



Baskil'e İmam Hatip Lisesi



40 bin Suriyeli Yardım Bekliyor



Gümrük Bakanlığı'ndan Kaçak Eşyalara Düzenleme



Facianın Eşiğinden Dönüldü Flaş!



OYUN OYNA ES

FLAŞ HABER

Fü'de Prof. Dr. Mehmet Cebeci, Rektör Yardımcısı Oldu

Buradasınız: Ana Sayfa / GENEL

28 Ocak 2015 Çarşamba 15:07
Bu haber 9 kez okundu.

T- T+ A

Aikido, Konsantrasyonu Artırıyor

Aikimode Aiki Akademi Baş Eğitmeni 5. Dan Sensei Oğuzhan Ulvi Başkurt, aikidonun dinleme ve öğrenme üzerine kurulu bir spor olduğunu belirterek, "Aikido yapan çocukların belli bir süre sonra konsantrasyonları artıyor" dedi. Uzmanlar, konsantrasyonu...



★ Öne Çıkan Haberler



Baskil'e Anadolu İmam Hatip Lisesi İçin Girişimler Başladı



Agd'den Paris Olaylarına Tepki



Tugva Elazığ Temsilcisi Mustafa Şerifoğulları Oldu



Müslad Dost Meclisi Toplantılarının Konuğu Orhan Oldu



Fü'de Prof. Dr. Mehmet Cebeci, Rektör Yardımcısı Oldu



Mobil1 Truck Oyunlar

En Çok Okunan Haberler

Ülkü Ocaklarından Uygur Türkleri Açıklaması

Samsun'da Ulaşım Kapalı Yollar Açılıyor

Eyyübiye Belediyesi'nden Akçakale'deki Suriyelilere Yardım Eli



Facebook'ta Paylaş



Tweetle



Google+ Paylaş



LinkedIn'de Paylaş

aikidonun dinleme ve öğrenme üzerine kurulu bir spor olduğunu belirterek, "Aikido yapan çocukların belli bir süre sonra konsantrasyonları artıyor" dedi. Uzmanlar, konsantrasyonu artan çocukların ders için de ilgisini daha uzun süre koruyacağını, bu yüzden de çocukları

konsantrasyonu arttıran aikido gibi sporlara yönlendirmek gerektiğini söylüyor. Akimode Aiki Akademi Baş Eğitmeni 5. Dan Sensei Oğuzhan Ulvi Başkurt, aikidonun çocukların hem derslerinde başarı sağlamasında hem de öğrenmelerini kolaylaştırmasına etkin olduğunu belirtti. Oğuzhan Ulvi Başkurt, "Önceleri derse 10 - 15 dakika ilgi gösterebilirken, sonrasında bu süre ders sonuna kadar sürmeye başlıyor. Aynı durum çocukların sınavları için de geçerli. Aikido 4-12 yaş arasındaki çocukların özgüvenlerini geliştirmesinde yardımcı oluyor. 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 gözlemlleme becerilerini kazanan çocuk, yüksek bir özgüvenle bu alışkanlığını derslerine de yansıtıyor ve başarı kendiliğinden geliyor" dedi.

"YERE DÜŞMEYİ VE KALKMAYI DA ÖĞRETİYORUZ"

"Biz çocuklara yere düşmeyi ve kalkmayı da öğretiyoruz" diyen Başkurt, "Aslında çocuklarımızın bilinçaltına 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" şeklinde konuştu.

Ortopedi ve Travmatoloji Uzmanı Op. Dr. Ahmet Şükrü Mercan ise, "Aikido çocukların fiziksel gelişim, dayanıklılık ve sportif becerileri açısından tam not alan, doğru eğitmenlerle ve sistemle çalışıldığında tüm çocuklara önerilen bir spor dalıdır. Bir ortopedi uzmanı olarak sıklıkla orta-ileri yaş kemik ve eklem hastalıkları ile karşılaşmaktayım. Bu hastalıkların çocukluk çağından itibaren başlayan beslenme alışkanlıkları ve sportif faaliyetlerle direk ilgisi var. Kas, kemik ve eklemlerin çocuk yaştan itibaren düzgün şekilde kullanılması ve geliştirilmesi ileride yaşanabilecek problemleri önleyebilmekte. Bu açıdan da bakıldığında aikido bedensel gelişim ve dayanıklılığı artıran bir spor ve sanattır" diye konuştu.

"BEDENİ SAĞLIKLI OLAN ÇOCUK, BAŞARIYA DAHA YAKINDIR"

"Bedeni sağlıklı olan çocuk başarıya daha yakındır" diyen Mercan, "Motor hareket çalışmaları ile çocuklar kolları, bacakları ve gövdeyi antrenmana hazır hale getirerek beden fonksiyonlarını her antrenmanda daha iyiye götürebilir. Antrenmanlarda yapılan teknikler çocukların algısını geliştirir. Güç ve mücadele oyunları ile kas gelişimi artırılır. Aikidonun stratejiye dayalı hareketler harmonisi çocukların öğrenme, oyun, aktivite, disiplin, beceri ve zarar vermeden savunma ve strateji temeline ilerlemesine yardımcı olur. Bedeni sağlıklı olan bir çocuk başarıya daha yakındır" ifadesini kullandı.

Onarım İçin Çıktığı Elektrik Direğinde Akıma Kapılıp Öldü

Cumhuriyet Gazetesi Önünde 3 Gözaltı

Ağit Bünyesinde 'mümtaz Şahsiyetler Paneli' Oluşturuldu

Şebnem Bozoklu (Yaren) İtiraf Etti!!! Gerçek Hayatta Olsa Asla Yapmam Dedi!!!

Sarıkamış şehitleri için meşaleli yürüyüş yapıldı

Sırp Terör Zanlısına 30 Günlük Gözaltı

En Çok Yorumlanan Haberler

Burdur'da kar yağışı nedeni ile okullar tatil edildi

Sekizinci denemesinde Almanya'ya ayak bastı

Yazarlar



Metin AKGÜN

Küreselleşme Süreci, Geleceğin Eğitimi ve Risklerimiz!



Ramazan Kaplan

Kapalı Oyun Parkı Projesi



Tahsin Akpınar

Misyon ve Vizyon Arasında Ak Parti Nedir, Ak Partili Kimdir? (I)



Numan ALADAĞ

NİCE CUMHURİYET BAYRAMLARINI HEP BİRLİKTE KUTLAMAYI DİLİYORUZ.



Gürkan ÖZENSOY

DÜNDEN BUGÜNE ELAZIĞ GÜNLERİ



Danış ÇOBAN

Türkiye Cumhuriyeti ile Reisini Seçiyor



Av. Özlem Ağca

İhtiyatı Tedbir Nedir?



Uzm.Psikolog.Serhat YABANCI

Eleştiriyi ve iftirayla bakış açısı ile baş etme yolu



Ayşegül Akbay Yarpuzlu

Yolsuzluk Skandalı ve Yargı Denetimi Gereği



Emrah Konuralp

TÜRK ADI BİR İRKİN ADI MI?



Kayahan TOPAL

FACEBOOK'TA YİYİP İÇDİKLERİMİZİ NİÇİN PAYLAŞIRIZ?

Facebook'ta Paylaş

Tweetle

Google+ Paylaş

LinkedIn'de Paylaş

Anahtar Kelimeler

Yorum Göster

Facebook Yorumları 0

15/11/11

Yorum yazmak için bu alanı kullanabilirsiniz. Yorum yazarken lütfen aşağıda yazılan uyarıları göz önünde bulundurunuz!

Kalan Karakter: 1000

Yorum Gönder

İlgili Haberler



**Bitlis'te Temel Eğitim Kampı
Kayakçı Yetiştiriyor**



Kahta'da Yalancı Bahar



**Gönüller'den Suriye'ye 215
Ton Gıda Yardımı**



**Uludağ'da Kayak Keyfine Sis
Engeli**



**Donanma Tatbikatı Nefesleri
Kesti**



**Küçük Amerika, New
Yağlıdere**



Av.Hakan ERYILMAZ
DÜRÜST SİYASETÇİ



Mehmet TOPAL
VALİLİK BİNASI ÇOCUK
İSLAHEVİ'NİN YERİNE YAPILSIN

Son Dakika

Çankırı'da 6 bin 864 kayıtlı işsiz var

Oktay Vural: Fişleyerek devleti muhbir bir anlayışla...

Ziraat Türkiye Kupası

"Bir ülkenin turizm portföyü basın özgürlüğüyle...

CHP'li Tayan: 40 bin kişi hırsızlıktan, 30 bin...

Eskişehir'de Hayatını Kaybeden Hristiyan
Kadına...

İl Jandarma Komutanlığı yıl sonu
değerlendirme...

Kur'an-ı Hatim Eden Minik Ecrin İlgi Odağı Oldu

Kredi Kullanan Esnafa "Lüks Hayat" Uyarısı

Kapaklı Balıkçı Barınağı İhaleye Çıkıyor

Çimenlik Kalesi Askerî Müzesi törenlerden önce...

Bitlis'te Temel Eğitim Kampı Kayakçı Yetiştiriyor

Yozgat Bozokspor Hentbol takımı hedefe kilitlendi

Üçüncü köprüde çalışmalar sürüyor

Görme Engelli Milli Sporcudan Fair Play Dersi

Tunceli'de kar 130 köy yolunu kapadı

Yolcu Otobüsünde 110 Şişe Sahte İçki Ele
Geçirildi

27 Yıllık Başkan Yeniden Aday

Madde Bağımlılığı İle Mücadele

Didim'de 'özgüvenli Gelecek' Projesi Velilere...

MHP'lilerden BEDAŞ protestosu

Millî Eğitimin 80 kişilik kursuna 350 öğrenci...

Fındık Sektörü Hedef Büyüttü

Bitlis'te beklenen kar yağışı başladı

Didim'de İnternet Alt Yapısı Ele Alındı

Hidayet Karaca'nın avukatları: Avrupa İnsan
Hakları...

Sanatkarlardan Vefa Örneği

Karamürsel'de Trafik Kazası

Kahta'da Yalancı Bahar

Gönüller'den Suriye'ye 215 Ton Gıda Yardımı

Anket

Tüm Anketler

**Süper Lig'de bu sene hangi takım
şampiyon olur?**

☐ GALATASARAY

☐ FENERBAHÇE

YAZILIMCI

DİĞER

Oy Kullan

Sonuçlar

Son Yorumlar

Borclarinizi odayin susuz kalmayin adamlar...

ahmet basit kardeşim ne diosun sen ya esas...

insanlarımız her konuda duyarsız olduğu...

sayın rektör yardımcısı öncelikle...

elazığ dost meclisi toplantısı, elazığ...

sen önce milletin karısını kızını...

Tedasa olan borclari odemek helal mi bi...

[Künye](#) [Anketler](#) [Röportajlar](#) [Astroloji](#) [Sitene Ekle](#) [Reklam Ver](#) [İletişim Formu](#)

© 2015 - Sitemizde yayınlanan haberlerin telif hakları haber kaynaklarına aittir. İzin alınmadan kopyalanamaz.

Haber Scripti | TE Bilişim

Bitlis'te Temel Eğitim Kampı Kayakçı Yetiştiriyor

Bitlis'te, Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüğü'nce açılan Kayak Temel Eğitim Kampı'nda geleceğin...

Haber Oku