

FLAŞ HABER Tokat C. Başsavcılığı Açıkladı; 9 Kişiyi Daha Arıyoruz

Erbaa'dan Hüzünlü Bir DEĞİŞİM HİKAYESİ



Psikolog Tuba Bozada: "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 arttırır bir yandan da bu enerjisi aktaracak doğru alanlar oluşturur" dedi. Okul, kurs,...

07 Mart 2016 Pazartesi 12:19



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 enerjisi 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"

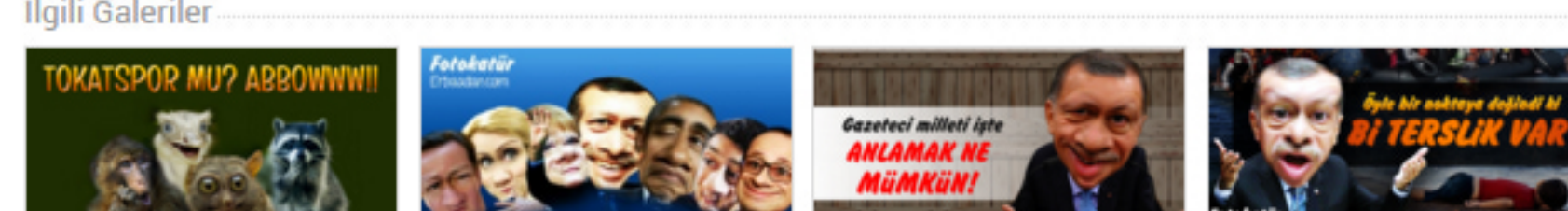
Kendisi de aikido yapan Psikolog Tuba Bozada, zaman zaman çocuklarına neyi, nasıl katmaları gerektiğini soran ailelere beden ve ruh uyumu sağlayacakları aktiviteleri tavsiye ettiğini söyledi.

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 enerjisi aktaracak doğru alanlar oluşturur. Bu aslında aikidonun özeti gibidir. Çocuklar dojoda saygıyı, temel öğretileri, öğrenerek öğretmeyi, ancak karşısındakıyla 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 yaşatları ile ders yapmaya başlarlar. Bu onlar için bağımsızlık, sosyalleşme, kendini bulma, ifade etme fırsatıdır" dedi.

İlgili Galeriler



Anahtar Kelimeler:

Yorum Gönder **0** Facebook Yorumları **0**

İsim

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

Kalan Karakter: 1000 **Yorum Gönder**

Dikkat! Suç teşkil edecek, yasadışı, tehditkar, rahatsız edici, hakaret ve küfür içeren, aşağılayıcı, küçük düşürücü, kaba, pornografik, ahlaka aykırı, kişilik haklarına zarar verici ya da benzeri niteliklerde içeriklerden doğan her türlü mali, hukuki, cezai, idari sorumluluk içeriği gönderen Üye/Üyeler'e aittir.



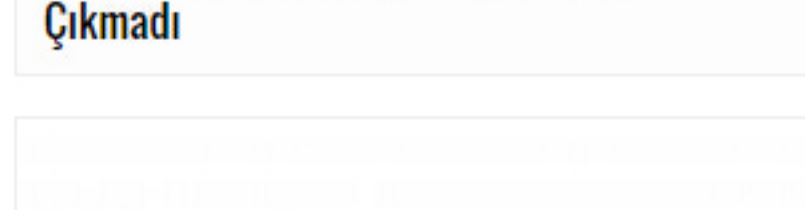
İLGİLİ HABERLER



Sağlık Bakanlığı'ndan Ankara'daki Yaralılarla...



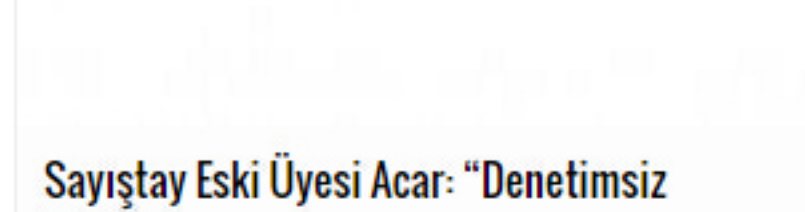
Başkent'te Nevruz Kutlamalarına İzin Çıkmadı



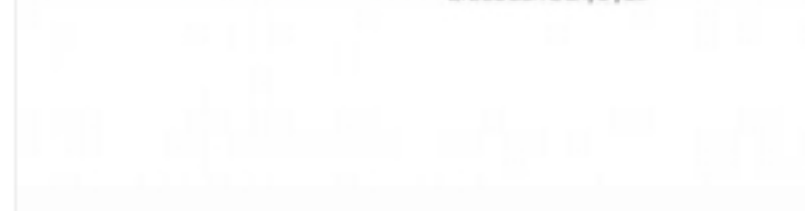
Gökhan Zan'ın Yengesi Türkiye'ye Giremedi



Sayıştay Eski Üyesi Acar: "Denetimsiz Devlet..."



Sığınmacılar İçin "Karabük Yuvam Oldu..."



BU HAFTA ÇOK OKUNANLAR

Ankara'da otobüs beklerken hain saldırıda hayatını kaybeden

2. TURHALDAN YÜKSELEN AĞITLAR...

3. Erbaa'da Trafik Kazası: 1 Ölü

4. Tokat'ta Paralel Yapı Operasyonunda...

5. O VAHŞETİN SORUMLUSU ZİLE BELEDİYESİ...

BU HAFTA ÇOK YORUMLANANLAR

Tokat'ın Erbaa ilçesinde 150 yataklı devlet hastanesinin yapımı...

2. Tokatlı Genç, Ablasını Ziyarete...

3. Tokat Özel İdareye "Alevi..."

4. Ballica Mağarasına Giden Yol Çalışmasında...

5. Tokat'ta Kooperatif Binası İçin...

POPÜLER GALERİLER

YAZARLAR

Asabi İhtiyar AK PARTİ'DE KILIÇLAR ÇEKİLİYOR MU?

KISA BİR REİS YAZISI...

Cemal İncesoyluer Font Fu Aslan...

SON DAKİKA

Dev Kayanın Yola Düşme Tehlikesi Korkutuyor

O AİLENİN ÖDÜL ÇÖZÜMÜ DE, DERTLERİ KADAR YÜREK BURKTU

Erbaa'da Liseler Arası Futbol Turnuvasında Sonuçlar Belli Oldu

Erbaa Belediyesinden, Ev Yaptırmak İsteyen Fakat İmkani Olmayanlara...

Ballica Mağarasına Giden Yol Çalışmasında Son Durum

NAMAZ VAKİTLERİ

İmsak 03:57 Güneş 05:35 Öğle 11:52 İkindi 15:15 Akşam 17:52 Yatsı 19:18

SEN DE YAZ

Düşüncelerinizi bizimle paylaşın.

Ziyaretçi Defteri

ANKET

YENİ YÜZÜMÜZÜ NASIL BULDUNUZ?

İYİ

ÇOK İYİ

DAHA İYİ OLABILİRDİ

ESKİŞİ DAHA İYİYDİ

Oy Kullan **Sonuçlar**

SON YORUMLAR

Erbaa Gençlik Merkezi olarak Erbaa dışına...

Erbaa Gençlik Merkezi kültürel, sanatsal,...

Adamlar niye yatırım yapısın ki. Görmüyomusunuz...

çok doğru bir tespit yapılmış tebrik...

evet erbaada bu bahar farklı bir baharla...

Tokat'tan HABER

Tokat'tan 2.241 beğenme **Tokat Haber** Sız bilin **Paylaş**

KARİKATÜRLER

Bana hemen Erbaa'nın doğal gaz vanasını gösterin

E-GAZETE

SAYFALAR

TOKAT FIKRALARI

TOKAT (İL) DENİNCE AKLA

ARŞİV

16 Mart 2016 Ara