



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

Ana Sayfa » TÜRKİYE GÜNDEMİ » Güncel 07.03.2016 12:23



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.

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.

"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. Ruhu, bedenini, 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 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 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.

Beğen 2 Bin Takip et Beğen 0

Facebook'ta Paylaş Tweetle Google+'da Paylaş LinkedIn

Yorumlar 0

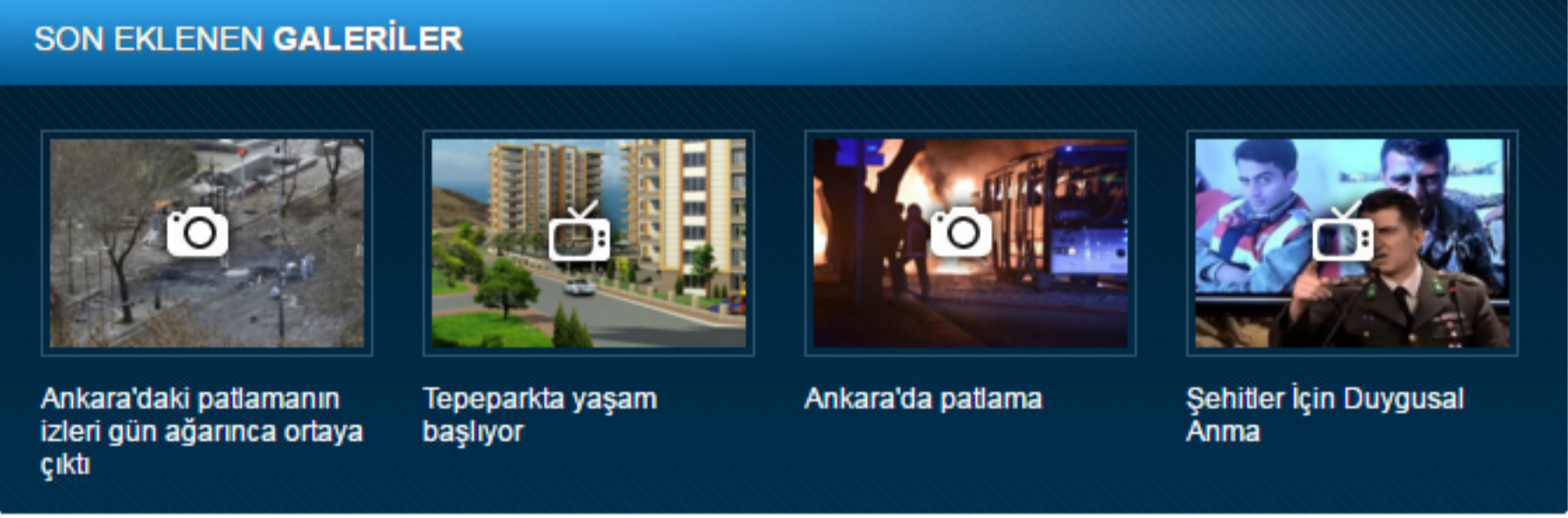
Yorumunuz

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.



Diğer Haberler



- Sayıştay Eski Üyesi Acar: "Denetimsiz Devlet Düşünülemez" Bartın Üniversitesi'nde bir konferans
- Stajınmacılar İçin 'Karabük Yuvam Oldu' Projesi Tanıtıldı Karabük Bereket Eğitim, Kültür ve
- Bakan Bozkır'dan Ozancan'ın Ailesine Taziye Ziyareti Avrupa Birliği Bakanı ve Başmüzakereci
- 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 Çarşamba
- 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

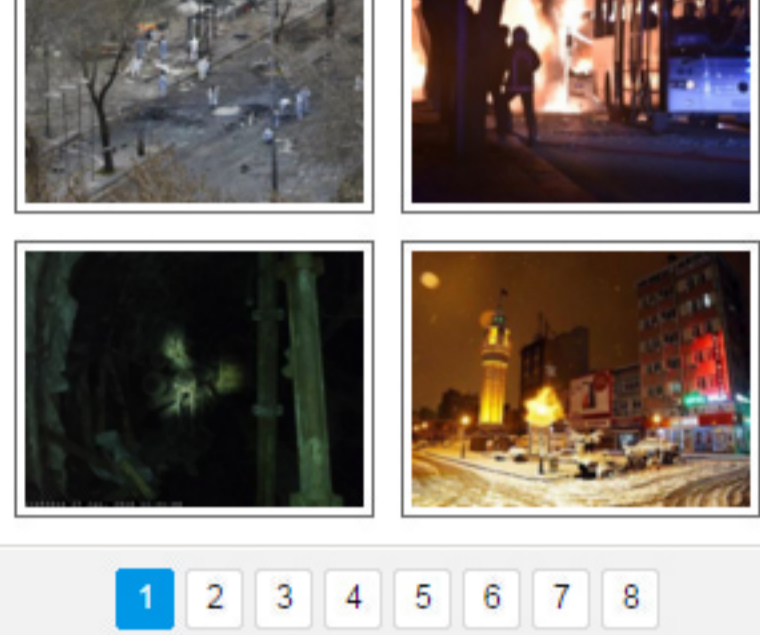
ÖNE ÇIKANLAR



Ardahan'da Kar Yağışı

5/20

FOTO GALERİ



ÇOK OKUNANLAR

- Nusaybin'de Trafik Kazasında Şehit Olan Polisin
 - "Trafik Sigortası Primlerinin Hızla
 - Cumhurbaşkanı Erdoğan'dan Hollandalı Taraftarlara Sert
 - Başkentte Bomba Yüklü Araç Alarmı
- DÜN | BU HAFTA | BU AY

ticimax

Size Özel Fiyatlarla Bugün Satışlara Başlayın!

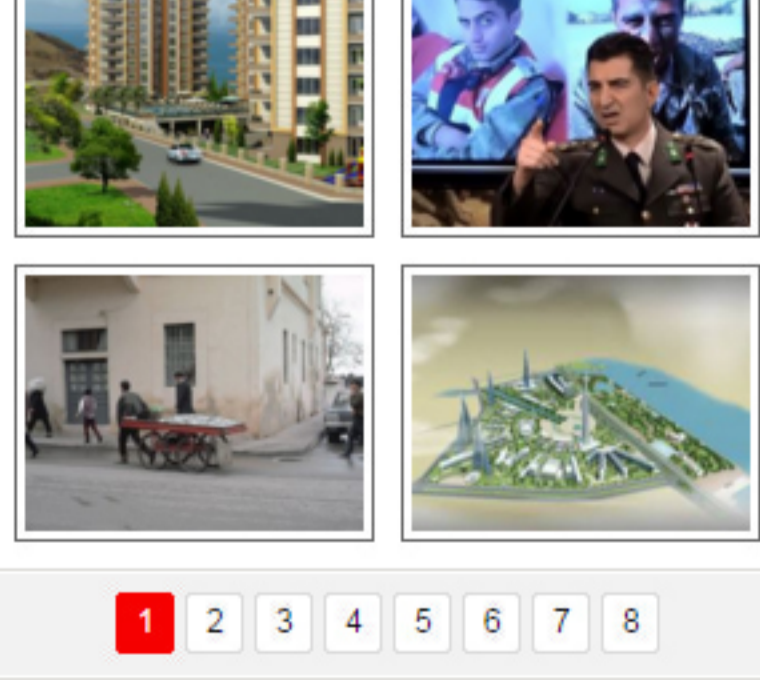
http://

ÖZEL URL TANIMLAMA

YAZARLAR

- EMİN ÖZTÜRK İYİ BÖYLE...
- ALİ ONUR ŞAHİNOĞLU Birleştirten Tartışmalar
- NAMİ CEM İYİGÜN SOVYET YARDIMI DEĞİL, TÜRK 'ÜN TÜRK'E YARDIMI
- İBRAHİM ALAÇAMLI BAFRA SPOR'DA FUTBOLCULAR KULUBÜ TERK ETTİ
- FEDAYİ AKSOY Final tamam...

VIDEO GALERİ



RESMİ İLAN

Basın İlan Kurumu

16 MART 2016 RESMİ İLAN

16 MART 2016 RESMİ İLAN

Yeni İleti

Kime sirket@gmail.com