



Aikido konsatrasyonu arttırıyor

12 Eylül 2014 - 16:00

Karakter Boyutu : [A](#) [A](#)
[Facebook'ta Paylaş](#)
[Twitter'da Paylaş](#)
[Google'da Paylaş](#)

Yeni eğitim ve öğretim sezonunun açılmasına sayılı günler kalan uzmanlar, çocukların derslerine motivasyon olmaları için Aikido sporunu önerdi.

İSTANBUL / İHA - 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 gözlemlenme 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, yaşlılarla 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.

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 yanısını da eşit olarak eğitebilmekteler ve bunun sonucunda vücut denge ve koordinasyon becerileri kazanıyor. Daha hızlı düşünün, hem matematik hem de sosyal zekası gelişen çocuklar empatik düşünabiliyor. Bu tüm kazanılan becerilerden dolayı çocuklarımız ilerleyen

GÜNÜN HABERLERİ



Haber Turu!..

12 Eylül 2014 Cuma



Termik santral paneli gergin başladı, gergin bitti

12 Eylül 2014 Cuma



Milli Eğitim Bakanlığında boş kontenjan açıklaması

12 Eylül 2014 Cuma



Bakan İslam, Bakanlığın projelerini anlattı

12 Eylül 2014 Cuma



Tunceli'de trafik kazası, 3 yaralı

12 Eylül 2014 Cuma



OGÜNhaber'i Google+ üzerinden de takip edin..

ÇOK OKUNANLAR

Bugün Bu Hafta Bu Ay



Gökhan Türkmen İstanbul Aydın Üniversitesi'nde konser verecek

11 Eylül 2014 Perşembe



Taekwondo Türkiye üçüncüsü Tekirdağ İmam Hatip öğrencisi oldu

11 Eylül 2014 Perşembe



Giresun Atatürk Stadyumu ve 19 Eylül Spor Salonu müsabakalara hazır

11 Eylül 2014 Perşembe



Ebru Gündeş bomba gibi dönüyor

11 Eylül 2014 Perşembe



Ali Ağaoğlu'nun sevgilisi şaşırttı

11 Eylül 2014 Perşembe



Ümit Karan'dan Caner açıklaması!

11 Eylül 2014 Perşembe



Hadise ve Athena'dan muhteşem konser

12 Eylül 2014 Cuma



Meryem Uzerli kararını verdi...

12 Eylül 2014 Cuma



7 işçinin olduğu facianın davası devam ediyor

11 Eylül 2014 Perşembe



Sedyede lütfen çocuklarını arayan diye yalvardı

11 Eylül 2014 Perşembe



Gripin Beylikdüzü'nde sahne aldı

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

« Önceki Haber

Sabri'li, Müslüm Gürses'li iş bırakma eylemi

Sonraki Haber »

Medeniyet Üniversitesi rektörü, CHP'li Özkes'in iddialarını yalanladı

Arkadaşına Gönder

Yazdır

Yukarı

Yorumlar 0

Onay Bekleyenler 0

Yorum Ekle

Başlık

Adınız Soyadınız

Vazgeç ya da Gönder

FOTO HABER

Tüm Haberler



VİDEO GALERİ

Tüm Galeriler

- Haber Turu..**
12 Eylül 2014 Cuma
- Adnan Şenses'in kızı gözyaşlarına boğuldu**
12 Eylül 2014 Cuma
- Melo'ya verilen 2 maçlık ceza onandı**
12 Eylül 2014 Cuma
- Brezilya'da tahta köprü yıkıldı**
12 Eylül 2014 Cuma
- Erdoğan Kerry'i kabul etti**
12 Eylül 2014 Cuma



Serenay'ı öpmek istemiyor!

12 Eylül 2014 Cuma



Seyhan Nehri'nde balık ölümleri

11 Eylül 2014 Perşembe



Halit Akçatepe taburcu oldu

12 Eylül 2014 Cuma



Yemek yaparken evi yaktı

11 Eylül 2014 Perşembe



Gümüşhane'de yangın

11 Eylül 2014 Perşembe



Borsa 79 binin altına indi

11 Eylül 2014 Perşembe



Ünlülerin uyuşturucu dosyasında tutuklu sanık kalmadı

11 Eylül 2014 Perşembe



Diyarbakır'da iki ayrı trafik kazasında 1'i ağır 4 kişi yaralandı

11 Eylül 2014 Perşembe



Şüpheli çanta fünüye ile patlatıldı

12 Eylül 2014 Cuma

ÇOK YORUMLANANLAR

Bugün Bu Hafta Bu Ay



Ümit Karan'dan Caner açıklaması!

11 Eylül 2014 Perşembe



Ali Ağaoğlu'nun sevgilisi şaşırttı

11 Eylül 2014 Perşembe



Yurtta hava durumu

11 Eylül 2014 Perşembe



Ebru Gündeş bomba gibi dönüyor

11 Eylül 2014 Perşembe



Çaldığı ekobisi itekleyerek kaçırın genç yakalandı

11 Eylül 2014 Perşembe



Ayağı kayıp düşen kadın hayatını kaybetti

11 Eylül 2014 Perşembe



Başkent'te şüpheli ölüm

11 Eylül 2014 Perşembe



Diyarbakır'da iki ayrı trafik kazasında 1'i ağır 4 kişi yaralandı

11 Eylül 2014 Perşembe



Kendisini emniyet müdürü olarak tanıtan dolandırıcı jandarmaya yakalandı

11 Eylül 2014 Perşembe



Beyoğlu'nda uyuşturucu operasyonu

11 Eylül 2014 Perşembe

-  11 Eylül 2014 Perşembe
-  **Çenesine dayadığı tüfekle poz veren genç ölü bulundu**
11 Eylül 2014 Perşembe
-  **Bursa'da saldırgan köpek paniği**
11 Eylül 2014 Perşembe
-  **Bursa'da kafede korkutan yangın**
11 Eylül 2014 Perşembe
-  **Obama, IŞİD'e karşı Suriye muhalefetini silahlandırmak için yetki istedi**
11 Eylül 2014 Perşembe
-  **Borsa güne yükselişe başladı**
11 Eylül 2014 Perşembe
-  **Serbest piyasada döviz fiyatları**
11 Eylül 2014 Perşembe
-  **Sezen Aksu'dan güvenlik görevlisine firça**
11 Eylül 2014 Perşembe
-  **Range Rover Evoque'a Kahn Design imzası**
11 Eylül 2014 Perşembe
-  **Lise mezunu genç icadı için evini ipotek ettirip kredi çekti**
11 Eylül 2014 Perşembe

YAZARLAR

Beşiktaş'ın efsane başkanı, Türk futbolunun unutulmaz ismi Büyük Başkan Süleyman Seba
[Bir Portre](#)



'Mezhep Kavgası' tehlikesi!
[Kenan Akın](#)



Eski Türkiye Osmanlı değildir!..
[Ferhat Yıldırım](#)



Gazze'de çocuk olmak
[Erhan Yılmaz](#)



Allah yanna bırakır, yanına bırakmaz!
[Nalan Erbaş](#)



Kira gelirlerinin vergilendirilmesinde ince nokatalar!
[Ali Sait Mökükçü](#)



Ortadoğu'ya yeni düzen geliyor, yeraltı kaynakları yabancılara teslim
[Mustafa Öztürk](#)



Nazizm
[İsmail Çetin](#)



Ozan Arif ve Maykıllar!..
[Sabri Ugan](#)



	
New York moda haftasından koleksiyonlar ve yorumlarım ! Ebru Aygün	
Lüks araba dolandırıcılığı Özlem Ağca	
Irak'taki olaylar mezhep savaşı, cihat mı yoksa ırkçılık mı? Fargana Kalantarlı	
'Sandal' 'Gemi'ye bindi Minik Kuş	
Hoş geldin SSS, hoşgeldin Fenerbahçe.. Haşim Özgül	
Dikkat çekmek için... Lokman Adil Arıcı	
İş Sağlığı ve Güvenliği Kültürü Bora Baysal	
Eğitim sisteminin son hali Faik Erdoğan	
Obsesif Kompulsif bozukluk Merve Özgüven	
Tırnak yeme alışkanlığı Arzu Aydın Koç	

Siyaset	Yerel	Basın	Meslekler	Sosyal Medya	Ekonomi
Büyük Birlik Partisi	Kilis	Yeni Asır	Mühendis-	Sosyal Medya	IMF
Şevki Kulkuloğlu	Erzincan	Sözcü.	Doktor	Delicious	BEDAŞ
Akif Hamzaçebi	Mardin	Milat	Avukat	Instagram	Tüpraş
Deniz Baykal	Çankaya	Memur Haber		Google	Piyasa
Leyla Zana	Porsuk Barajı	Taraf		Google+	Sermaye Piyasası Kurumu
Hayati Yazıcı	Antalya	Bugün		FriendFeed	Doğalgaz
Yalçın Küçük	Ankara	Radikal		Twitter	Para Politikası Kurulu
Selahattin Demirtaş	Elazığ	Aydınlık		Tumblr	Banka
İsmet Yılmaz	Bingöl	Yeni Asya		LinkedIn	TCMB
MHP	Şanlıurfa	Milli Gazete		Yahoo	Enerji Piyasası