

FLAŞ HABER Şırnak'a yoğun askeri sevkiyat

Buradasınız: Ana Sayfa / GENEL

07 Mart 2016 Pazartesi 12:19 T- T+ A<sup>A</sup>

## 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 enerjiyi aktaracak doğru alanlar oluşturur" dedi.Okul, kurs,...



Beğen Paylaş 0 Facebook'ta Paylaş Tweetle Google+ Paylaş LinkedIn'de Paylaş

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 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.

### "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 yaşadıkları sürece parlayacak birer değerdir. Çocuklar aikido ile bir yandan hayatla uyum yakalar, bir yandan enerjisini arttırır 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 başarısı artar" şeklinde konuştu.

### "3 YAŞINDAN İTİBAREN AIKİDO YAPILABİLİR"

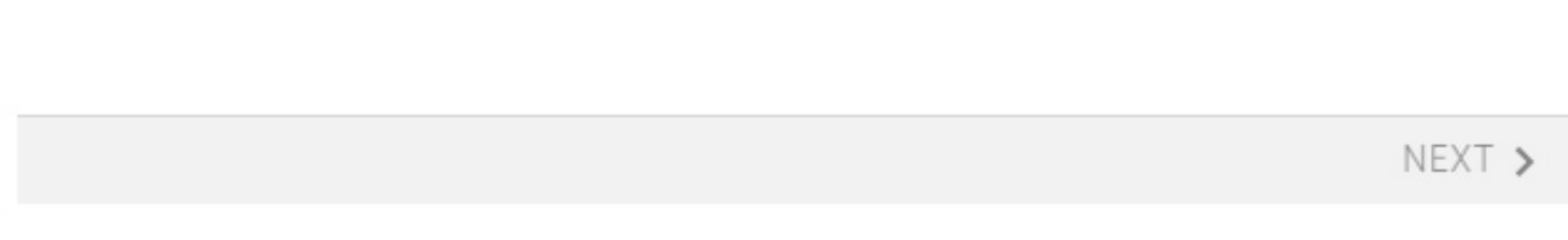
Aikimode Baş Eğitmeni 5. Dan Sensei Oğuzhan Ulvi Başkurt da en içine kapanık çocuktan, hiperaktif ya da öğrenme güçlüğü çeken çocuklara kadar hepsinin aikido ile kendilerini doğru ifade etmeyi, karşısındakine saygı duyarak saygı uyandırmayı öğrendiğini söyledi. Başkurt, "Çocuklar aikido yapmaya başladıklarında biz bunun oyun tarafını ön plana çıkarırız. Üç yaş grubu çocuklar anne - babaları ile derse girerler. 4 yaştan itibaren artık yaşlıları ile ders yapmaya başlarlar. Bu onlar için bağımsızlık, sosyalleşme, kendini bulma, ifade etme fırsatıdır" dedi.

Powered by Google



Beğen Paylaş 0 Facebook'ta Paylaş Tweetle Google+ Paylaş LinkedIn'de Paylaş

İlgili Galeriler



Anahtar Kelimeler

Yorum Gönder 0 Facebook Yorumları 0

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

Kalan Karakter: 1000

**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.

### İlgili Haberler



**İŞLETMENİZİN ONLINE DÜNYAYA KAPILARINI AÇMASI İÇİN**

**İHTİYACINIZ OLAN HERŞEY TEK PAKETTE**

**Öne Çıkan Haberler**

- Eşkiya Dünyaya Hükümdar Olmaz 28. Bölüm Fragmanı izle
- Kış Güneşi 5. Bölüm Fragmanı izle
- KIŞ GÜNEŞİ**
- Aşk Yeniden 47. Bölüm Fragmanı izle
- Kırgın Çiçekler 38. Bölüm Fragmanı izle

**48516** Beğeni **442** Takipçi

Facebook'ta Beğen Twitter'da Takip Et

### En Çok Okunan Haberler

- Nijerya'da Camide İntihar Saldırısı: 22 Ölü
- Foça Gerenköyspor Gençlerle Yola Devam Ediyor
- Yüksekova'da Gece Yarısı Barikat Operasyonu
- Mario Gomez Tarihe Geçti
- Atletico Madrid Çeyrek Finalde
- 16 Yaşındaki Genç Sevdiği Kızın Babasını Pompalı Tüfekte Öldürdü
- Hayırsever İşadamı Arslan Hayatını Kaybetti
- Araç Hırsızları Aracı Bırakıp Fırar Etti
- Başkentte Bomba Yüklü Araç Alarmı
- Yük Treniyle Minibüs Çarpıştı Şans Eseri Yaralanan Olmadı

### En Çok Yorumlanan Haberler

**Yazarlar**

### Son Dakika

- Ünlülerin uyuşturucu davasında karar çıktı
- Durankaya Çok Programlı Anadolu Lisesi Kütüphaneye...
- İntihar etmek isteyen eşini vurdu
- Trabzonspor Kap'a Bildirdi
- Ersun Yanal İddialara Cevap Verdi
- Suriye'nin Tacizine F-16'lı Cevap
- Suriye'de savaş suçu belgeleri.. **Sağlık Bakanlığı Sağlık Bakanığı, 9'u yoğun bakım Haberli Oku**
- Ak Parti'de Toplu İstifa
- Yer Altından Gelen ürkütücü Sesler Korkuttu
- Yavru Aslanı Evinde Büyüttü
- "türkiye Filistin Halkıyla Dayanışmasını Sürdürecektir"...
- İşte F.bahçe'nin Cezası
- Gül'den Flaş Hsyk Açıklaması
- Emrullah İşler'den Tir Açıklaması
- Tika Moştre Sağlık Merkezini Açtı
- 20 Ocak şehitleri Anıldı
- Borsa İlk Seansı Artıda Kapattı
- Toplum Sağlığı Konusunda Medyaya Uyarı
- Römorkör Tamamen Kaldırıldı
- Gürcistan Türk Gemisini Vurdu Mu?

**Anket** Tüm Anketler

**Yeni Sitemizi Nasıl Buldunuz?**

- Fena Değil
- Daha Güzel Olabilirdi
- Ben Daha İyisini Yapardım :)

