



Psikolog Tuba Bozada: "Çocuklar Aikido İle Hayatla Uyum Yakalar"

Ana Sayfa > GENEL

2016-03-07 12:19:31



Psikolog Tuba Bozada, aikidonun çocukların gelişiminde önemli olduğunu belirterek, "Çocuklar aikido ile bir yandan hayatla uyum yakalar, bir yandan enerjisini arttırır bir yandan da bu enerjiyi aktaracak doğru alanlar oluşturur" dedi

Psikolog Tuba Bozada, aikidonun çocukların gelişiminde önemli olduğunu belirterek, "Çocuklar aikido ile bir yandan hayatla uyum yakalar, bir yandan enerjisini arttırır bir yandan da bu enerjiyi aktaracak doğru alanlar oluşturur" dedi.

Okul, kurs, servis, ödev, bilgisayar, tablet, telefon günümüz çocuklarının günlük hayatının büyük bir kısmını kapsıyor. Oyun, sanat, spor ise maalesef hak ettiği yeri alamıyor. Psikolog Tuba Bozada, çocukların

bedensel ve psikolojik sağlığı için bu açığın kapatılmasının önemli olduğunu gerektiğini söylerken, aikido ile hem spor hem de sanat yapabileceklerinin altını çizdi.

"AIKİDO ÇOCUKLARA HAYATI ÖĞRETİR"

Kendisi de aikido yapan Psikolog Tuba Bozada, zaman zaman çocuklarına neyi, nasıl katmaları gerektiğini soran ailelere beden ve ruh uyumu sağlayacakları aktiviteleri tavsiye ettiğini söyledi.

Bozada, "Her çocuk paha biçilmez, muhteşem birer kumaş gibidir. Onu nasıl kesip, biçtiğimize çok dikkat etmeliyiz. Her çocuk, küçük insandır. Yetişmeye aday bir bireydir. Ruh, bedeni, zihni uyum içinde işledikleri sürece parlayacak birer değerdir. Çocuklar aikido ile bir yandan hayatla uyum yakalar, bir yandan enerjisini arttırır bir yandan da bu enerjiyi aktaracak doğru alanlar oluşturur. Bu aslında aikidonun özeti gibidir. Çocuklar dojoda saygıyı, temel öğretileri, öğrenerek öğretmeyi, ancak karşısındakiyle uyum içinde hareket ederse ayakta kalabileceğini öğrenir. Antrenmanda ise bilişsel olarak dikkatin geliştirir, beynini çift taraflı ve aktif çalıştırır, zihnini rahatlatır, olumsuz enerjini atar, onun yerine pozitif enerji ile dolar. Spor ve sanat ile şarj olur. Okul ve sosyal hayat başarısı artar" şeklinde konuştu.

"3 YAŞINDAN İTİBAREN AIKİDO YAPILABİLİR"

Aikimode Baş Eğitmeni 5. Dan Sensei Oğuzhan Ulvi Başkurt da en içine kapanık çocuktan, hiperaktif ya da öğrenme güçlüğü çeken çocuklara kadar hepsinin aikido ile kendilerini doğru ifade etmeyi, karşısındakine saygı duyarak saygı uyandırmayı öğrendiğini söyledi. Başkurt, "Çocuklar aikido yapmaya başladıklarında biz bunun oyun tarafını ön plana çıkartırız. Üç yaş grubu çocuklar anne - babaları ile derse girerler. 4 yaştan itibaren artık yaşlıları ile ders yapmaya başlarlar. Bu onlar için bağımsızlık, sosyalleşme, kendini bulma, ifade etme fırsatıdır" dedi.

Powered by Google



Manisa'da Fetö Operasyonunda Bir Gözaltı Daha



Manisa'da Fuhuş Operasyonu



MANISA'NIN EN İYİ HEKİMİ YİNE SALDIRIYA UĞRADI



Manisa'da Operasyon

SONRAKI >

f HABERİ PAYLAŞ

t HABERİ TWEET ET

g+ GOOGLE'DA PAYLAŞ

WEB SİTENİZİ
GODADDY
WEB SİTESİ MİMARİ
İLE OLUŞTURUN

GoDaddy AYRINTILI BİLGİ ALIN

com

web tasarım

Ajans Manisa Size Özel Çözümler Üretiyor

YAZARLAR

TÜM YAZARLAR



Zafer Özkan
VESTEL, geri gel...



Ahmet Kotil
Hayat bir Tiyatro



Mükremin Abi
Otoritesizleşen Toplum



BABIALI
BÜYÜKŞEHİR GERÇEKLERİ



Emrah Vardaroğlu
AĞZI OLAN KONUŞUYOR, KALEMİ OLAN YAZIYOR...



Serhat Kayın
ENGELSİZ YEREL YÖNETİM

EN ÇOK OKUNANLAR

1



MESİR FESTİVALİNE TERÖR REVİZYONU ...

Manisa Mesir Macunu Festivalinde yer alan eğlence programları, yaşa...

2



Manisa'da Feci Kaza: 3 Ölü, 7 Yaralı ...

Salihli-Gölmarmara karayolunda meydana gelen trafik kazasında ilk be...

3



Yeni Garajda Bomba Paniği...

Manisa yeni garajda şüpheli çanta polisi hareketli geçirdi. Olay y...

4



Manisa'da Gece 7 Deprem Kaydedildi...

Manisa'nın Akhisar ilçesinde dün akşam saatlerinden gece yarısı...

ANKET

Sizce 2015'in En Başarılı Milletvekili Kim?

- Erkan AKÇAY
- İsmail BİLEN
- Mazlum NURLU
- Murat BAYBATUR
- Özgür ÖZEL
- Recai BERBER
- Selçuk ÖZDAĞ
- Tur YILDIZ BİÇER
- Uğur AYDEMİR

OY VER

SONUÇLAR

+ E-HASTANE RANDEVU

ARŞİV ARAMA

FOTOĞRAF GALERİ

VİDEO GALERİ

i REKLAM ve İLETİŞİM