

<b>F001</b>	<b>子どもの発達とマインドフルネス・ヨーガ遊び (生活と福祉)</b>		
英名科目名	Child development based on mindfulness yoga		
大学名	京都西山短期大学		
連絡先	教学課 TEL075-951-0023 FAX075-954-1637		
担当教員	伊藤 華野		
開講期間	2021年08月26日(木)～2021年08月28日(土) 1～5講時 09時00分～17時50分		
開講形態	夏期集中	開講曜日・講時	
単位数	2	履修年次	
会場	キャンパスプラザ京都、他		
授業定員	45		
単位互換生定員	40	京カレッジ生定員	5
試験・評価方法	実技への参加と発表およびレポートの提出。		
超過時の選考方法	書類選考		
受講料	20,000円		
別途負担費用			
その他特記事項	教科書は事前にお買い求めください。教科書代2300円+税。 大判バスタオル(ヨーガマットなど)ご持参ください。 8/26のみ対面授業(プラザ)、8/27・28は、zoomで実施(8/28は対面での参加も可)		
パッケージ科目			
低回生受講推奨科目			
<b>講義概要・到達目標</b>			
<p>本講義では胎児期～思春期に至る主な発達の特徴の理解とマインドフルネス・ヨーガ実技の修得を目的とする。子どもの発達には遊びが重視されるが、遊びとは本来、主体的意思に基づいた自由で目的の無い行為である。一方、ヨーガはインドに発祥を由来し、瞑想を目的とする実践哲学である。このうち現代人の健康法として広く活用されるハタ・ヨーガをマインドフルに実践し、子どもの保育・教育現場に導入する場合、ヨーガ遊びとしての展開は可能となるのであろうか。この講義では子どもの心身の発達を促す遊びとしてのヨーガの具体的実践方法を提案し、環境を通じた保育や教育的配慮のあり方について、受講生と共に考察していきたい。</p>			
<b>講義スケジュール</b>			
<p>第01回 子どもの発達とマインドフルネス・ヨーガ遊びについて  第02回 子どもと発達。ヨーガとは。マインドフルネスとは  第03回 ペアレントへのヨーガ遊び  第04回 胎児期の発達の特徴  第05回 医療と子どもヨーガの可能性  第06回 乳児期の発達の特徴  第07回 スキンシップ・ヨーガあそび実技  第08回 幼児期の発達の特徴  第09回 模倣遊びとヨーガ実技  第10回 福祉と子どもヨーガの可能性  第11回 児童期の発達の特徴  第12回 お話とヨーガ実技  第13回 思春期の発達の特徴  第14回 ストレスマネジメントとヨーガ実技  第15回 教育と子どもヨーガの可能</p>			
教科書	『はじめよう! キッズ・ヨーガ 親子で楽しいヨーガあそび』伊藤華野著 (KADOKAWA/エンターブレイン) 1,300円 『子どもとおとなのキレイな姿勢をつくる絵本ーおねんねまゝえにまねまねヨーガ』(増ページ改訂版) 伊藤華野著 (京都通信社のホームページからご購入ください) <a href="https://www.kyoto-info.com/shop/b-006/">https://www.kyoto-info.com/shop/b-006/</a> 1,000円		
参考書	佐保田鶴治 『ヨ-ガ根本教典』平河出版社		