

子どもたちの 「からだづくり」・ 「こころほぐし」



自分の体に
気づき、
子どもの体に
気づく!



商品番号: F3-S 販売価格: 12,000円+税(送料別) 全2巻・分売不可

楽しく体を動かし、多様な動きを経験する!
活動例を多数紹介!



このDVDでは、まず最近の子どもたちの様子から問題の背景を読み解き、子どもをみる視点や、からだづくりのための基本的なポイントを解説します。次に、楽しく体を動かす中で、軸を作り、覚醒レベルをあげることで、学びや日常生活の基本となる「からだ」をつくり、「こころ」をほぐす運動を紹介します。さらに、植田氏による姿勢改善メソッド「yogatレ®」の実演解説も収録しております。ご家族や指導者が子どもと一緒に取り組むことで、自分の体に気づき、子どもの体に気づくことに繋がります。

是非、楽しみながら実践していただければと思います。

※本DVDは、2017年9月に行われたセミナーを収録したものです。

中尾 繁樹

関西国際大学
教育学部教育福祉学科 教授

講師



植田 真由

株式会社yoga i.um 代表取締役



セミナー参加者の声(一部抜粋)

体と心がつながっていることを具体的に
教えていただくことができて良かったです。

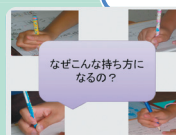
なぜこの動きがいいのか、
わかりやすく教えてもらい、
自分の体を動かしながら実感したので
納得できました。活動に意味づけ
出来たことがとても良かったです。

子どもたちの体の使い方、捉え方に
再度注目して、楽しめる支援内容を
工夫したいと思います。

F3-1

からだづくりの基本(80分)

- 「からだ」と「こころ」
- 自分の体に気づく
- 最近の子どもたちの様子
- 子どもの何を見るのか
- からだづくりの基本的なポイント
- 不器用さの原因
- 遊びや日常生活の中での
からだづくり



なぜこんな持ち方になるの?

F3-2

からだづくり・ こころほぐしの実践(89分)

- yogatレ®
 - ねらい ●姿勢チェック ●リセット
 - インナーメイク ●インプット ●まとめ
- 「学習に向かうことができる体」とは
- からだづくり・こころほぐしの運動遊び
- 手を通して伝える・感じる・とけあう
- おわりに

