

B Make your things awesome. {wrap}bootstrap

SON DAKİKA BİR ACI HABER DAHA ! ŞEHİT SAYISI 2'YE YÜKSELDİ

3 YEREL HABERLER

Istanbul Haberleri

İlçeler

Diğer İller

Sitene Ekle

PSİKOLOG TUBA BOZADA: "ÇOCUKLAR AİKİDO İLE HAYATLA UYUM YAKALAR"

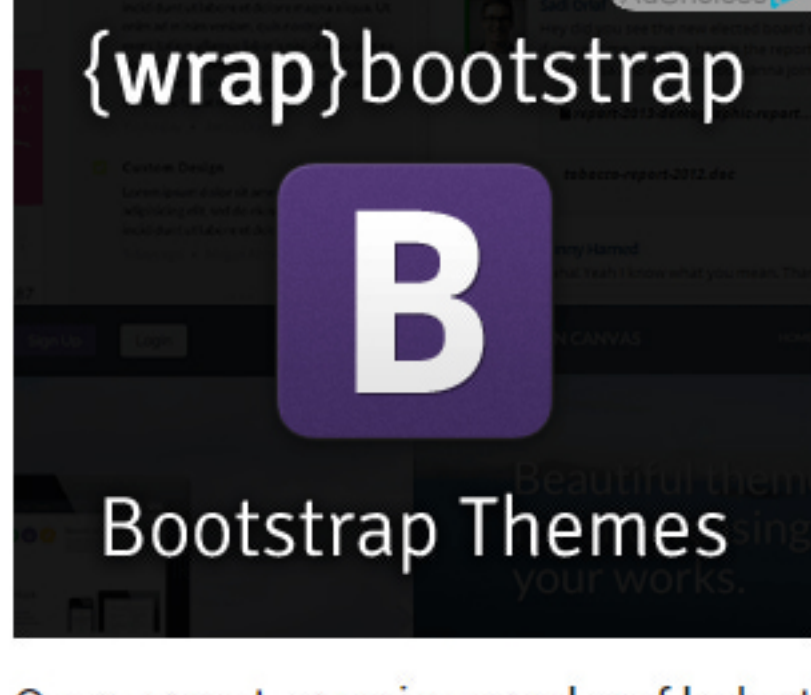


Psikolog Tuba Bozada, aikidonun çocukların gelişiminde önemli olduğunu belirterek, "Çocuklar aikido ile bir yandan hayatla uyum yakalar, bir yandan enerjisini..."

Güncel » Diğer » 07.03.2016 12:23

Paylaş Tweetle Paylaş Yorum

Haberi yazdır Arkadaşına gönder - A +



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.

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 söylerken, aikido ile hem spor hem de sanat yapabileceklerinin altını çizdi.

"AİKİDO 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.

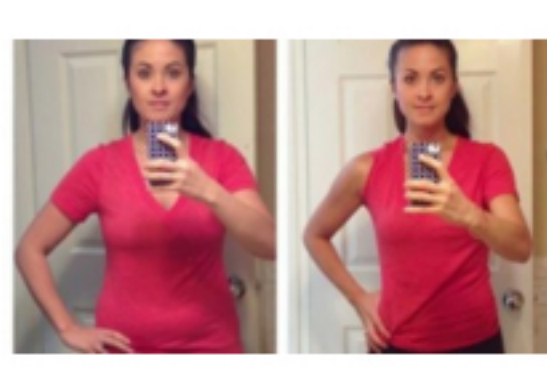
"3 YAŞINDAN İTİBAREN AİKİDO YAPILABİLİR"

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.

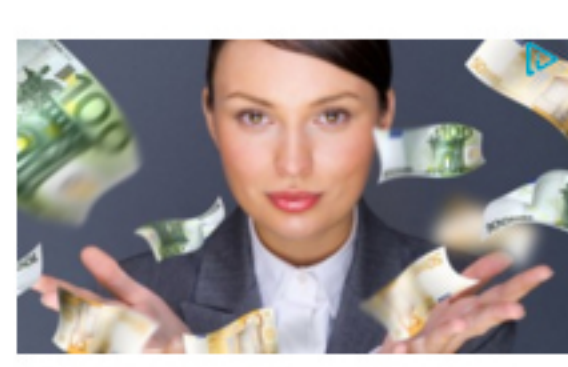
IHA



Altın Rekora Doymuyor! Altın'ın Hareketliliği Fırsata Ç...



Gojiberry Meyvesi Çileği Kilo vermek, zayıflamak iste...



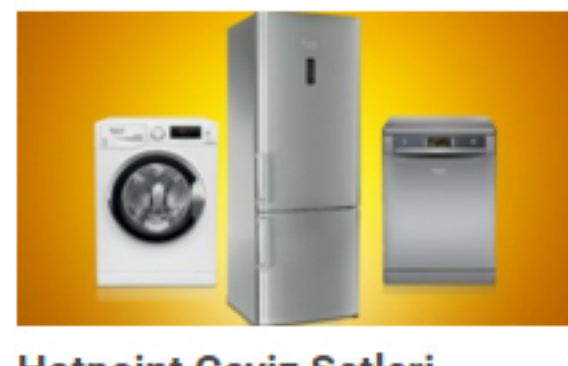
Yeni başlayanlara Forex PrimeTrade yatırımcılarına ü...



Para Kazanmanın Yeni Yolu Aylık gelirinizden memnun d...



Günde 300 TL kazanın Artık ayda çevrimiçi 6,000 T...



Hotpoint Çeyiz Setleri Hotpoint Çeyiz Setleri 3199 ...

Buraya reklam verin.

LIGATUS

Haber3 Android ve iPhone'larda... Hemen indirin!

Facebook'ta Paylaş Tweetle Google+da Paylaş LinkedIn Pinle

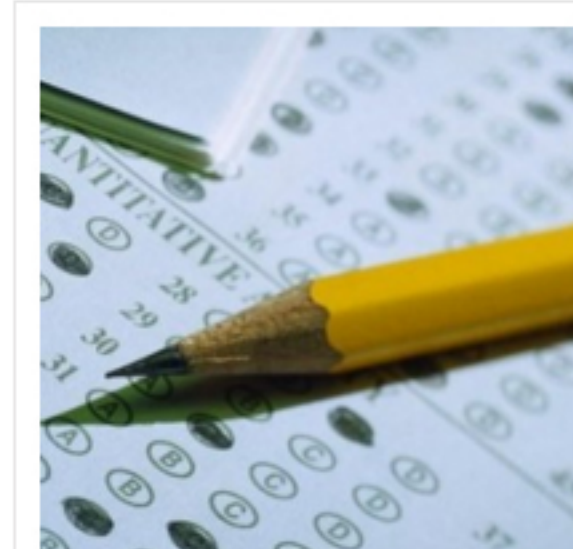


0 Yorum Sırala: En Eski

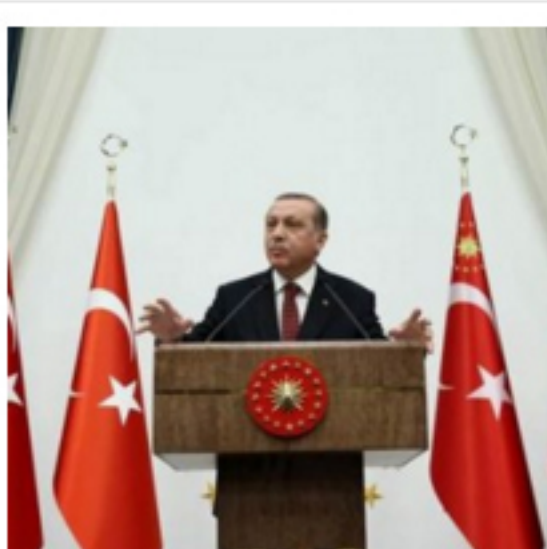
Yorum ekle...

Facebook Comments Plugin

Bu haberi okuyanlar bunları da okudu



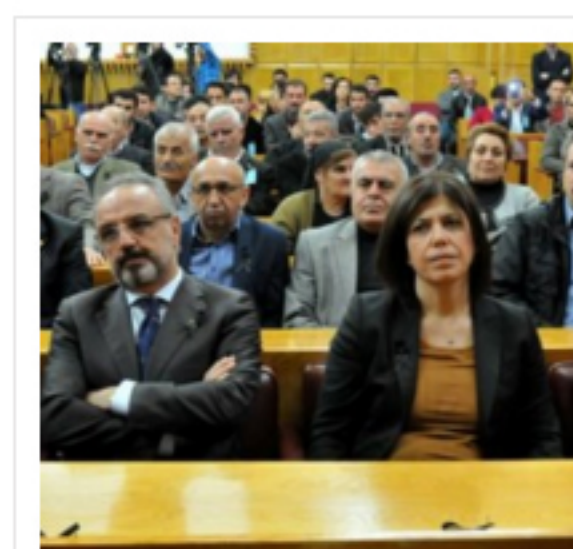
2016 YGS Matematik soruları yorumları neler?



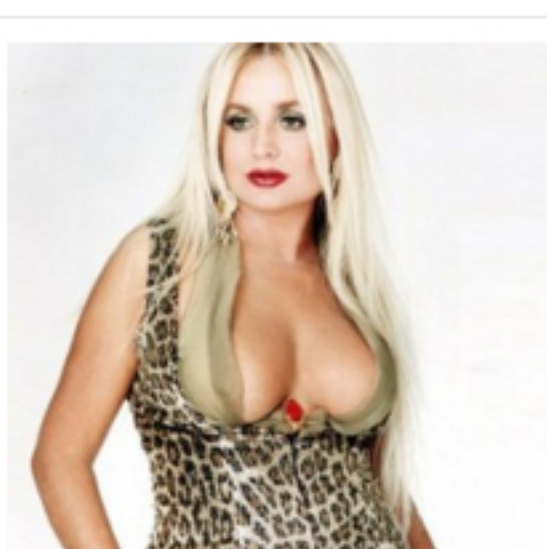
Erdoğan'ın o sözleri dünya gündemine bomba gibi düştü



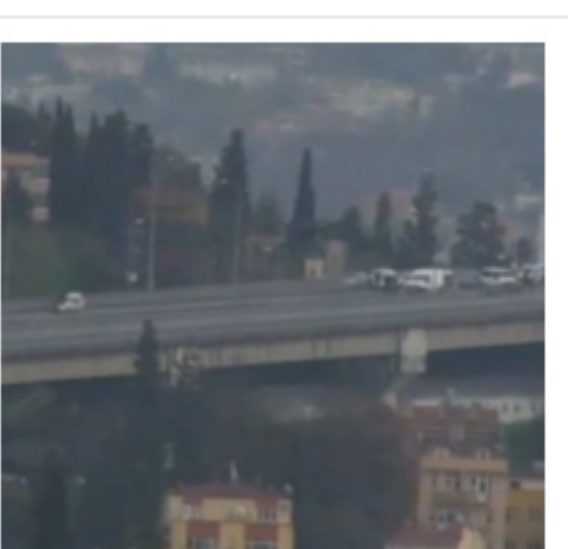
MARDİN'DE YOĞUN ÇATIŞMA ! TOP ATIŞLARIYLA



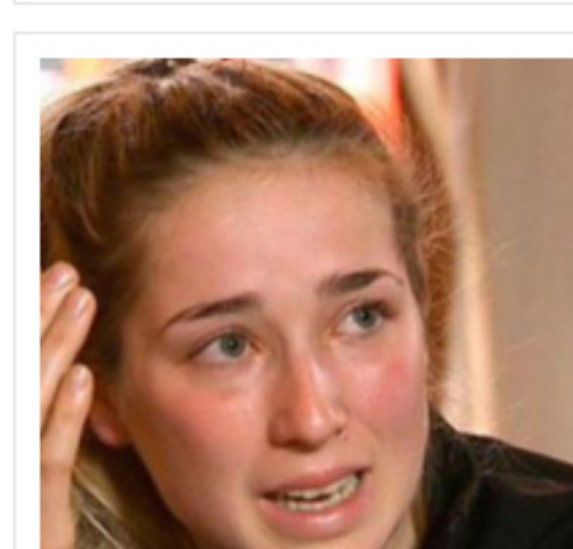
HDP'den bir ilk ! Ankara saldırısını kınadılar



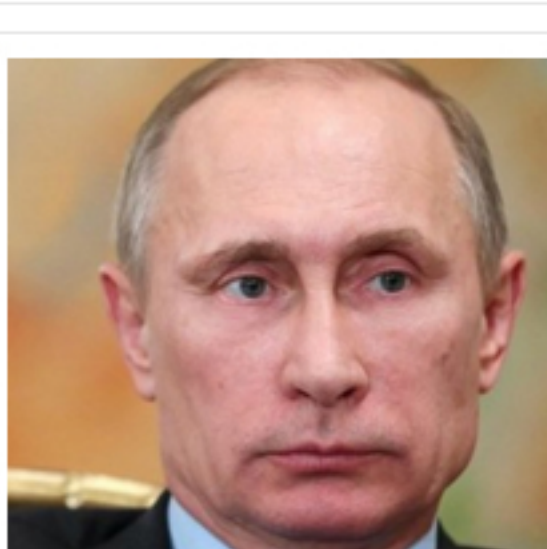
Remka Rebronja kim biliyor musunuz?



BOĞAZIÇI KÖPRÜSÜ'NDE BOMBA ALARMI



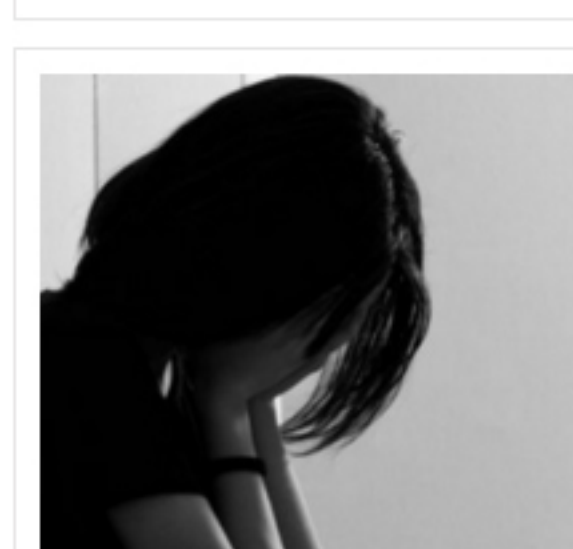
Dünyanın en büyük sahtekarlığını yaptı !



Rus rublesini petrol çarptı !



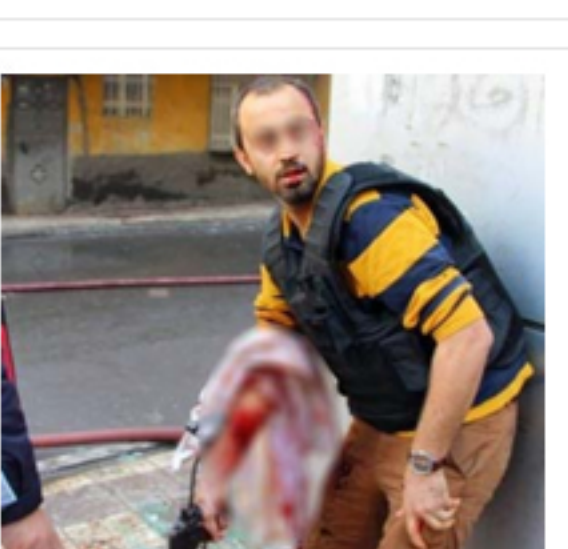
İkinci teröristin cesedi niye parçalanmadı ?



13 yaşındaki kızı arabasına bindirip...



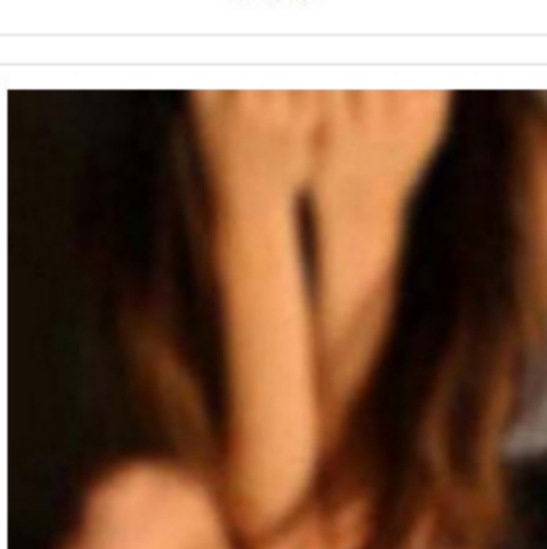
PKK Irak'a geçiş koridoru istedi



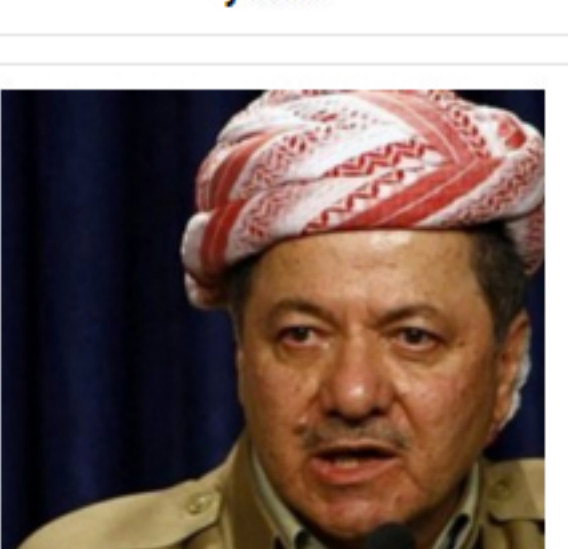
Diyarbakır kartışı: 3'ü polis 6 yaralı



Aile faciası ! 25 yıllık polis memuru dehşet saçtı

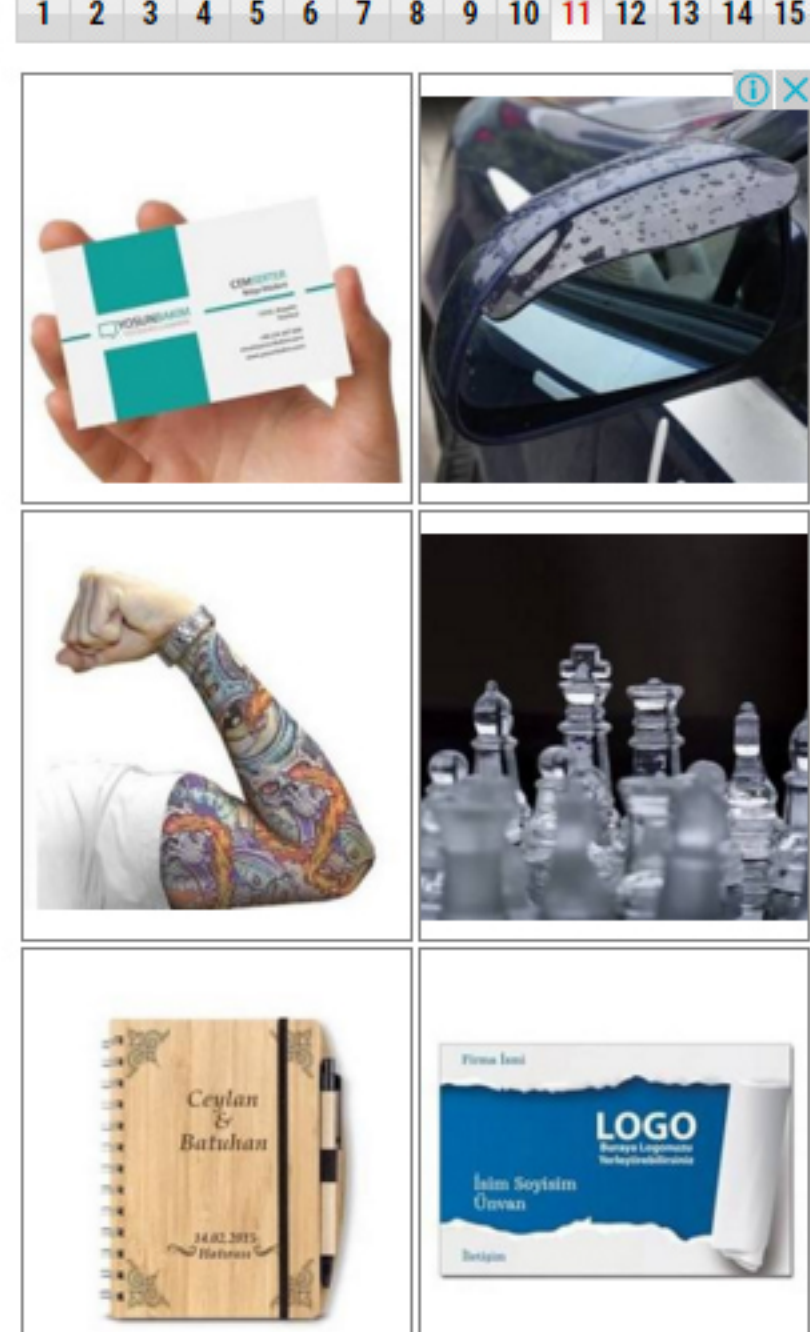


Sosyal medyada çocuklara iğrenç tuzak !



Barzani: Ankara saldırısının ardından PKK çıkarsa..

İlginizi Çekebilir



BuldumBuldum.com



İkinci teröristin cesedi niye parçalanmadı ?

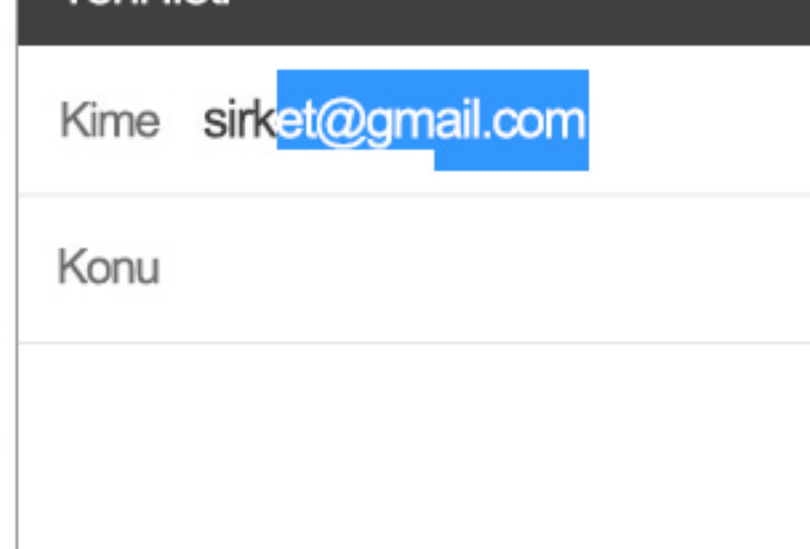


Batman'da PKK'lı kadın intihar etti



Dolaptaki erkek atleti cinsel istismarı ortaya çıkardı

Yeni İleti Kime sirket@gmail.com Konu



İşte Cumhurbaşkanı'nın yeni başdanışmanı...



Aylin Kotil CHP'den istifa etti



"Rusya, Esad'ı gözden çıkardı"



9 yaşındaki yeğenini taciz eden amcaya 23 yıl



Afyon'u karıştıran ses kaydı !



Avrupa'dan Erdoğan'ı kızdıracak talep !

