

F001		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)	
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			
講義概要・到達目標			
<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>			
講義スケジュール			
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			
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-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) https://www.kyoto-info.com/shop/b-006/ 1,000円		
参考書	佐保田鶴治『ヨ-ガ根本教典』平河出版社		