


**Türkiye'nin havası
içler acısı!**

**İşte merakla
beklenen puan ve...**

**KPSS başvuru
tarihleri belli oldu!**

Bursa'da intihar!

**Türkiye'nin yeni
nüfusu açıklandı**

Buradasınız: [Ana Sayfa](#) / [İstanbul](#)

28 Ocak 2015 Çarşamba 15:07

T- T+ A 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...

Facebook'ta Paylaş

Tweetle

Google+ Paylaş

LinkedIn'de Paylaş

www.HaberinAdresi.com

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 artan çocukların ders için de ilgisini daha uzun süre koruyacağını, bu yüzden de çocukların konsantrasyonu arttıran aikido gibi sporlara yönlendirmek gerektiğini söylüyor. Aikimode 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 gözleme becerilerini kazanan çocuk, yüksek bir özgüvenle bu alışkanlığını derslerine de yansıtıyor ve başarı kendiliğinden geliyor" dedi.

Çok Okunan Haberler

Sedat Peker "O partiye oy verenlere hakkımı helal etmeyeceğim"

Galatasaray'dan sonra sıra Beşiktaş'ta!

Eşiyle birlikte gelerek teslim oldu

Faruk Süren Galatasaray'ın nasıl kurtulacağını açıkladı!

Beşiktaş 25 milyon euro'yu reddetti!

LPG'li araç sahipleri dikkat!

Meteoroloji'den yoğun kar yağışı uyarısı

Eşinin başka erkeklerle mesajlaştığını görünce...

Alper Taş CHP'ye mi geçiyor?

Beğeni
Facebook'ta Beğen

Takipçi
Twitter'da Takip Et

Popüler Galeriler



Ask Sana Benzer galasında izdiham

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 eğitimlerle 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 direkt ilgisi var. Kas, kemik ve eklemlerin çocuk yaştan itibaren düzgün şekilde kullanılması ve çalıştırılması ileride yaşanabilecek problemleri önleyebilmekte. Bu açıdan da bakıldığında aikido bedensel gelişim ve dayanıklılığı arttırıcı 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 arttırılır. Aikidonun stratejiye dayalı hareketler harmonisi çocukların öğrenme, oyun, aktivite, disiplin, beceri ve zarar vermeden savunma ve strateji temelinde ilerlemesine yardımcı olur. Bedeni sağlıklı olan bir çocuk başarıya daha yakındır" ifadesini kullandı.



Anahtar Kelimeler

Yorum Gönder 0



İsim

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

Kalan Karakter: 1000

Yorum Gönder

İlgili Haberler



- Dolar 2.38'1 Gördü



Ziraat Türkiye Kupası



Bağcılar Kent Konseyi,
Madde Bağımlılığını...



Dolar 2015'in En Yüksek
Seviyesine Çıktı



Efsane Yıldız Figo, Fifa
Başkanlığına Aday



Hatay'da Çanakkale Savaşı
Sohbetleri

Popüler Videolar



Çok Yorumlanan Haberler

Erkan Zengin'in transferiyle ilgili çok iddia

Seçime aylar kala yapılan son anket

Saffet Sancaklı "Bu ülkede savaş çıkar"

Filinta dizisine Hollywood takviyesi

Sibel Kekili itiraf etti

Ersun Yanal'dan Tolgay Arslan'a gönderme!

İlhan Cavcav'dan Fenerbahçe'ye sert yanıt

Usta gazeteci:" AK Parti şeytanla bile işbirliği yaptı"

CHP milletvekili istifa etti

Faruk Süren Galatasaray'ın nasıl kurtulacağını açıkladı!

Kültür ve Sanat



Oscar'ın en büyük adayı!

Oscar'da İlyas Salman aday mı?

2015 Oscar adayları belli oldu

Grinin Elli Tonu için geri sayım başladı

Son Akşam Yemeği'nin sırrı ortaya çıktı

Russell Crowe'a büyük şok

Hollywood yıldızları Hasan Karacadağ...

Thomas Piketty ödülü reddetti

"Mucize" Diyarbakır'da

Çakallarla Dans 3 tüm rekorları alt üst...

Teknoloji



Facebook'tan Hazreti Muhammed sansürü

Instagram'a yeni özellik



Aşk Sana Benzer galasında izdiham



En çok tıklanan karne günü capsleri



Vize ve final caps'leri



En çok tıklanan caps'ler

Facebook'a cepten girenler artık...

Facebook sorunun nedenini açıkladı

Facebook'a artık giriş yapılabilir

Google, Apple'ın açığını buldu

Google yatak odanıza kadar her şeyi biliyor

O linke sakın tıklamayın!



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

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

- Dolar 2.38'i Gördü

Dolar, 2,38 lirayı aşarak 16 Aralıktan bu yana en yüksek seviyeyi gördü.Dolar, Türk Lirası karşısındaki...

[Haberini Oku](#)