

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

Ana Sayfa » GÜNDEM 07.03.2016 12:28



**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.**

**Destek FX Güçlü Analiz »**  
WhatsApp Üzerinden Analiz Desteği  
5/24 Kesintisiz Hizmet Hemen Başvur

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 kumaz gibidir. Onu nasıl kesip, biçtiğimize çok dikkat etmeliyiz. Her çocuk, küçük insandır. Yetişmeye aday bir bireydir. Ruhu, bedeni, zihni uyum içinde yaşadıkları süreçte parlayacak bir 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 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 başarıları 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 yaşitları ile ders yapmaya başlarlar. Bu onlar için bağımsızlık, sosyalleşme, kendini bulma, ifade etme fırsatıdır" dedi.

Beğen 22 Bin | Takip et | Facebook'ta Paylaş | Tweetle | Google+'da Paylaş | LinkedIn

Hi-Level 4GB 1066MHz DDR3 Notebook... 72,09 TL ~~112,91 TL~~ Avantajlı Fiyatlarla Burada. Tükenmeden Hemen Alın!

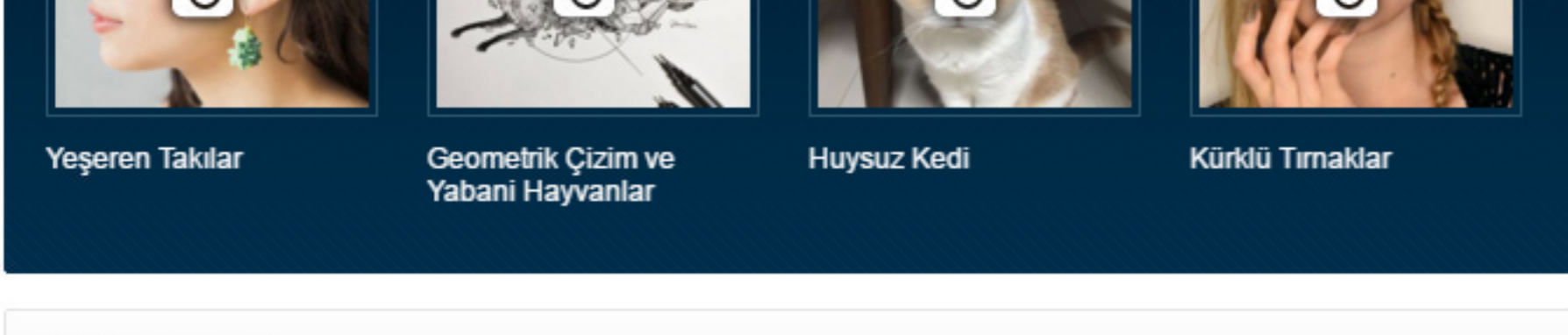
Yorumlar 0 | Facebook Yorumları 0

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



### Diğere 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

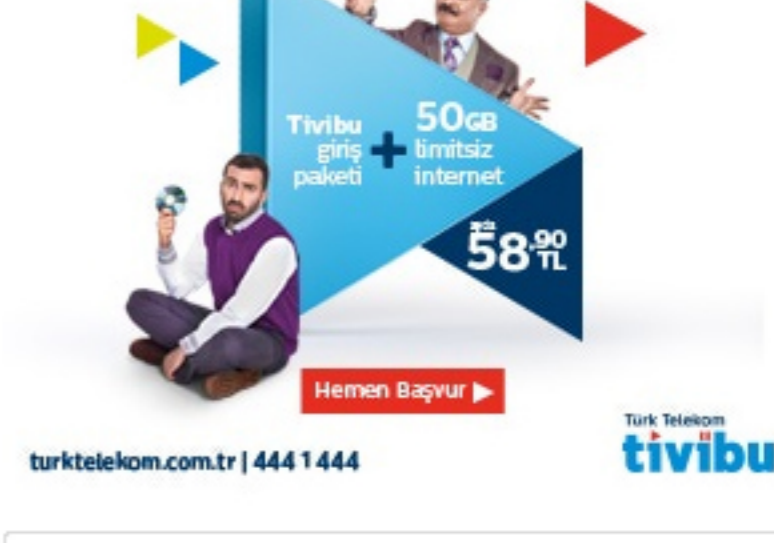
**Sayıştay Eski Üyesi Acar: "Denetimsiz Devlet Düşünülemez"**  
Bartın Üniversitesi'nde bir konferans veren Sayıştay eski Üyesi Abdurrahman

**Sığınmacılar İçin 'Karabük Yuvam Oldu' Projesi Tanıtıldı**  
Karabük Bereket Eğitim, Kültür ve Yardımlaşma Derneği tarafından Irak,

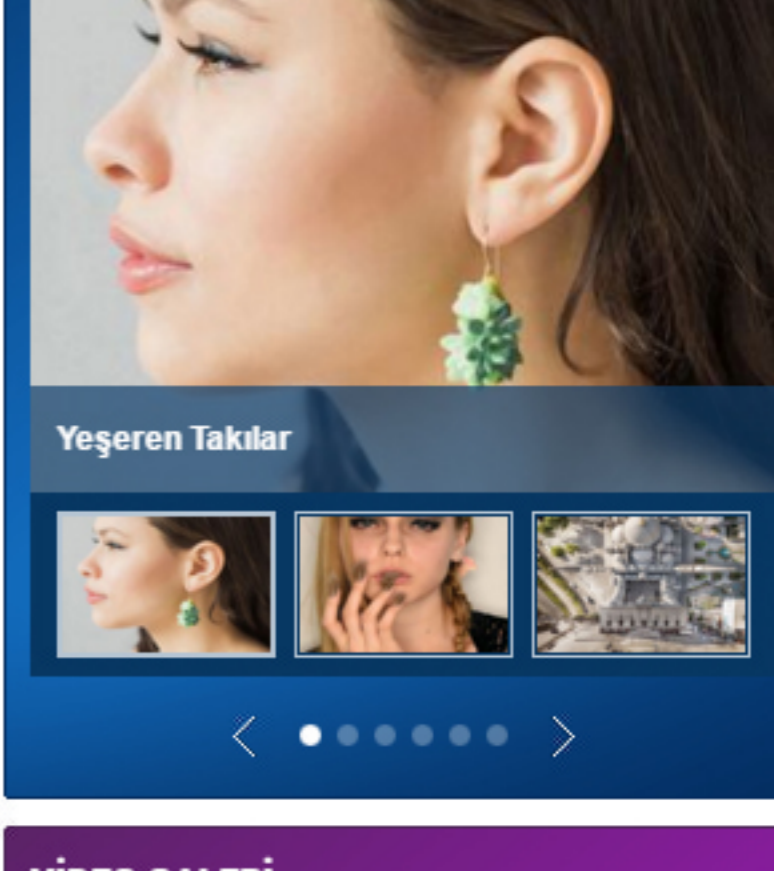
**Bakan Bozkır'dan Ozancan'ın Ailesine Taziye Ziyareti**  
Avrupa Birliği Bakanı ve Başmüzakereci Volkan Bozkır, Ankara'daki terör

- Din Dersi Davasında Karar 16 Mart 2016 Çarşamba 18:33
- Isparta Cumhuriyet Başsavcısından "İtibar Etmeyin" Çağrısı 16 Mart 2016 Çarşamba 18:33
- Şehidin Memleketi Soğut'te Giyabi Cenaze Namazı Kılındı 16 Mart 2016 Çarşamba 18:28
- Avrupa Şampiyonu Güreşçi Toprağa Verildi 16 Mart 2016 Çarşamba 18:13
- Terör Saldırısından Yaralı Kurtulan Kahraman Şoför Olay Anını Anlattı 16 Mart 2016 Çarşamba 18:08
- Karslı: "Örgüt Halk Desteğini Kaybedince Sivillere Saldırdı" 16 Mart 2016 Çarşamba 17:58
- Edirne Hakkında Tweet Atan 'O Yazara' CHP'li Başkandan Cevap Gecikmedi
- Yaralı Dağ Keçisine Belediye Sahip Çıktı 16 Mart 2016 Çarşamba 17:53
- Kalp Krizi Geçiren Kıbrıs Gazisi Son Yolculuğuna Uğurlandı 16 Mart 2016 Çarşamba 17:48
- Türk Hekimleri Bilgi Ve Becerilerini Azeri Hekimlerle Paylaştı 16 Mart 2016 Çarşamba 17:38

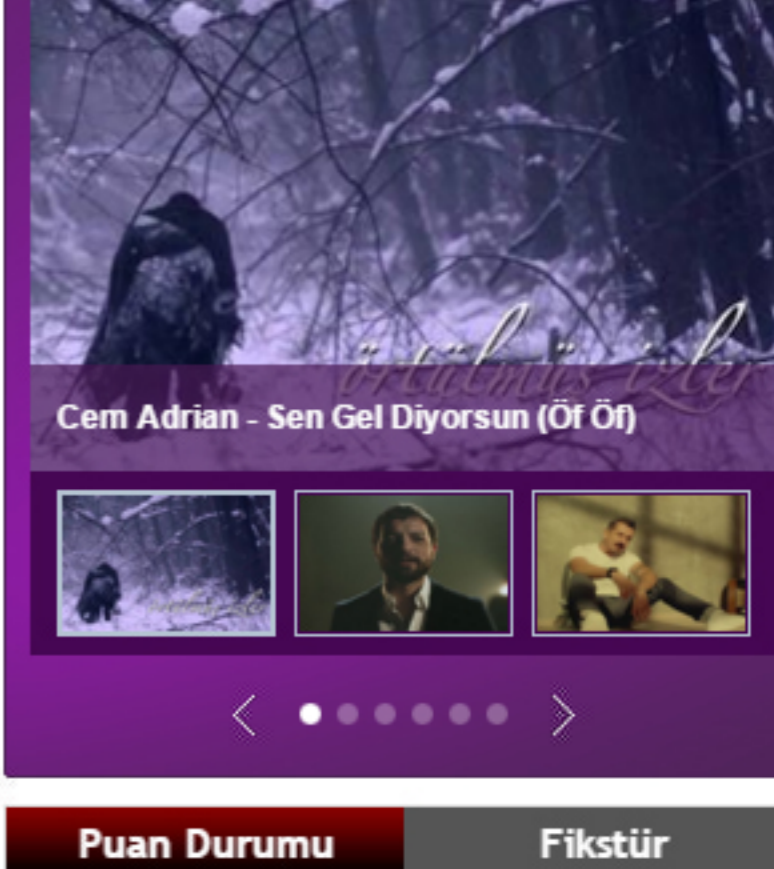
### Tivibu keyfi ve limitsiz internet bir arada Türk Telekom'da.



### FOTO GALERİ



### VIDEO GALERİ



### Puan Durumu

Takım	O	G	B	M	P
1 Beşiktaş	25	19	3	3	60
2 Fenerbahçe	25	18	5	2	59
3 Torku Konyaspor	25	13	7	5	46
4 Medipol Başakşehir	25	11	7	7	40
5 Galatasaray	25	10	9	6	39
6 Akhisar Belediyespor	25	10	8	7	38
7 Kasımpaşa	25	10	7	8	37
8 Osmanlıspor FK	25	10	6	9	36
9 Gençlerbirliği	25	9	5	11	32
10 Bursaspor	25	10	2	13	32
11 Antalyaspor	25	8	7	10	31
12 Gaziantepspor	25	8	7	10	31
13 Trabzonspor	25	9	3	13	30
14 Çaykur Rizespor	25	7	7	11	28
15 Kayserispor	25	5	8	12	23
16 Medicana Sivasspor	25	4	9	12	21
17 Mersin İdmanyurdu	25	5	5	15	20
18 Eskişehirspor	25	5	3	17	18

Konya için namaz vakitleri

İmsak	Güneş	Öğle	İkinci	Akşam	Yatsı
04:31	05:53	12:06	15:26	18:06	19:21

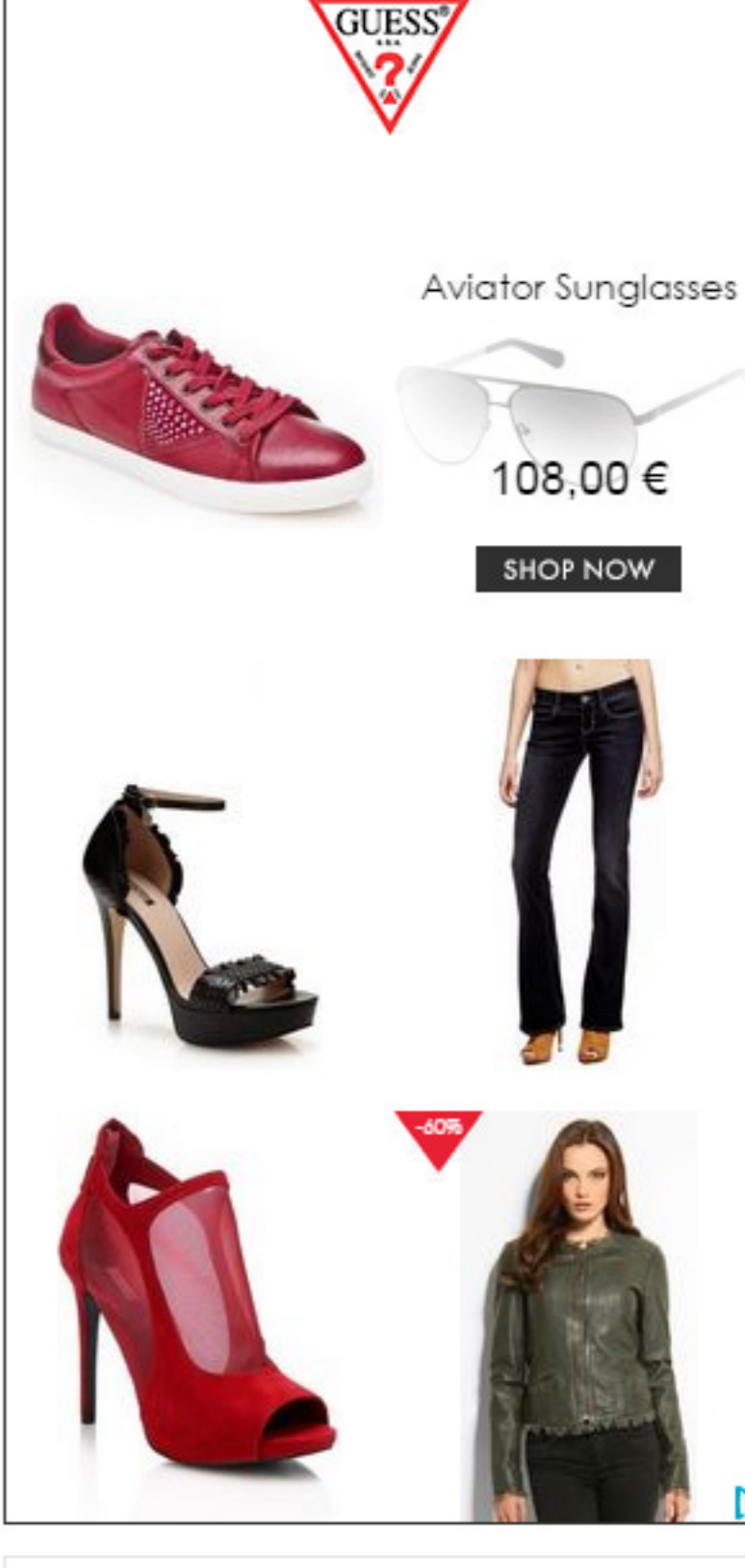
### SON DAKİKA HABERLER

- 20:03 - MHP'li Belediye Başkanı Partisinden İhraç
- 20:03 - Dışişleri Bakanlığı'ndan Pakistan'a
- 20:03 - Sağlık Bakanlığı'ndan Ankara'daki
- 20:03 - Başkent'te Nevruz Kutlamalarına İzin
- 20:03 - Bilecik Cumhuriyet Savcılığında "Şüpheli
- 20:03 - İnşaat Alanında Göçük: 4 Yaralı
- 19:58 - Gökhan Zan'ın Yengesi Türkiye'ye
- 19:58 - Türkiye'nin Üçüncü Büyük Mağarası
- 19:53 - Uşak Belediye Başkan Yardımcısı Ergün
- 19:53 - AK Parti'li Vekillerden Banaz Ziyareti
- 19:48 - DBP Eşbaşkanı Tutuklandı
- 19:33 - Söğüt'lü Şehit Esmir İçin Osmanelli'de
- 19:33 - Ünal Demirtaş, Vali Kaban'ı Ziyaret Etti
- 19:23 - Karşıyaka'da Son Karar Tolunguç
- 19:23 - Bursaspor 7 Eksikle Çalıştı

### ÇOK OKUNANLAR

- Aşırı Hız Yine Ölüm Getirdi
- Eskişehir'de Trafik Kazası: 1 Ölü, 1'i Ağır 2 Yaralı
- Foça Gerenköyspor Gençlerle Yola Devam Ediyor
- "Öğrenciler AB'yi Öğreniyor"

### NÖBETÇİ ECZANELER



### İlginizi Çekebilir

2016'da Windows Tabletler Pazarnın Yarınsından

Tuğçe Kazaz'dan Ankara saldırısı ve 'Pamparça'

Avrupa'nın ilk 11'i'nde

2016 model Galaxy J5 ve J7 yeniden sızdırıldı