

1. 科目名 ( 単位数 )	子どもと健康 ( 2 単位 )	3. 科目番号							
2. 授業担当教員	濱野ゆうり								
4. 授業形態	講義・演習	5. 開講学期	春期						
6. 履修条件・他科目との関係	保育内容「健康」・子どもの健康と安全 と関連性があり、相互に理解することで学びが深まる。								
7. 講義概要	<p>本授業では、領域「健康」の指導に関する、乳幼児の心身の発達、基本的な生活習慣、安全な生活、運動発達などの専門的事項についての知識を身に付ける。具体的には、</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>① 乳幼児期の健康課題と健康の発達の意味</li> <li>② 乳幼児期の体の諸機能の発達と生活習慣の形成</li> <li>③ 安全な生活と怪我や病気の予防</li> <li>④ 乳幼児期の運動発達の特徴と意義</li> </ol> <p>これらの事項について理解する。</p>								
8. 学習目標	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) 乳幼児の心と体、運動発達などの健康課題を説明できる。</li> <li>2) 健康の定義と乳幼児期の健康の意義を説明できる。</li> <li>3) 乳幼児の体の発達の特徴を説明できる。</li> <li>4) 乳幼児の基本的な生活習慣の形成とその意義を説明できる。</li> <li>5) 乳幼児の安全教育・健康管理に関する基本的な考え方を理解している。</li> <li>6) 乳幼児期の怪我の特徴や病気の予防について説明できる。</li> <li>7) 危険に関しリスクとハザードの違いと安全管理を理解している。</li> <li>8) 乳幼児期の運動発達の特徴を説明できる。</li> <li>9) 乳幼児期において多様な動きを獲得することの意義を理解している。</li> <li>10) 日常生活における乳幼児の動きの経験やその配慮など身体活動の在り方を説明できる。</li> </ol>								
9. アサシメント ( 宿題 ) 及びレポート課題	<p>【小テスト】・ 講義内容の振り返りを目的として、複数回、授業内に実施する。</p> <p>【課題レポート】・ 事前事後の学習課題は、必ず記録に残しておくこと。後日提出を求めることもある。</p> <p>【発表とグループワーク】・ 目的にあった運動遊びを考え実践する。( 詳細は、講義で指示する。 )</p>								
10. 教科書・参考書・教材	<p>【教科書】安部孝 他著「子どもの健康と遊びの科学 からだと心を育む術」講談社 2022</p> <p>【参考書】「保育所保育指針解説」平成 30 年 3 月厚生労働省編  「幼稚園教育要領」( 平成 29 年告示 ) 文部科学省「幼稚園教育要領解説」平成 30 年 3 月文部科学省  「幼保連携型認定こども園教育・保育要領解説」平成 30 年 3 月内閣府 / 文部科学省 / 厚生労働省  【WEB サイト】JSPO ( JapanSportsAssociation 「アクティブチャイルドプログラム」</p>								
11. 成績評価の規準と評定の方法	<p>○成績評価の規準</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 授業への参加態度(自分の意見を述べまた他の学生の意見をしっかり聴くこと)</li> <li>・ 毎時、分かりやすい表現・明瞭かつ論理的な振り返りのレポートを作成できたか。</li> <li>・ グループワーク及び発表を前向きにできたか。</li> </ul> <p>○評定の方法</p> <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 50%;">1, 授業への積極的参加態度</td> <td style="width: 50%;">50%</td> </tr> <tr> <td>2, 毎時の振り返りレポート</td> <td>30%</td> </tr> <tr> <td>3, 発表</td> <td>20%</td> </tr> </table> <p>なお、本学規定により、3/4 以上の出席が確認できない場合は単位の修得を認めない。  以上の結果を総合して評価をする。</p>			1, 授業への積極的参加態度	50%	2, 毎時の振り返りレポート	30%	3, 発表	20%
1, 授業への積極的参加態度	50%								
2, 毎時の振り返りレポート	30%								
3, 発表	20%								
12. 受講生へのメッセージ	<p>「子どもと健康」は、子ども達の健全な成長を支援するため、幼児の心身の発達・基本的な生活習慣・適正な身体活動の基準についての理論を学びます。そして、個々の子どもの現状にあわせた健康課題を解決できる保育者となるための基礎知識と技術を身につけていきます。子どもの命を守るために必要な知識を得るといふ危機感を持ち、授業に取り組んでいただきたいと考えています。授業を円滑に実施していくために以下の事に留意してください。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 授業には、事前学習・事後学習を行ってから参加しましょう。継続的に記録に残すため、専用の授業ノートを用意することが望ましい。毎時間点検し、提出を求めることがあります。</li> <li>・ グループでの検討や作業は、授業時間外の準備を怠らないことを望んでいます。この活動は、評定の方法の「授業への積極的な参加態度」に反映します。</li> <li>・ 模擬授業や実技の際には、運動にふさわしい服装 ( ジャージ、T シャツ等。ジーンズ禁止 ) で参加しましょう。</li> <li>・ 遅刻や欠席のないよう、自身の健康にも十分気をつけてください。</li> <li>・ 遅延の累積回数が多い場合には、遅延を認めない場合もあるため、注意してください。</li> <li>・ 授業中の私語、携帯電話の使用は、厳禁です。</li> </ul>								
13. オフィスアワー	授業内で周知します								
14. 授業展開及び授業内容									
講義日程	授業内容	学習課題							
第 1 回	子どもの健康とは何か ?	事前学習	自身にとって、「健康とは？」何かを考え、文章としてまとめてくる。授業ノート①						
		事後学習	領域「健康」の3つのねらい ( 教科書 p9 ) とねらいの変遷についてまとめる。授業ノート②						

第2回	からだと心の発育発達	事前学習	呼吸数や心拍数に関して、幼児と大人を比べた時の違いについて説明しなさい。授業ノート③
		事後学習	基本的な生活習慣を構成する5つの生活習慣とは何か？授業ノート④
第3回	発達段階ごとの特徴と重視すべき問題点 -子どもの生活習慣病- 実技試験I：リズム体操	事前学習	実技試験「リズム体操」の練習を行う。
		事後学習	現代の環境が子どもの生活習慣に及ぼす影響について自身の考えを600字でまとめる。授業ノート⑤
第4回	子どもの遊びと健康-1 -子どもの基本的動作の発達-	事前学習	「幼児期運動指針(2012)」(文部科学省)を印刷して持参する。
		事後学習	運動強度を表すメッツ法とはどのような方法なのか？教科書p35を参考にわかりやすくまとめる。授業ノート⑥
第5回	子どもの遊びと健康-2 -子どもの遊びと様々な環境-	事前学習	有酸素能力を示す指標について、教科書(p36)を参考に専門用語を使ってまとめる。授業ノート⑦
		事後学習	JSPO (JapanSportsAssociation 「アクティブチャイルドプログラム」 「指導者の方へ」)のWEBサイト「遊びのプログラム：運動遊び」の中から、自身が子ども達へ実践したい遊びを3つ選んで遊びの進め方や効果、分析や特徴をノートに写す。※図を記入すると良い。授業ノート⑧
第6回	子どもの遊びとメンタルヘルス -子どもの脳の発達-	事前学習	第5回の事後学習を深める。
		事後学習	教科書(p58)図6-3をノートに写す。また、子どもの脳の発達と影響する環境について理解したことをまとめる。授業ノート⑨
第7回	子どもの体力と基本的動作の発達	事前学習	体力とは？教科書(p81)図9-1体力の構成をノートに写し、理解を深める。授業ノート⑩
		事後学習	JSPO (JapanSportsAssociation 「アクティブチャイルドプログラム」 「指導者の方へ」)のWEBサイト「遊びのプログラム：伝承遊び(幼児期)」の中から、自身が子ども達へ実践したい遊びを3つ選んで遊びの進め方や効果、分析や特徴をノートに写す。※図を記入すると良い。授業ノート⑪
第8回	子どもの健康を維持するための生活スタイル-1 -基本的な生活習慣・スクリーンタイム-	事前学習	基本的な生活習慣を構成する5つの生活習慣について、教科書p22~を参考に、大切な要素についてまとめる。授業ノート⑫
		事後学習	スクリーンタイムが長時間になると、子どもの健康にどのような悪影響が見られるか？教科書p26.27, p58を参考にまとめなさい。授業ノート⑬
第9回	子どもの健康を維持するための生活スタイル-2 -食事の習慣・エネルギー収支バランス-	事前学習	「7つのこ食」とは何か？教科書p32を参考にまとめなさい。授業ノート⑭
		事後学習	7歳児(男児)と20~25歳(男性)に必要な1日の食事摂取基準を農林水産省による「食事バランスガイド」を参考に具体的なエネルギー量と適量の数値を調べなさい。授業ノート⑮
第10回	子どもの運動遊びの実践-1	事前学習	各グループで目的にあった運動遊びを考える。
		事後学習	運動遊びの実践について振り返りを記録する。授業ノート⑯
第11回	子どもの運動遊びの実践-2	事前学習	各グループ活動の準備を行う。
		事後学習	運動遊びの実践について振り返りを記録する。授業ノート⑰
第12回	子どもの運動遊びの実践-3	事前学習	グループ活動の準備を行う。

		事後学習	運動遊びの実践について振り返りを記録する。授業ノート⑯
第13回	領域「健康（運動遊び）」年間計画とICT活用	事前学習	JSPo（JapanSportsAssociation「アクティブチャイルドプログラム」「指導者の方へ」のWEBサイト「遊びのプログラム：伝承遊び」の中から、自身が子ども達へ実践したい遊びを3つ選んで遊びの進め方や効果、分析や特徴をノートに写す。※図を記入すると良い。授業ノート⑯
		事後学習	骨折の発生数と発症数について、教科書（p64）を参考に、最新データを調べなさい。授業ノート⑯
第14回	子どもの遊びと安全	事前学習	7歳と18歳の「カルシウムの推奨栄養所要量」を調べなさい。授業ノート⑰
		事後学習	教科書（p95～105）までを熟読し、低筋力が将来の健康に及ぼす影響についてまとめなさい。授業ノート⑰
第15回	乳幼児期の健康課題のまとめ	事前学習	運動の発達の特性と運動あそびの例（教科書p132）を参考に年齢に応じた一般的な発達の特性をまとめなさい。
		事後学習	子どもと健康の授業で学習した内容について復習し、子どもが健やかに成長するために保育者として大切なことをまとめる。
期末試験			