2014 Cuma 17:53

[Gizlilik İlkeleri](#) | [Ana Sayfa](#) | [Günün Haberleri](#) | [Haber Ekle](#) | [KÜNYE](#) | [BİZE ULAŞIN](#) | [At Yarışları](#) | [Kullanım Şartları](#) | [Astroloji](#) |



Tüm Hakları Saklıdır © 2006 Haber Kenti | İzinsiz ve kaynak gösterilmeden yayınlanamaz.
Tel : 0 535 022 27 50 | Haber-Yazılım: CM Bilişim



Haber Kenti