

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

Ana Sayfa » Güncel

07.03.2016 12:23

Yorumlar E-posta Yazdır

- A | A +



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

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 gerektiğini 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 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.

Kaynak: 

Bu haber toplam 33 defa okunmuştur

Beğen 56 Milyon Takip et Beğen 0

Facebook'ta Paylaş Tweetle Google+'da Paylaş LinkedIn

Yorumlar 0

Facebook Yorumları 0

Yorumunuz

Adınız

GÖNDER

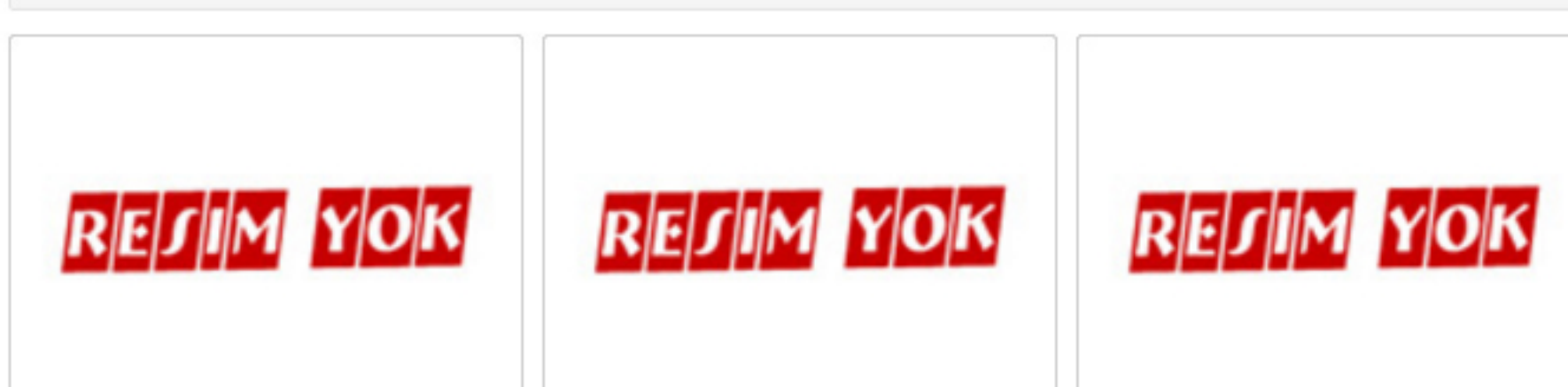
UYARI: Küfür, hakaret, rencide edici cümleler veya imalar, inançlara saldırı içeren, imla kuralları ile yazılmamış, Türkçe karakter kullanılmayan ve büyük harflerle yazılmış yorumlar onaylanmamaktadır.

Bu habere henüz yorum eklenmemiştir.

SON EKLENEN GALERİLER



Diğer Haberler



Sağlık Bakanlığı'ndan Ankara'daki Yaralılarla İlgili Açıklama

Sağlık Bakanlığı, Ankara'daki hain saldırıda yaralanan, 9'u yoğun bakım

Başkent'te Nevruz Kutlamalarına İzin Çıkmadı

Ankara Valiliği, Nevruz'da toplantı ve gösteri yürüyüşlerine izin

Gökhan Zan'ın Yengesi Türkiye'ye Giremedi

Ünlü futbolcu Gökhan Zan'ın yengesinin, vize ihlali yaptığı



Sayıştay Eski Üyesi Acar: "Denetimsiz Devlet Düşünülemez"

Bartın Üniversitesi'nde bir konferans veren Sayıştay eski Üyesi Abdurrahman



Sığınmacılar İçin 'Karabük Yuvam Oldu' Projesi Tanıtıldı

Karabük Bereket Eğitim, Kültür ve Yardımlaşma Derneği tarafından Irak,

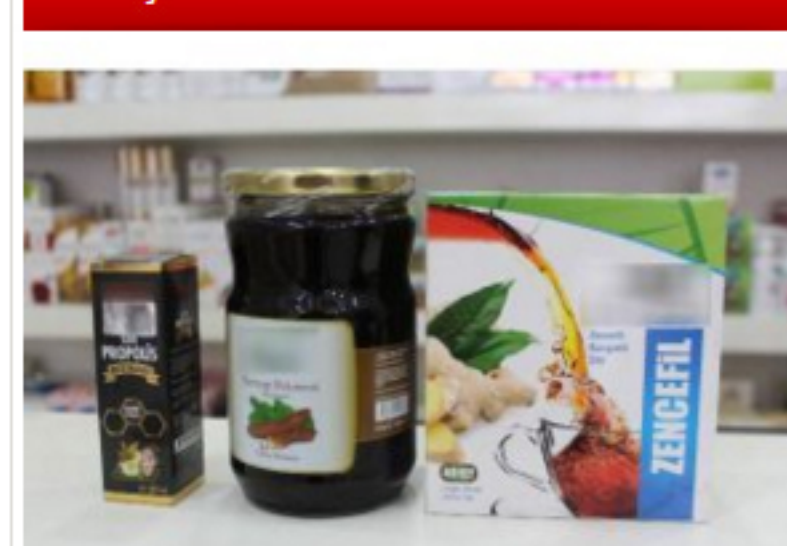


Bakan Bozkır'dan Ozancan'ın Ailesine Taziye Ziyareti

Avrupa Birliği Bakanı ve Başmüzakereci Volkan Bozkır, Ankara'daki terör

- Din Dersi Davasında Karar 16 Mart 2016 Çarşamba 18:28
- Isparta Cumhuriyet Başsavcısından "İtibar Etmeyin" Çağrısı 16 Mart 2016 Çarşamba 18:28
- Şehidin Memleketi Söğüt'te Giyabi Cenaze Namazı Kılındı 16 Mart 2016 Çarşamba 18:23
- Avrupa Şampiyonu Güreşçi Toprağa Verildi 16 Mart 2016 Çarşamba 18:08
- Terör Saldırısından Yaralı Kurtulan Kahraman Şoför Olay Anını Anlattı 16 Mart 2016 Çarşamba 18:03
- Karslı: "Örgüt Halk Desteğini Kaybedince Sivillere Saldırdı" 16 Mart 2016 Çarşamba 17:53
- Edirne Hakkında Tweet Atan 'O Yazara' CHP'li Başkandan Cevap Gecikmedi 16 Mart 2016
- Kalp Krizi Geçiren Kıbrıs Gazisi Son Yolculuğuna Uğurlandı 16 Mart 2016 Çarşamba 17:43
- Türk Hekimleri Bilgi Ve Becerilerini Azeri Hekimlerle Paylaştı 16 Mart 2016 Çarşamba 17:33
- Film İzler Gibi Çatışma İzlediler 16 Mart 2016 Çarşamba 17:08

ÖNE ÇIKANLAR



Ordulular Kış Aylarında En Çok

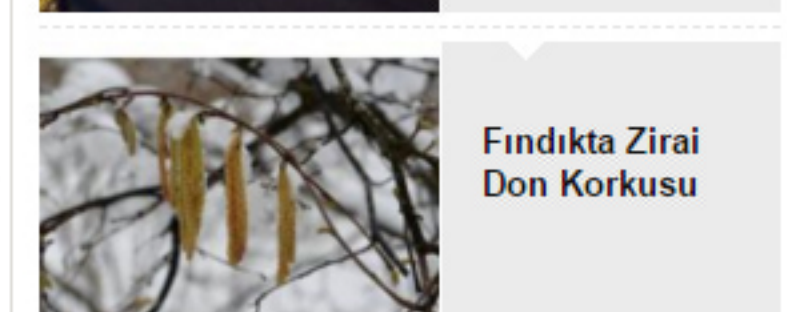
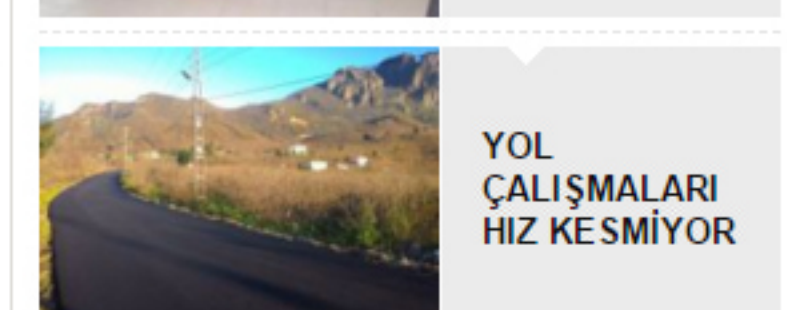
3/20

FOTO GALERİ



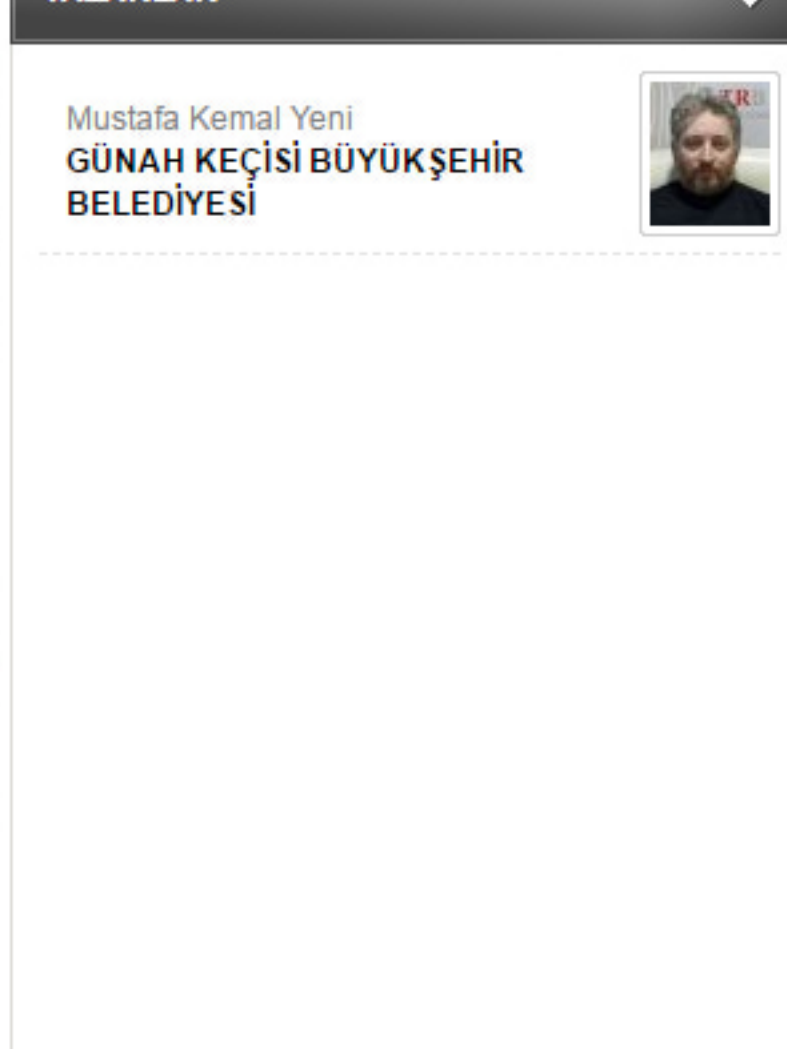
1 2 3 4 5 6 7 8

ÇOK OKUNANLAR



DÜN | BU HAFTA | BU AY

YAZARLAR



VİDEO GALERİ



1 2 3 4 5 6 7 8