

■ Ana Sayfa > Yerel Haberler > İstanbul > Psikolog Tuba Bozada Açıklaması 'Çocuklar Aikido İle Hayatla Uyum Yakalar'

## Psikolog Tuba Bozada Açıklaması 'Çocuklar Aikido İle Hayatla Uyum Yakalar'

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

Tavsiye Et 0 Paylaş 0 Tweetle

Yaşam / 07 Mart 2016 Pazartesi 12:25



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. Ruhu, bedeni, zihni uyum içinde işledikleri

sürece parlayacak birer değerdir. Çocuklar aikido ile bir yandan hayatla uyum yakalar, bir yandan enerjisini artırır 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 çıkarırız. Üç yaş grubu çocuklar anne - babaları ile derse girerler. 4 yaştan itibaren artık yaşitları ile ders yapmaya başlarlar. Bu onlar için bağımsızlık, sosyalleşme, kendini bulma, ifade etme fırsatıdır" dedi.

Bağımsızlık Hiperaktif Psikolog Sosyal Hayat Dolar

Arabic Web Development & Marketing Specialist  
Ersa Sağlık Turizmi Danışmanı... [HEMEN BAŞVUR](#)

Arama Motoru Optimizasyonu (SEO) Uzmanı A...  
Digital Trade A.Ş. [HEMEN BAŞVUR](#)

İçerik Yazarı (SEO)  
SEOTECH Bilişim Sistemleri... [HEMEN BAŞVUR](#)

[kariyer.net](#)  
BURADA İŞ VAK

### İlgili Haberler

- Sarkozy'den Kazakistan'a özel önlem
- AK Partili vekillerden Banaz Ziyareti
- Söğüt'ü Şehit Esmen için Osmaniye'de Gıyabi Cenaze Namazı
- Bilecik Su Yönetimi Koordinasyon Kurulu Toplantısı Yapıldı
- Arjantinli Oyuncudan Sürpriz Ziyaret
- Çiğdem Aşçı Geleneği Çorum'da Yaşatılıyor
- Ankara Valiliğinden 'Nevruz' uyarısı

### Çok Tıklananlar

- Ankara Valiliğinden 'Nevruz' uyarısı
- Erdoğan'dan 'FETÖ/PDY' hamlesi
- Tahran'da şiddetli patlama
- İngiliz akademisyen sınır dışı edilecek

### En Son Videolar

- Çekirdek çitleyip, film izler gibi çatışma...
- Esra Erof'da - Damat Adayının Hediyesi Gel...
- 1 ağaca karşılık 30 fidan dikti
- Kayıp çocukların bulunmasına yardım edene ...
- Diyarbakır Bağlar'da teröristler yol kesip...
- Bağlar'da hem çatışma hem de göç sürüyor
- Metrelerce yükseklikteki vinçten aşağı böyl...

0 Yorum

Sirala: En Eski

Yorum ekle...

Facebook Comments Plugin

HABERDAR OLMAK İÇİN MAIL BÜLTENİMİZE KAYIT OLUN

mail adresinizi girin

Kaydol



KÜNYE  
İLETİŞİM  
REKLAM  
YAYIN POLİTİKASI  
KULLANIM ŞARTLARI  
YAZARLAR  
HABER ARŞİVİ  
VIDEO ARŞİVİ  
ETİKETLER  
MOBİL

#### KATEGORİLER

GÜNCEL  
SİYASET  
EKONOMİ  
SPOR  
MAGAZİN  
TEKNOLOJİ  
TELEVİZYON/MEDYA  
DÜNYA  
SAĞLIK  
EĞİTİM

#### KATEGORİLER

KÜLTÜR / SANAT  
YAŞAM  
3.SAYFA  
YEREL HABERLER  
VIDEO GALERİ  
FOTO GALERİ  
GÜNLÜK GAZETELER  
BEYAZ TV PROGRAMLARI  
DİZİ / FRAGMAN  
OTOMOBİL

#### GÜNDEM / KONULAR

Çözüm Süreci  
Genel Seçimler  
Melih Gökçek TV Programları  
2015 Seçim Sonuçları

#### GÜNDEM KİŞİLER

Recep Tayyip Erdoğan  
Ahmet Davutoğlu  
Devlet Bahçeli  
Selahattin Demirtaş  
Burhan Kuzu  
Kemal Kılıçdaroğlu  
Muharrem İnce  
Şamil Tayyar

#### GÜNDEM / DİĞER

Sürmanşet  
Gündem Özel  
Beyaz Futbol  
Derin Futbol  
Ortak Akıl  
Dizi Haberleri

Adana	Adıyaman	Afyon	Ağrı	Aksaray	Amasya	Ankara	Antalya	Ardahan	Artvin	Aydın
Balıkesir	Bartın	Batman	Bayburt	Bilecik	Bingöl	Bitlis	Bolu	Burdur	Bursa	Çanakkale
Çankırı	Çorum	Denizli	Diyarbakır	Düzce	Edirne	Elazığ	Erzincan	Erzurum	Eskişehir	Gaziantep
Giresun	Gümüşhane	Hakkari	Hatay	Iğdır	Isparta	İstanbul	İzmir	Kahramanmaraş	Karabük	Karaman
Kars	Kastamonu	Kayseri	Kilis	Kırıkkale	Kırklareli	Kırşehir	Kocaeli	Konya	Kütahya	Malatya
Manisa	Mardin	Mersin	Muş	Muş	Nevşehir	Niğde	Ordu	Osmaniye	Rize	Sakarya
Samsun	Şanlıurfa	Sırt	Sinop	Şırnak	Sivas	Tekirdağ	Tokat	Trabzon	Tunceli	Uşak
Van	Yalova	Yozgat	Zonguldak							