



İstanbul haberleri

Son dakika : 2014 Dünya Kupası- Dünya Kupası maçları- Dünya Kupası 2014



Sitene Ekle

Özelleştir

Anasayfa	İstanbul	Ankara	İzmir	Bursa	Adana	Konya	Antalya	Gaziantep	Mersin	Kocaeli	Diyarbakır
Samsun	Kayseri	Erzurum	Eskişehir	Sakarya	Şanlıurfa	Hatay	Manisa	Balıkesir	K.Maraş	Tüm İller	Haber Anasayfa

Finans Spor Video Magazin Erkek Kadın Sinema Sağlık İlginç Haberler Teknoloji Yazarlar Şehir Fırsatları RSS

Yurt Haber > İstanbul Haberleri > Aikido Konsatrasyonu Arttırıyor

Mynet Haber bugün 5,227,978 kişi, bu haber 179 kişi tarafından okundu

«Önceki Haber Sonraki Haber»

İstanbul Haberlerini Takip Et

Aikido Konsatrasyonu Arttırıyor

Güncelleme : 12 Eylül 2014 15:08

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 gözleme becerilerini kazanan çocuk, yüksek bir özgüvenle bu alışkanlığı derslerine de yansıtıyor ve başarı kendiliğinden geliyor" diye konuştu. Çocuklarının sokakta harcadiğı 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, yaşlılarla daha az bir arada oluyor, daha az oyun oynuyorlar. Hareketsiz hayat bir yandan obeziteye zemin hazırlıyor. Bir yandan da çocuklar üzerinde bir rahatsızlık 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 düşünmek ve kalkmaktır. Düşütüğünde pes etmemeli, tam tersi problemin üzerine gidip başarılı olmak için daha çok çalışmalı, durumu analiz etmeli, hatalarımızdan dersler çıkartmalı ve kalkıp yola devam etmeliyiz. Çocuklarımızı 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 yansını 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 sportlarda 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 düşünürler. Bu sebeple Aikido çocuklarımıza bir çok anlamda yararlı bir sanat. Bu sanatı düzenli ve disiplinli olarak yapabilecek bir yer bulabilirseneiz çocuklarımızın muhakkak buralardan faydalanabilecek şekilde yönlendirin. Bu sanatın eğitimini iyi bir Sensei'den alınılar ve kendileri için başanın yolunu açabilsinler" ifadelerini kullandı.

İhlas Haber Ajansı



Gündemde Öne Çıkanlar

Kayıp kuyumcudan haber alınmıyor
Tek isteği okulda sınava girebilmek
Yürümesi imkansızdı şimdi üniversite
Sevgilisini öldürüp toprağa gömdü
Minibüsün çarptığı çocuk öldü
İstinat duvan çöktü. 6 bina boşaltıldı
Halk otobüsünün altında can verdi
Astsubayın şüpheli ölümü
Bıçaklı gasp dephşeti
Aç kurtlar dehşet saçtı
Minik çocuğun feci ölümü
Okul yangınındaki olası faciayı öğretmenler önledi
Yeni gelin canına kıydı
Müşterilerin paralarıyla bahis oynadı
Yanmaktan komşuları kurtardı

İlin Yazarları



Cahit Kılıç
Yakın Doğu'da dış politikamız!

Tüm Köşe Yazarları

FESTMEKAR FIRSAT
İstanbul'a Özel İndirim Fırsatları

İl ve ilçedeki tüm gazetelerin gündemini
ya arıyalayalım
sen de sesini duyur!

Araç yok mu İETT'de

Metro gibi süper hizmet yapıyorsun ama sonrası yok. Kadıköy'den Kartal'a Geliyorsun ama Kartal köprüsünden geç saatlere denk geldiğinizde özellikle akşam saat 2...

Evinize gitmek için 200 m yolu 28 dakikada katetmek.

18:00 da Maslak'tan TEM otopanını kullanarak 18:45'de Hadimköy sapağında çıkış yapıyorum. 19:08 de E 5 karayolu Bizimkent dönel kavşağından Esenyurt istikametine...

Hırsızlar cirit atıyor

Ayazağa mahallesi 125.sokakta Şerife Bacı Camii'nin yanındaki 8 katlı apartmana giren hırsızlar katları yoklaya yoklaya 8. kattaki öğrencinin çelik kapısını patlat...

Tüm Şikayetler

İlin Haberleri

- Gazî Mahallesi'ndeki Körsan Gösteriye Polis Müdahalesi
- Başbakan Ahmet Davutoğlu:
- Ali Kırca, Galatasaray'daki Görevinden İstifa Etti
- Emekli Albay Temizöz Hakkında Tahliye Kararı
- Yedikule Hayat Yokuşu'na İki Ünlü İsim Daha Katıldı
- Ümraniye'deki Yasak Aşk Cinayeti Zanlısı Adliye'ye Sevk Edildi

[Tüm Haberler](#)

TAKİP ET

[f](#) [Twitter](#) [g+](#) [Like](#)

MOBİL'DE MYNET

[App Store'dan İndirin](#) [ANDROID APP ON Google play](#)



En güncel ve son dakika İstanbul haberleri Türkiye'nin en çok ziyaret edilen Mynet Yurt Haber servisiyle sizlerle.

[Anasayfa](#) | [Arama](#) | [Astroloji](#) | [Bilen Kazanır](#) | [Cevaplar](#) | [Email](#) | [Erkek](#) | [Fırsat Sitesi](#) | [Finans](#) | [Foto](#) | [Galeri](#) | [Gazeteler](#) | [Haberler](#) | [Hava Durumu](#) | [İlan](#)
[Kadın](#) | [Şehir Rehberi](#) | [KOBİ](#) | [Magazin](#) | [Oyun Oyna](#) | [Mobil](#) | [Nasıl Tv](#) | [Oyun](#) | [Promail](#) | [Proservis](#) | [Oyunlar](#) | [RSS](#) | [Dizi izle](#) | [Sinema](#)
[Spor Haberleri](#) | [Video](#) | [Widget](#) | [Yurt Haberleri](#)

[İletişim](#) | [Kurumsal Yardım](#) | [Üyelik](#) | [Site Haritası](#)
Copyright © MYNET A.Ş. Telif Hakları MYNET A.Ş.'ye Aittir