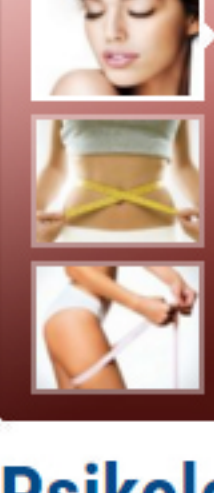




Hotpoint çeyiz setleri **3.199 TL'den başlayan fiyatlarla!** Hotpoint

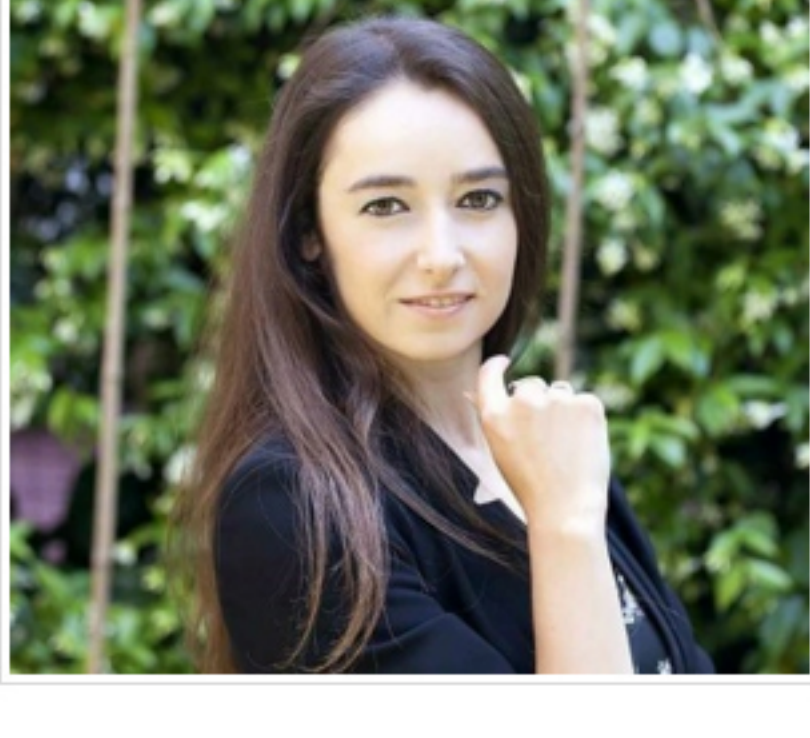


# Zeytinyağı ve Balla Cildiniz Işıldasın



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

Ana Sayfa » Güncel 07.03.2016 12:23



**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 aktara..."**

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 açığı kapatılmasının önemli olduğunu söyleyken, aikido ile hem spor hem de sanat yapabileceklerinin altını çizdi.

### "AIKIDO 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 başarısını artar" şeklinde konuştu.

### "3 YAŞINDAN İTİBAREN AIKIDO 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 çıkarırız. 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.

Beğen 5,6 Bin Takip et Beğen 0 Facebook'ta Paylaş Tweetle Google+'da Paylaş LinkedIn

### Yorumlar 0 Facebook Yorumları 0

Yorumunuz Adınız GÖNDER UYARI: Küfür, hakaret, rencide edici cümleler veya imalar, inançlara saldırı içeren, imla kuralları ile yazılmamış, Türkçe karakter kullanılmayan ve büyük harflerle yazılmış yorumlar onaylanmamaktadır.

### SON EKLENEN GALERİLER

### Diğer Haberler

RESİM YOK RESİM YOK Başkan'te Nevruz Kutlamalarına İzin Çıkmadı Gökhan Zan'ın Yengesi Türkiye'ye Giremedi Türk Hekimleri Bilgi Ve Becerilerini Azeri Hekimlerle Paylaştı Binlerce Çocukla Çanakale Türküsünü Söyleme Rekoru

- Kılavuz, Pir-i Türkistan Ahmet Yesevi Yılı Faaliyetlerini Açıkladı Başkan Gökçek'ten "CHP Ve Selina Doğan Tahliili" Batuhan Yaşar: "Kızılay Patlaması Hangi Ülkeyi Gösteriyor" Üst Geçitten Geçen Otomobil Şaşırttı Ankara'da Terör Saldırısı İŞKUR İş Başında Büro Memur-sen Genel Başkanı Yusuf Yazgan: "Millî Tarih Müzesi, Kıbrıs Türkü'nün Müzesi Olacak" Prof. Dr. Yaşar Hacısalihoğlu: "Ankara'nın Seçilmesindeki Asıl Hedef Türkiye'dir" Ünlülerin Korumasından "Güvenlik Zafiyeti" Yorumu

ÇAMLIÇA HAYVAN ÇİFTLİĞİ ALO ADAK HATTI 0542 815 09 09 KURBANLIK ADAKLIK - AKİKA BÜYÜKBAŞ VE KÜÇÜKBAŞ TEMİNİ

Hangi gazete ne yazdı? İŞTE GÜNÜN GAZETE MANŞETLERİ!

SEVGİ ÇİÇEKÇİLİK DÜĞÜN & DAVET ORGANİZASYON ÇELENK - BUKET - ARAJMAN - BALON SÜSLEMELERİ

AYDIN HABERLERİ ÇİNE MADRANSPOR'DA EKONOMİK

TRT SPOR Spor Toto Süper Lig Puandurumu

Takım	O	P
1 Beşiktaş	25	60
2 Fenerbahçe	25	59
3 Torku Konyaspor	25	46
4 Medipol Başakşehir	25	40
5 Galatasaray	25	39
6 Akhisar Belediyespor	25	38
7 Kasımpaşa	25	37
8 Osmanlıspor FK	25	36
9 Gençlerbirliği	25	32
10 Bursaspor	25	32

FOTO GALERİ

ÇOK OKUNANLAR 16 Yaşındaki Genç Sevdik Kızın Babasını Öldürdü Karşıdan Gelen Bomba Yüklü Araç Olabilir Başkan Haluk Alıcık'a Gün Yetmiyor SODEM'den Efeler Belediyesi'ne Ödül

YAZARLAR Mehmet Kızılaslan Yine Terör ve Yine Biz Lanetliyoruz Mehmet Eroğlu Yaşadığımız Kente Saygılı Olmak Nevzat Arslan Aydın Tekstil, "Kültür Park" Olsun! Nermin Akkan Distopya (2) Cevdet Şahinoğlu Dişi Tayyip ve Kavga Siyaseti

VIDEO GALERİ

Günlük Haftalık Aylık Yeniay / Dolunay ASTROFONİ PERŞEMBE AKREP BALIK KOVA OĞLAK YAY AKREP TERAZİ BAŞAK ASLAN YENGEÇ İKİZLER BOĞA KOÇ BALIK KOVA OĞLAK YAY AKREP TERAZİ