

鹿屋体育大学での 4年間が充実する秘密の書



国立大学法人 鹿屋体育大学
NIFS NATIONAL INSTITUTE of FITNESS and SPORTS in KANOYA

はじめに

新入生のみなさん、入学おめでとうございます。

この「鹿屋体育大学での4年間が充実する秘密の書」^注には、本学での大学生活をより豊かにするためのヒントが書かれています。「大学と高校での学びの違い」「体育大学で身につけるべき12の力」「学んだ成果の可視化と振り返り」「部活動の意味」「就職や将来をデザインすること」「自主学修のスペース」などについて解説しています。新入生にとって、先が見通せない、未知なところでの学生生活は不安がともない、臆病になるものです。しかし、少しでもヒント（情報）が得られると、不安が減り、挑戦する気力も出てきます。本誌の一つの役割として、先を見通せる情報を提供しています。

一方、先が見通せないときにこそ、「どう自分で考え、決断し、切り開くか」についての大切さも解説しています。毎年、新入生に将来の希望職業を聴くと、約7割が「体育教師」と回答します。しかし、本学の卒業時の保健体育教員への就職率は約2割です。この背景には、新入生の多くが高校までに間近で見てきた「保健体育教員」以外にスポーツに関わる職業等が思いつかないことが予想されます。同時に、この状況は4年間で希望職業が変化していくことも示しています。

つまり、入学時の思いが卒業時には変わる可能性もあり、大学4年間は自分にとって本当にやりたいことを見つける期間とも捉えられます。

そのためには、4年間でどれだけ充実して送ることができるかが“カギ”となります。本誌に書かれた本学での様々な取り組みについて解説していただき、みなさんにとって4年間がより充実した時間になることを願っています。

教育企画・評価室

注) 本誌は、1年次入学生を想定してスケジュール等を解説しているため、編入生にとっては合っていないところがあります。しかし、それ以外の事項は編入生にとっても、本学での学びや活動実させるヒントが掲載されています。是非ともご一読ください。

あなたの4年後は、どんな

「未来への入口」

だろうか？

目次

- 一 高校と大学の違いの巻
- 二 やりたいことの見つけ方の巻
- 三 鹿屋体育大学での学び目標の巻
- 四 身につけるべき12の力の巻
- 五 ピーディーシーエー PDCAサイクルの巻
- 六 カリキュラムの巻
- 七 ニフスパス NIFSpass（学修の振り返り）の巻
- 八 ジーピーエー GPA（グレード・ポイント・アベレージ）の巻
- 九 スコット SCCOT（Sports Coaching Competency Test）の巻
- 十 プログ PROG（汎用的能力テスト）の巻
- 十一 自分ができるだけでは足りない実践的指導力の巻
- 十二 部活動で育む力の巻
- 十三 キャリアデザインの巻
- 十四 就職活動の巻
- 十五 大学外での学びの巻
- 十六 4年間のキャンパスデザインの巻
- 十七 学生生活ポートフォリオの巻
- 十八 学修スペースの巻
- 十九 挑戦の巻

登場人物



かのや仙人

鹿屋体育大学のことを
なんでも教えてくれる仙人。
もみあげと髭がつながっている
チャーミングな仙人。



かのや仙人

ほっほっほ。
全ての話を始める前に
まずは鹿屋体育大学の略称に
なっている「NIFS」の意味から
説明しておこうかの。
自分の所属する大学を知ることは
大切なことなのじゃ。



勘八くん
(かんぱちくん^注)

鹿屋体育大学に入学した
気になることは腕を組んで
首をかしげて質問する
チャーミングな大学生。

注) 鹿屋市は、かんぱちの名産地で
あることから名付けられた



ローズさん^注)

鹿屋体育大学に入学した
帰国子女のチャーミングな
大学生。

注) 鹿屋市は、ばらのまちであるこ
とから名付けられた



ニフス

NIFSの意味

National Institute of Fitness and Sports の略称
スポーツ・武道や体育・健康・体力づくりについて
探求し、指導者を養成する国立の大学のことじゃ。

- | | |
|---------------|---------------|
| N : National | → 国立 |
| I : Institute | → 大学(研究所) |
| F : Fitness | → 健康・体力づくり |
| S : Sports | → スポーツ(武道を含む) |

一：高校と大学の違いの巻



かのや仙人

ほっほっほ。
君が今年入学した
勘八(かんぱち)くんじゃな。
わしは、かのや仙人じゃ。
早速じゃが、勘八くんは、
高校と大学の違いは
知っているかの？



勘八くん
(かんぱちくん)

はじめまして。
高校と大学の違い？
大学は自分で好きな授業を
受けるって聞きました。
夏休みが長いって
聞いたこともあるけど、
あとは何が違うんだろう。

高校



与えられた問題の
解決方法を身につける

大学



自ら課題を発見し、
解決していく

学び

時間割



決められた授業を受ける
スケジュールが決まっている



受たい授業を受ける
自分でスケジュールを決める

休み



春：約2週間
夏：約1ヶ月



春：約2ヶ月
夏：約2ヶ月

充実ポイント



大学は「自分で決めて行動することができる」
すなわち・・・なんでもできる！しかし・・・
自ら行動しなければ、何もできないのじゃ！

二：やりたいことの見つけ方の巻



なんだか大学生活が不安になってきました・・・
自分で決めるって一体
どうしたらいいんですか？



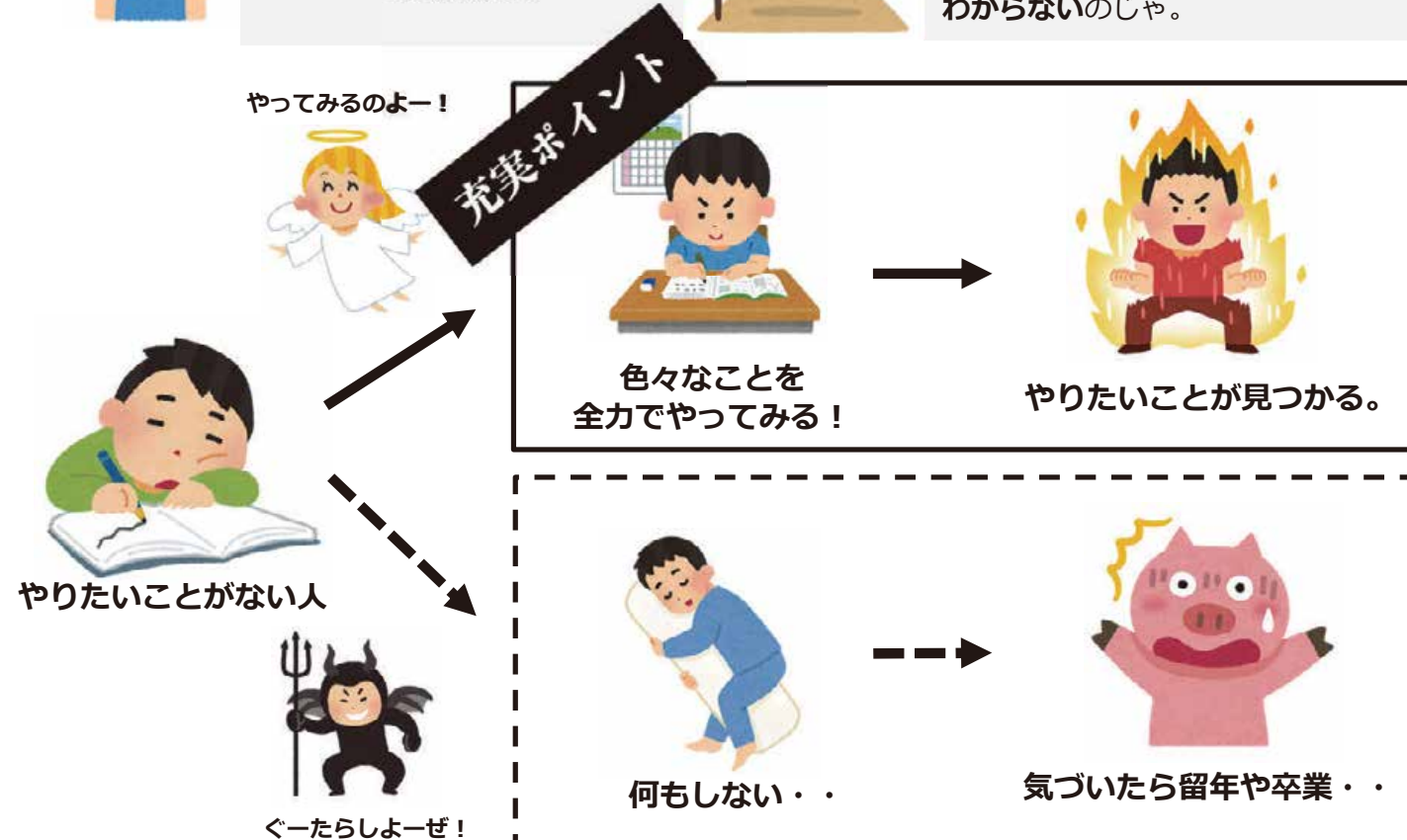
ほっほっほ。安心するのじゃ。
みんな同じ気持ちじゃ。
自分が大学4年間で
何を身につけ、どう成長したいかを
考えてみると良いぞ。



かのや仙人・・・
僕・・・
特にやりたいことがないです。
部活は頑張りたいけど、他に
やりたいことがなくて・・・



ほっほっほ。
やりたいことがない場合は
まずは目の前のことを全力でやっ
てみることにじゃ。
何がやりたいかは、やってみないと
わからないのじゃ。



三：鹿屋体育大学での学びの目標の巻



さっき目の前のことを全力で
やってみるって言ってたけど、
鹿屋体育大学では何を学ぶこと
ができるの？
スポーツの勉強？



ほっほっほ。
体育大学ではあるが
スポーツや運動に限らず
大学4年間のうちに**12個の力**を
身につけることができるのじゃ。

【鹿屋体育大学の教育目標】 **充実ポイント**
スポーツ・武道 及び 体育・健康づくり における
実践的 かつ 創造的 で 市民性、国際性 を備えた **リーダー** を育てる

卒業までに身につける 12 の 資質・能力



大学での様々な学修



スポーツだけでなく、いろいろな力を
身につけられるのネ！
よくみると・・・
科学的支援力や科学的表現力って一体
どんな能力なの？



ほっほっほ。
難しい言葉もあるのう。
それではわかりやすく
具体的に説明してやろう。
次のページを見るのじゃ。

四：身につけるべき12の力の巻

専門的な知識・教養

AED OBLA
VO2max パーンアウト
SCCOT RICE

スポーツ等の指導者やリーダーに求められる基礎的・応用的な知識や幅広い教養を身につけている。

科学的支援力



アスリートへの科学的サポート、生涯スポーツにおける健康科学的サポートができる。

科学的表現力



論理的にレポート・論文等を作成できるとともに、他者に伝えるように表現できる。

運動実技力



スポーツや武道等の運動習得・改善過程を理解しながら目指すパフォーマンスを達成することができる（示範できる、身体表現できる）。

実技指導力



スポーツ等の指導を行うことができる示範力、評価力、処方力、コーチング力、安全管理力を身につけている。

事業運営力



スポーツクラブ等の事業運営やプログラム開発を行うことができる。

指導者基礎力



プレーヤーの人間性・関係性・有能さ・自信を育てる指導ができる。

課題解決力



PDCA サイクルを円滑に回し、課題解決に向けた取組を実施できる。

コミュニケーション力



異なる意見や感性を持つ人々と交わり、耳を傾け、柔軟に自らの意見を変容させることができる。外国の人と英語等を用いてコミュニケーションをとることができる。

リーダーシップ



集団を統率しつつ、人々の意欲を高め、成長させながら、その課題を遂行・先導することができる。

一般教養・倫理



社会で必要とされる基礎的な知識を身につけており、物事の良し悪しを判断し、人として守るべき秩序を守ることができる。

キャリアデザイン力



「働くこと」の意義を自分なりに考え、自ら主体的に判断して、キャリアを形成していくことができる。

五：PDCAサイクルの巻



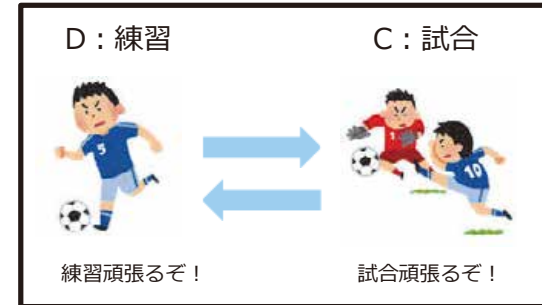
12個の力を身につけたら良いのか！

よーし！競技も勉強も頑張るぞ！
行動力には自信があるんだ！
全部の力を身につけるぞ！



ほっほっほ。
やる気満々のようじゃの。
ただやる気だけでは空回りするぞい。
PDCAサイクルは知っているかの？
下の図を見てみるのじゃ。

とにかく練習あるのみ！ふんふんタイプ！



練習も振り返りもバッチリ！スマートタイプ！



これは部活動のサイクル？
僕はどっちかというと
「ふんふんタイプ」かな。
誰よりも練習は頑張ってたからね。



ほっほっほ。
D（練習）とC（試合）だけでなく
P（計画）D（練習）C（試合）A（振り返り）
の「スマートタイプ」の習慣を身につけることが大切なのじゃ。
体育大生は、スポーツを通してPDCAの達人になれるのじゃ。

充実ポイント

目標

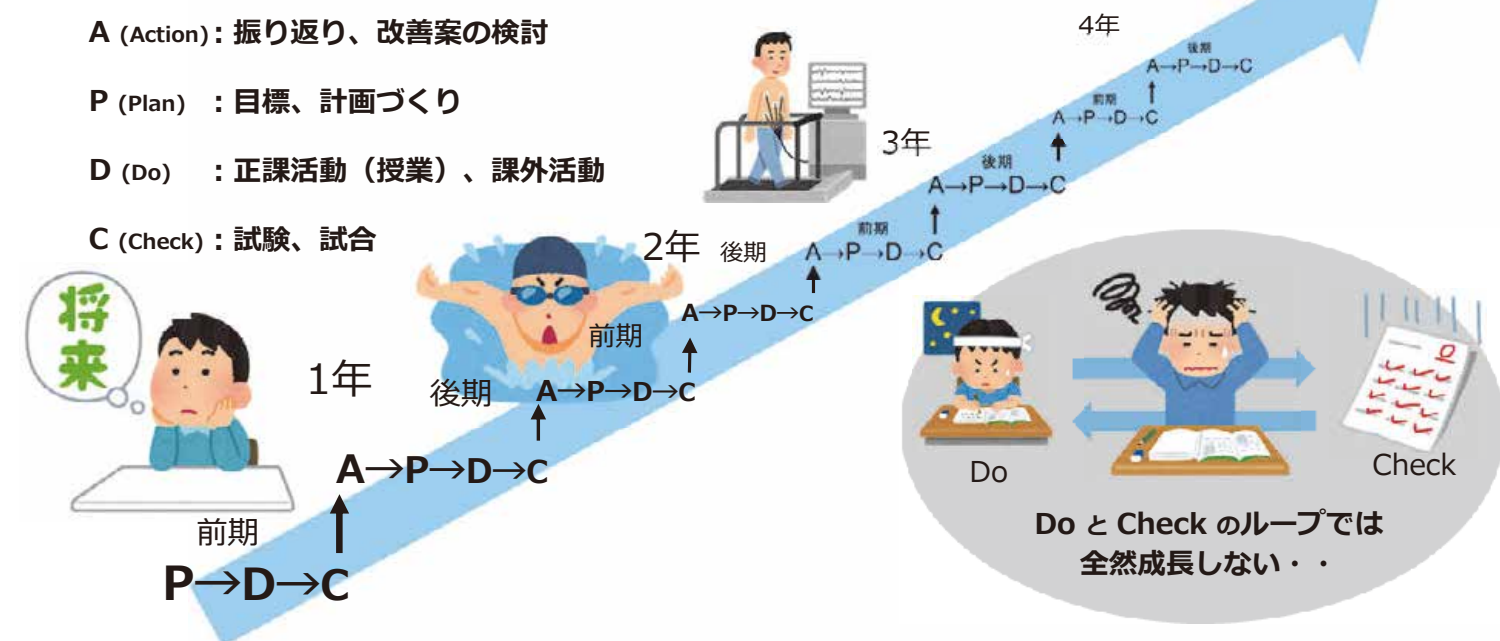


A (Action)：振り返り、改善案の検討

P (Plan)：目標、計画づくり

D (Do)：正課活動（授業）、課外活動

C (Check)：試験、試合



六：カリキュラム^注の巻

注) カリキュラム（教育課程）とは、教育の目的に合わせて教育内容と学習支援を総合的に計画したものをいう。



PDCAサイクルを活用すること
って大事なんですね。
ところで、かのや仙人！
鹿屋体育大学の授業では、
どんな専門性を学べるの？



ほっほっほ。
スポーツや武道、体育や健康づくりに関わる「指導力」と「研究力」について、自らの強みや目指す「専攻」と「領域」を選択することになるのじゃ。

指導力専攻

指導力の専門性に関する専攻



アスリート・
コーチング
専攻

生涯
スポーツ専攻

武道専攻



専門研究領域

研究力の専門性に関する領域



スポーツ・
武道実践科学
領域

スポーツ
生命科学
領域

スポーツ人文・
応用社会科学
領域



ほっほっほ。
カリキュラムでは、指導力に加えて、研究力も高めることが求められるのじゃ。
先ほど学んだPDCAサイクルをどんどん活用して、
スポーツの専門性を生かす「指導力」と専門性をより高める「研究力」を
身に付けるのじゃ。
これこそが、体育大生の鏡じゃのう。さらに、正課の授業以外は正課外教育プログラムもあるのじゃ。



なるほど！
PDCAサイクルを活用して
「指導力」と「研究力」を
高めればいいんですね！
何のために勉強するかがわかった気がします！

体育・スポーツ教育強化プログラム (SHEEP)

大学院への進学希望者で、英語力と研究力や行動力を磨こうとする学生に対して、さまざまな支援を行うプログラム企画があるのじゃよ。
興味があれば教務課に聴きに行くのじゃ。

七：NIFSpass（学修の振り返り）の巻



スポーツのA（振り返り）や
P（計画）は、わかるけど、
大学での学びって
何を振り返っていいか
よくわからないワ・・・



ほっほっほ。
鹿屋体育大学では
**大学での学びの成果を可視化することで、
振り返りや次の計画が立てられるように
なっているのじゃ。** ニフス パス
そのシステムの名前が「NIFSpass」じゃ。
NIFS（本学）を充実して卒業（pass）できる
ような学修支援の仕組みじゃ。

2021年前期

科目群別GP

○ GP

○ 全体平均

○ スポーツ総合課程

○ 前回

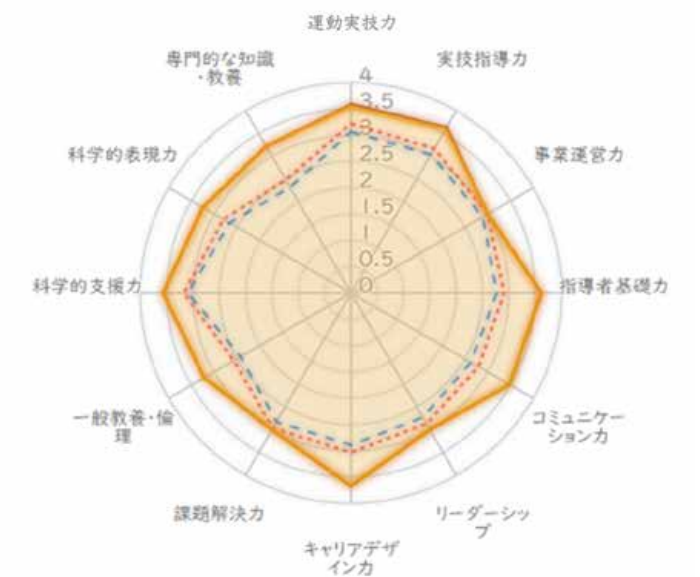
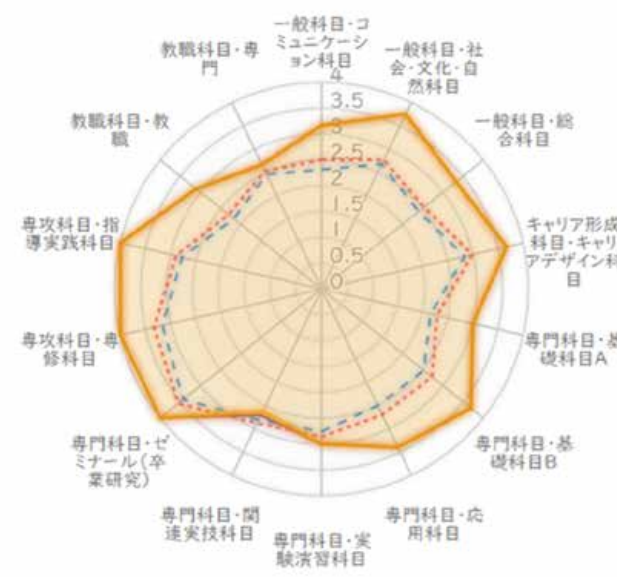
資質能力別GP

○ GP

○ 全体平均

○ スポーツ総合課程

○ 前回



* Q1. データを見て、あなたの強みや
長所は何だと思いますか。

私の長所は、どの能力も総合的に力がついているので、バランス力だと思います。
中でも一番高い値を示しているのはキャリアデザイン力です。

* Q2. 今後、どんな資質や能力を伸ば
したり、身に付けたいと思いますか。

社会人になると特に重要なのはコミュニケーション力だと思うので、コミュニケーション力を
高めたいです。

* Q3. 具体的に、どんな手段や方法
で改善を目指しますか。

私生活の中から自分から積極的に話題を振ったりして、コミュニケーションがスムーズに
行えるようにしたいです。

(2021-10-14 19:51:41 [サンプル学生1])

編集



グラフ表示だとわかりやすいワ！
これなら**自分にどんな力が身に
ついていて、どんな力が足りないか
振り返りができそうです。**
でも気になったのですが、
GPやGPAって一体なんですか？



ほっほっほ。
振り返りを行い、計画を立てると
次に行動するのが楽しみになるのじゃ。
GPやGPAの説明をしとらんかったな。
次のページで説明してやろう。

八：GPA（グレード・ポイント・アベレージ）の巻



ほっほっほ。
それではGPAについて説明しよう。
GPAとは、**GP（グレード・ポイント）のA（アベレージ：平均値）**のことじゃ。
一言でいうと
大学での成績を表す指標のことじゃ。



授業科目ごとの成績がポイントになっているんですネ。
自分が履修した全ての科目の平均値が総合のGPAってことなんだ。

各授業科目のGP（グレード・ポイント）とは…

評定	評点	グレードポイント (GP)	評価基準
S	90-100点	4.0pt	到達目標を達成し、特に優秀な成績を修めている。
A	80-89点	3.0pt	到達目標を達成し、優秀な成績を修めている。
B	70-79点	2.0pt	到達目標を達成している。
C	60-69点	1.0pt	到達目標を最低限達成している。
D	0-59点	0pt	到達目標を達成していない。
K	履修放棄	0pt	途中で履修するのを放棄した。

総合GPAとは…

履修した科目の [GP×単位数] の合計

総単位数

= **総合GPA**



その通りじゃ。
鹿屋体育大学では、学修の成果の振り返りがしやすいように
下図のような計算で「**科目区分**」や「**資質・能力**」ごとに科目群GPも求めてグラフ表示しておるのじゃ。



さっきのグラフが「科目区分」と「12個の資質・能力」のGPだったんだネ。
総合GPAが高いと何か良いことがあるの？

科目群GPとは…

例) 基礎科目Aの場合

運動生理学 (2単位) 90点 (4.0pt) 解剖生理学 (2単位) 85点 (3.0pt) バイオメカニクス (2単位) 73点 (2.0pt)

(4.0pt×2単位 + 3.0pt×2単位 + 2.0pt×2単位)

3科目×2単位

= 3.0pt = **基礎科目AのGP**

例) 運動実技力の場合

サッカー (1単位) 95点 (4.0pt) 柔道 (1単位) 95点 (4.0pt) ラグビー (1単位) 90点 (4.0pt)

(4.0pt×1単位 + 4.0pt×1単位 + 4.0pt×1単位)

3科目×1単位

= 4.0pt = **運動実技力のGP**

総合GPAが、**3.5以上**だと、以下の点で有利になるのじゃ。

- ①卒業時に、学生表彰の候補
- ②早期卒業、飛び級の要件
- ③授業料免除、奨学金の選考で有利。

ちなみに総合GPAが、**1.5未満**になると、大学から修学指導があるのじゃ。
競技力優秀者（重点強化指定選手）は、選考から外されてしまうぞ。
大切なのは、文武両道じゃ。

充実ポイント

九：SCCOT（Sports Coaching Competency Test）の巻



GPやGPAはわかったけど
授業の成績だけで自分の成長を感じられるか不安だなあ。
僕は成績が全てではないと思うけど。



ほっほっほ。
そう思うて
他にも学びを可視化しておるのじゃ。
まずは**SCCOT（スコット）**じゃ。
試しに問題を解いてみなさい。

<SCCOTの選択形式の例>

設問 1/128

残り 24分58秒 / 25分

普段のあなたの行為、姿勢、考えは、AとBのどちらに近いですか？「Aにあてはまる」「ややAにあてはまる」「ややBにあてはまる」「Bにあてはまる」の中から一つ選んでください。

A: 起こった事実を冷静に分析して原因を考える



B: 積み上げた経験とイメージに基づいて対応策を考える

1. ☐ Aにあてはまる
2. ☐ ややAにあてはまる
3. ☐ ややBにあてはまる
4. ☐ Bにあてはまる



どっちにも当てはまりそうで悩みなあ。
SCCOT（スコット）は、
どんなことを可視化しているの？



指導者の体罰やパワハラが問題になっておるじゃろ。**SCCOTは、スポーツ指導者においてプレーヤーを中心とした指導する行動特性や倫理観を可視化するテスト**なのじゃ。下がその結果じゃ。

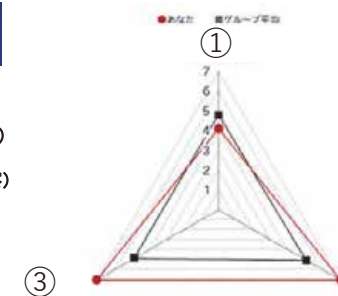
(2)コンピテンシー要素別傾向

比較対象となるグループ平均と比較して、更に伸長させる得意要素、克服すべき不得意要素を確認してください。

領域	No.	要素	要素内容	今回のあなた	前回のあなた	グループ平均	要素得点(7点満点)
対課題力 学習・活用力	1	スポーツ指導の知識力 (価値を見出す力)	単に勝敗だけでなく、マナーや楽しみの要素、健康増進等にも価値を見出す基礎的能力のこと	7	-	5.3	1
	2	情報収集・選択力 (伝える力)	プレーヤーの状況に応じて必要な情報を収集・選択し、目的や意図を明確にし、分かりやすく伝える能力のこと	4	-	4.8	2
	3	学習に関する知識力 (学ぶ力)	種目や分野を限定しない幅広い情報収集、アイデアの記録、迅速なトライアルエラーの回復等の学ぶ能力のこと	4	-	4.9	3
対他者力 他者との関わり	4	自律性支援行動力 (主体的に引き出す力)	プレーヤー個々人の取り組みに対して適切な評価・対応を行い、プレーヤーの主体的な行動判断を促す能力のこと	7	-	5.2	4
	5	自律性制御行動力 (多様性に対応する力)	プレーヤーの多様性を尊重し、個々人のニーズに応じて自律したプレーヤーへと育成する能力のこと	7	-	5.1	5
対自己力 自己認識と省察	6	自己認識力 (変化する力)	プレーヤーを幸福へと導くため、自身の指導方針を必要に応じて変化させる能力のこと	7	-	5.2	6
	7	省察力 (考え抜く力)	感情に任せることなく、起こった出来事を分析したり、課題を解決するためにできることを考え抜く能力のこと	6	-	5.0	7

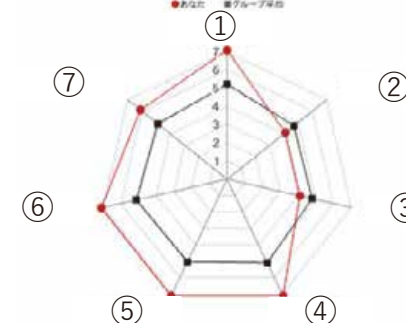
コンピテンシー 全体傾向

- ①対課題力(学習・活用力)
- ②対他者力(他者との関わり)
- ③対自己力(自己認識と省察)



コンピテンシー 要素別傾向

- ①スポーツ指導の知識力 (価値を見出す力)
- ②情報処理・選択力 (伝える力)
- ③学習に関する知識力 (学ぶ力)
- ④自律性支援行動力 (主体的に引き出す力)
- ⑤自律性制御行動力 (多様性に対応する力)
- ⑥自己認識力 (変化する力)
- ⑦省察力 (考え抜く力)



自分がどんな行動特性や倫理観なのか、考えたこともなかったので、どんな結果になるか早く受けてみたいです！



スポーツ指導者としての行動特性や倫理観を可視化
テストは、毎年実施されるぞ！

十：PROG（汎用的能力テスト）の巻



次はPROGテストじゃ。
PROGテストは、社会で必要とされる力を可視化できるのじゃ。
サンプルの問題を聞いてみるのじゃ。



ううう。
なんだか迷う問題ばかり・・・
自分はどんな結果が出るのか
気になるワ。

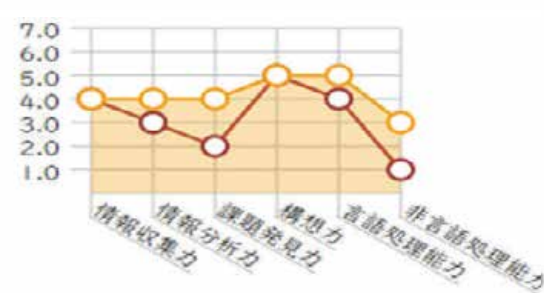
連番	A	Aに近い Bに近い	B
1	初対面の人と話すときでも、相手と距離をおかず親しく接する	1 2 3 4	初対面の人と話すときには、距離をとって礼儀正しく接する
2	人に接するときは、壁をつくらず本音で会話する	1 2 3 4	人に接するときは、礼儀を大切に丁寧な話す
3	人に何かを頼まれたら、無駄になっても気を回して相手の期待以上のことをする	1 2 3 4	人に何かを頼まれたら、余計なことはせず依頼された内容を着実に遂行する

河合塾HPより引用

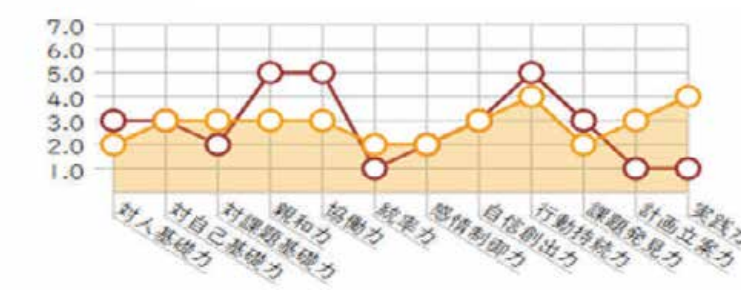
リテラシー：知識を活用して問題を解決する力

コンピテンシー：人と自分にベストな状態をもたらそうとする力

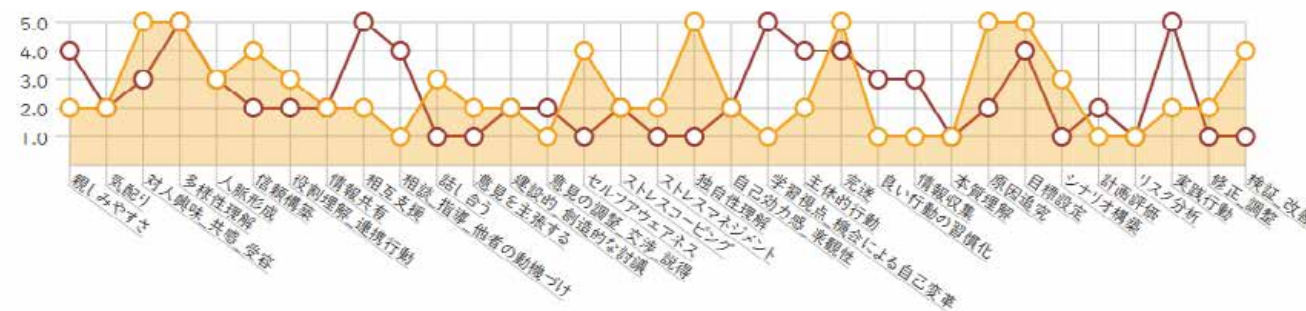
PROG 前回



PROG 前回



コンピテンシー（5段階）



* Q1.データを見て、あなたの強みや長所は何だと思いますか。

コンピテンシーの対人理解・共感・受容、多様性理解、独自性理解、完遂、原因追究、目標設定の能力が高いという結果が出ているので、これらが強みだと思います。

* Q2.今後、どんな資質や能力を伸ばしたり、身に付けたいと思いますか。

意見の調整・交渉・説得、情報収集、本質理解、良い行動の習慣化は、自分に足りない能力だと思うので、これらの能力を身につけて伸ばしていきたいです。

* Q3.具体的に、どんな手段や方法で改善を目指しますか。

情報収集、本質理解は何か気になることや調べるべきことがあれば素早くインターネット等を使って調べ、その本質を理解するように努力しようと思います。意見の調整・交渉・説得は部活動などで意見が飛び交ったりするのでその際に自分がまともなリーダーたりできるようにしようと思います。良い行動は、毎日の生活で意識づけをして習慣化させたいと思います。
(2021-06-29 13:01:30 [サンプル学生1])



テストは、入学時・3年次・4年次の3回実施されるぞ。
テストの結果は自己分析にも役立つぞ。「WebClass」注でも結果がグラフ表示されておるから、いつでも結果を振り返ることができるのじゃ。

注：「WebClass」は鹿屋体育大学で使用している学修支援システム。詳しくは授業で説明があるぞよ。

十一：自分ができるだけではない 実践的指導力の巻



かのや仙人。僕は、小さい頃から体育（運動）が得意で運動実技力には自信があるのですが、スポーツ等を教えられるようになるにはどうしたらいいですか？



ほっほっほ。
自分ができるだけでは、良い指導者になれないことに気づいているようじゃの。
良い指導者になるために実技・実習の授業で特に身につけて欲しい**5つのポイント**を教えておこうかの。

充実ポイント

自分ができる



「できない」ことが「できる」ようになることで、**できない生徒の気持ちを共感することや、動きのコツやカン、指導のポイントを深めることができる。**
必要なこと：実践・振り返り

文化的意義を伝えられる



スポーツの多様性や文化的意義を知り、実践で必要とされる精神やルールの意義を意味あるものとして伝えることができる。
必要なこと：専門知識の修得・指導実践

評価・診断できる



動きや会話から、どんな状態、何が不足しているか、どんなことが原因で「できない」のかを評価・診断することができる。そのために、動きを観察し、知識と結びつけることができる。
必要なこと：観察力・専門知識の修得

実践的指導力



運営・安全管理できる



処方できる



効果的かつ安全で、安心して運動できる環境を整えることができる。
必要なこと：専門知識の修得準備・管理

「わかる気がする」→「できる気がする」→「できる」ように教材を適切に用いて、アドバイスすることができる。
必要なこと：指導実践・振り返り

十二：部活動で育む力の巻



そろそろ部活動の話もおこうかの。
勘八くんは「**なぜ部活動をする**」のじゃ？
授業は大学を卒業するために必須じゃが、
部活動は必須ではないのじゃぞ。



部活動をする理由？
深く考えたことがなかったけど、
「**サッカーが楽しくて好きだから**」
かな。上手になりたいとも思うし。

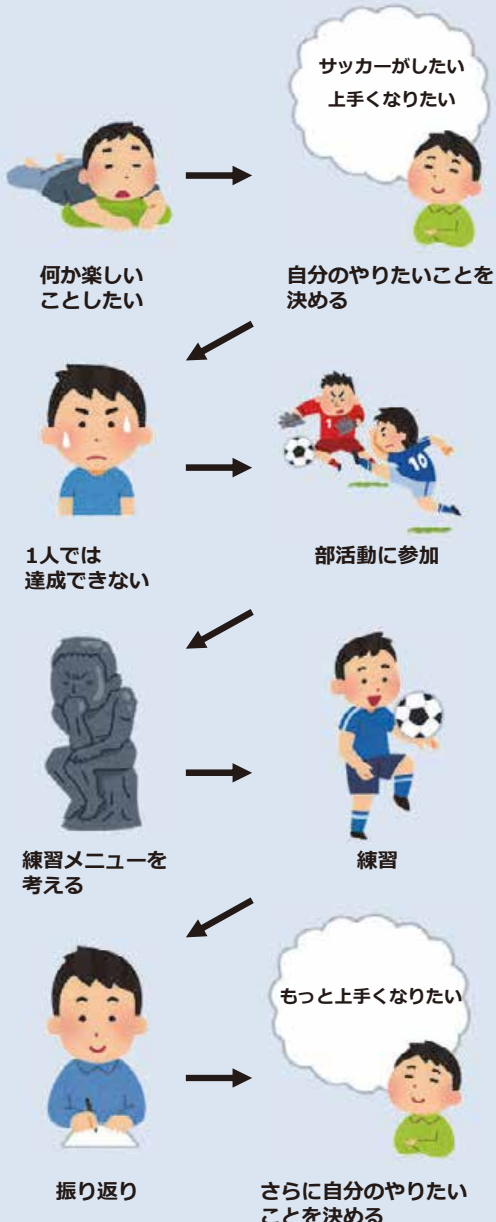


ほっほっほ。
勘八くんの言う通り、多くの人が「楽しい」「好き」「〇〇になりたい」と思って
部活動をしているのじゃ。
いわば、**部活動は、「楽しい」「好き」「〇〇になりたい」を実現する活動**なのじゃ。
それは、**「人生を楽しむ力」を身につけている**ともいえるのじゃ。
部活動を通して「人生を楽しむ力」をより身につける3つのポイントを伝えておくぞ。

充実ポイント

「人生を楽しむ力」を身につける 3つのポイント

部活動



①決める

やりたいことを決める。
(法律や道徳に反することはNG)
「楽しさ」は勝手にやって
こない。自分で「楽しむ」
ために考えて決めて行動す
ることで「楽しさ」を感じ
ることができる。

②つながる

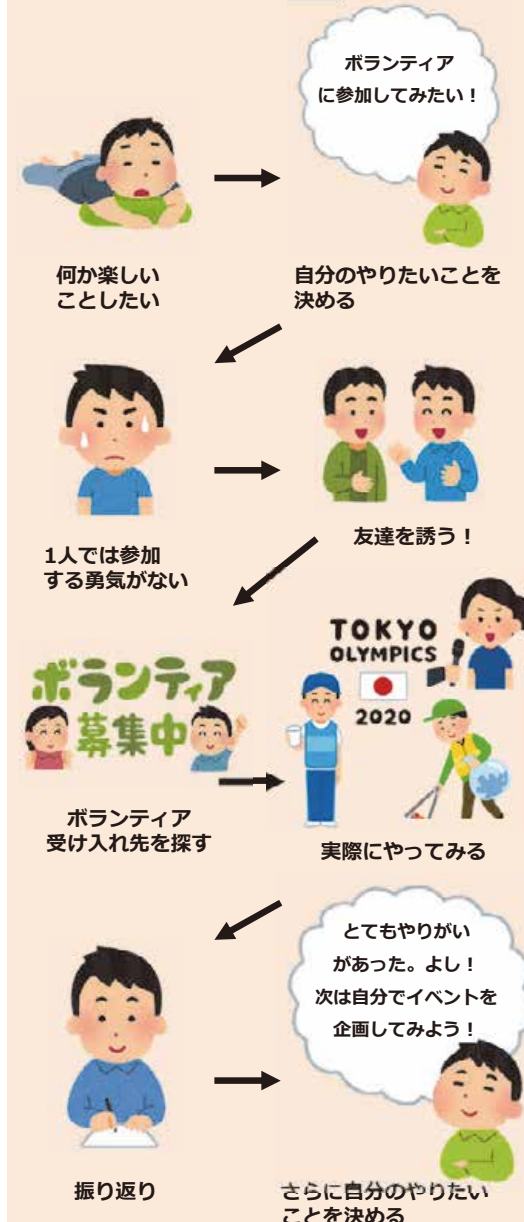
1人ではできることが限られ
てしまう。他者とつながる
ことで社会的な交流が生ま
れ、できることが劇的に増
える。自分から行動し他者
とつながる。

③振り返る

自分が決めて行動した結果
が良かったか、悪かったか、
次はどうすればよいか、自
分も周りも楽しかったかを
振り返る。

中澤 篤史 (著)「そろそろ、部活のこれから
を話ませんか 未来のための部活講義」
(大月書店、2017)の一部を改変。

人生



十三：キャリアデザインの巻



かのや仙人。
行動や振り返りが大切って
ことはわかったのですが、
やりたいことが見つかるか
少し不安になってきました。



ほっほっほ。安心して良いぞ。
やりたいことが見つかっている方が
珍しいのじゃ。
大学では、じっくり自己分析ができる
ように**キャリアデザイン**という授業が
あるのじゃ。

就職支援

- ・各企業説明会
- ・企業説明会バスツアー
- ・面接対策
- ・履歴書添削

キャリア教育

4年次 進路決定 教育実習

- ・仕事に向けた準備・学び
- ・社会（現場）での実習
- ・個別の対策
- ・専門性の強化

3年次

キャリアセミナー
キャリア対策セミナー
キャリアコミュニケーション
企業実習・スポーツ指導実習

- ・社会（現場）での実習
- ・自己分析（大学時代を）
- ・将来に向けた具体的な構想
- ・個別の対策

2年次

キャリアデザインⅢ

- ・様々なキャリアの調査
- ・職業選択に関する知識の獲得
- ・意見交換や発表練習

1年次

キャリアデザインⅠ・Ⅱ

- ・大学4年間の目標設定
- ・自己分析
- ・将来の大まかな構想



キャリアデザインの授業があると
知って少し安心しました。
就職できるようにキャリアデザイン
の授業も頑張るぞ。
あとは、もっと将来のことも考える
ようにしたいなあ。

充実ポイント



ほっほっほ。
キャリアデザインは就職するためだけではないぞ。
就職後、ずっと同じ仕事を続けるのか、転職するのか、起業するのか、進学するのか、
海外に行くのか、**就職してからもキャリアデザインは続く**のじゃ。
**自分がどんな人生を生きていきたいのか考え、様々な選択肢から自身で決断し、
行動できるようになることが大切**じゃ。



十四：就職活動の巻



キャリアデザインをしたら、実際に就職活動をしないといけないですよネ。
一人でできるか不安です。
困った時は、どうしたらいいですか？



ほっほっほ。安心して良いぞ。
大学では、就職に困ったときのサポートをするために**キャリア形成支援センター**があるのじゃ。
大学のキャリア教育や支援事業をうまく利用して、就職活動を進めるのじゃ。

-就職支援事業等-

■：支援事業 □：キャリア教育（授業）

1
年次

- インターンシップ事前勉強会
- 教員採用・公務員模擬試験
- キャリアデザインⅠ
- キャリアデザインⅡ

2
年次

- インターンシップ
- 就職活動・採用試験報告会
- 就職塾
- 教員採用・公務員模擬試験
- キャリアデザインⅢ
- 企業実習

3
年次

- インターンシップ
- 学内企業説明会
- 就活スタートアップ講座
- 自己分析・自己PR作成講座
- 業界・企業研究セミナー
- SPI対策講座
- 面接・グループディスカッション対策講座
- 就職塾
- 教員採用・公務員模擬試験
- キャリアセミナー
- キャリアコミュニケーション
- キャリア対策セミナー
- 企業実習

4
年次

- 教員採用・公務員模擬試験
- 教員採用試験直前対策
- 教育実習
- 模擬面接
- エントリーシート・履歴書の添削

教員・公務員対策



試験対策したい

学内企業説明会



企業の人に聞きたい

就職塾



履歴書の書き方
自己分析
面接の心構え 知りたい！

合同企業説明会



説明会に行きたい

就職相談員



将来、〇〇がしたくて…

△という方法もありますよ

充実ポイント



ほっほっほ。
就職への第一歩は、**まずは相談することが重要じゃ！**
早ければ早いほど、たくさん準備ができるぞ。
最近では、webでも対応しているそうじゃ。

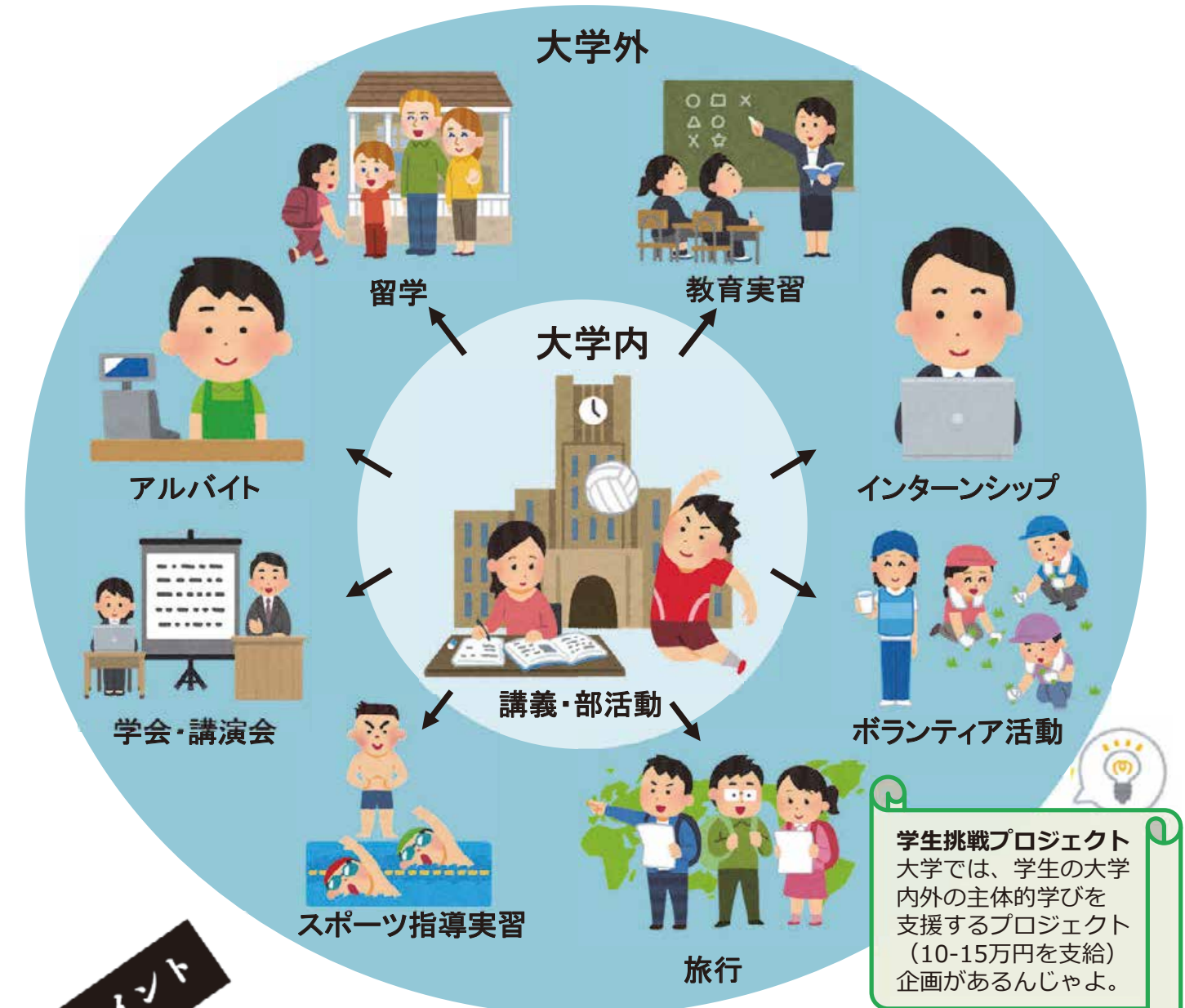
十五：大学外での学びの巻



さてさて。
ここまで大学内での学びについてばかり教えてきたが、**学びの場は大学内だけではないのじゃ。**
むしろ、**大学の外での学びが勘八くんを大きく成長させるきっかけとなる**ことが多いのじゃ。



それは一体どういうことですか？
大学の外での学びって、あんまり想像ができないなあ。
どんなことがあるのか、具体的に教えてください。



学生挑戦プロジェクト
大学では、学生の大学内外の主体的学びを支援するプロジェクト（10-15万円を支給）企画があるんじゃよ。

充実ポイント



大学でたくさんのことを身につけることも大切じゃが、**身につけた力を大学の外でアウトプット（試してみる）ことで、自分の力がどれくらい身についているか、社会ではどんな力が必要とされているのかを知るきっかけとなるのじゃ。**
大学の外には成長できるきっかけがたくさん転がっておるから、**積極的に大学から飛び出して行動してみるのじゃ！**

十六：4年間のキャンパスデザインの巻



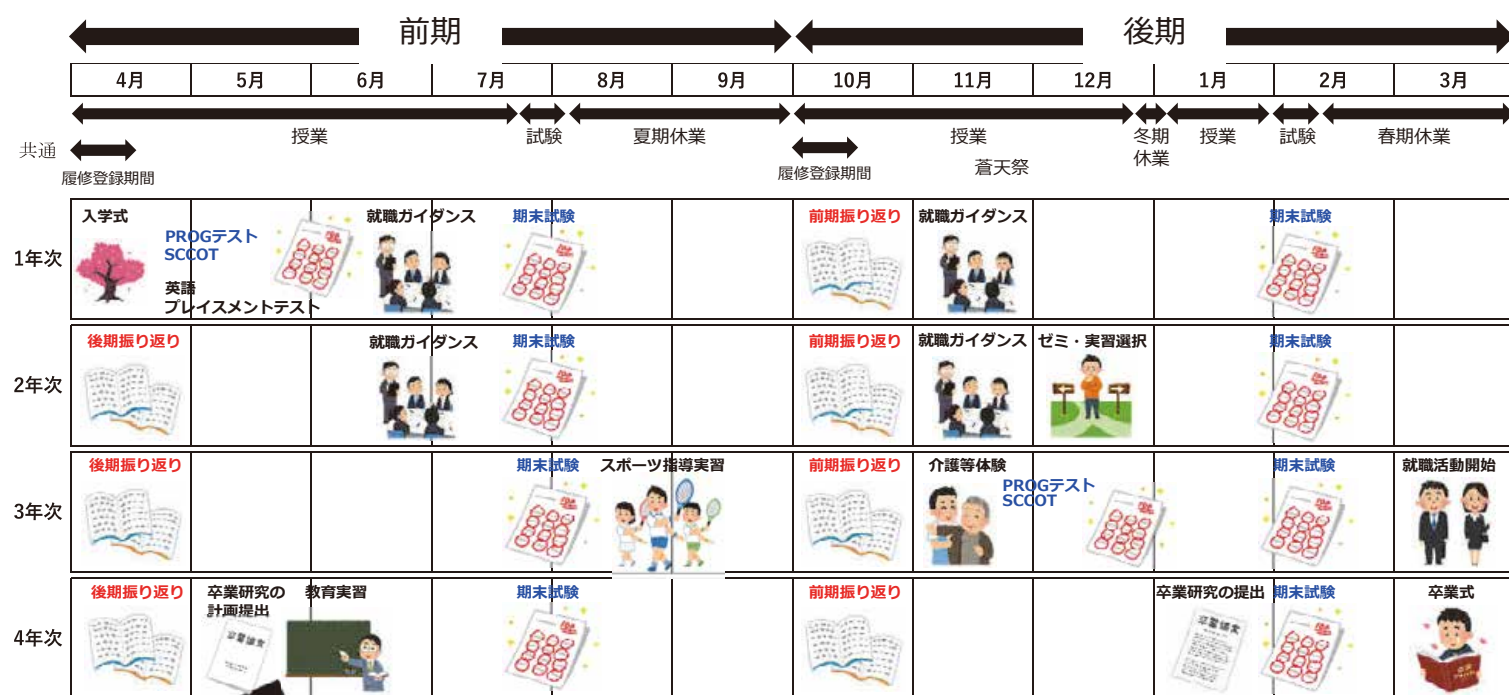
これは鹿屋体育大学での
4年間の公式行事等を示したスケジ
ュールじゃ。

これ以外に**部活動やボランティア、ア
ルバイト**などの授業以外で自分のやり
たいことが計画できるのじゃ。



こうやって見るとあっという間に
4年が過ぎてしまいそうだなあ。
部活はもちろん、バイトもしてみたい
し、ひとり旅もしてみたいな。

なんだか想像しただけで楽しくなって
きたぞ。



本学での4年間のスケジュール(抜粋)

充実ポイント

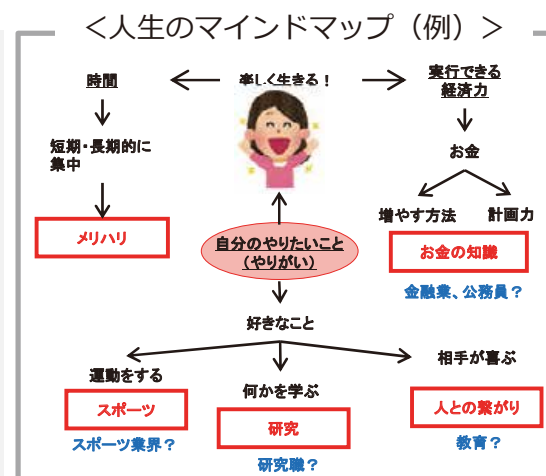


ほっほっほ。想像することはとても良いことじゃ。
大学での4年間で自分が何をやってみたいか、どん
なことを身につけたいか、いつまでにやるのかを大
雑把でも良いからデザインして(書いて)みると良
いぞ。ポイントはどんなに些細なことでも良いから
右図のようにできるだけたくさん書き出してみること
じゃ。その中で優先順位をつけて、実際に行動し
ていくのじゃ。

「4年間の大切な時間をどう過ごすか」
で充実したかどうか決まるのじゃ。



大学生活が充実するかどうかは自分
次第というのが、なんだかわかった
ような気がします。
いろいろなことに挑戦して、成長
するぞ！まずは今思い浮かんだ
やりたいことを書いておこうと。



ほっほっほ。
すぐに行動することはいいことじゃ。
わしもスマホにやりたいことリストを書い
ておるぞ。思いついた時には書きたしてい
くと、思った以上にやりたいことが見つかるぞ。また、**自分のやりたいことの共通点**
が見つかり、自己分析にもなるのじゃ。

十七：学生生活ポートフォリオの巻



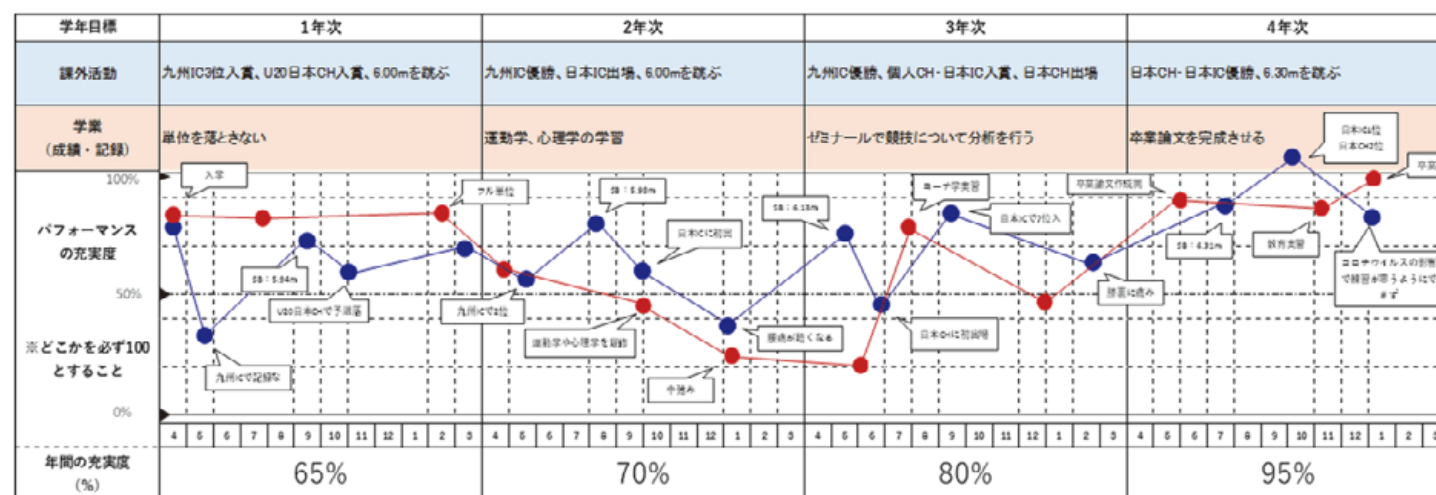
4年間をスケジュールしたら、
計画を実行できていたのか気になり
ます。
先輩たちはどんな計画をして、実行
できていたのでしょうか？



ほっほっほ。
先人・先輩の取り組みを知ろうとする
ことはいいことじゃ。
先輩たちが書いてくれた4年間の振り
返る**学生生活ポートフォリオ**というも
のがあるのじゃ。

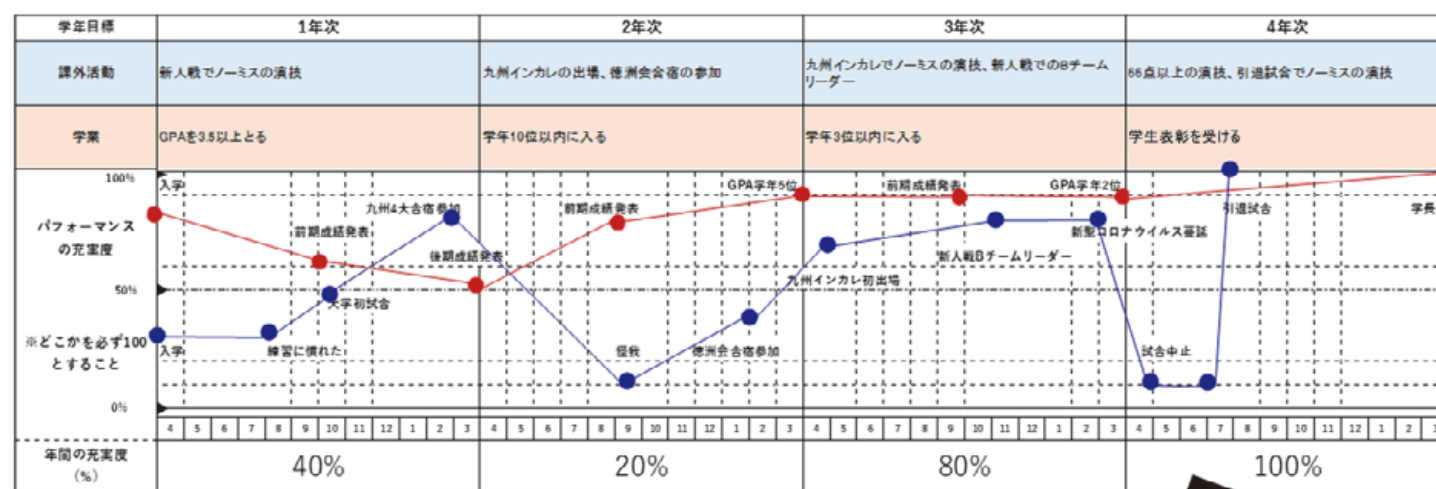
Aさんの場合

大学4年間の目標：
日本インカレ、日本選手権で優勝。資格・免許の取得、競技に生かすことのできる分野を学ぶ



Bさんの場合

大学4年間の目標：
学業はGPA3.5以上で学生表彰を受ける。チームとしてインカレの団体優勝、個人として66点以上の演技。



充実ポイント



ほっほっほ。先輩たちの計画や取り組みを見て、少し不安はなくなったかの。
むしろ、自分が計画した目標が達成できることの楽しみがでてきたのではないか。
4年間のうちに、何をしたかったか、何を身に付けたかったかを機会をみつけて、振り返って
みると、達成できたことやできなかったことが見えてくるのじゃ。また、この振り返りは、
整理されることで就職活動でも使えるぞ。
だが、卒業後も人生は続く。
大事なのは「4年間で経験したことをどのように生かしていくか」じゃ。

十八：学修スペースの巻



ところで鹿屋体育大学には
自習したり、授業の合間に
ゆっくり過ごせる場所って
ありますか？
Wi-Fiも使えますか？



ほっほっほ。
大学の学修スペースを紹介するのを忘れて
おった。
それぞれの場所をどんどん活用
するのじゃ。
Wi-Fiも学内は容量を気にせず使えるぞ。



NIFSギャラリー



NIFSラコモ



図書館



保健管理センター



話し合いをしたい時



くつろぎたい時



静かに勉強したい時



怪我をした時



印刷したい時



パソコンを使いたい時



発表練習したい時



就職情報を知りたい時



パソコン室
(図書館2階)



情報処理演習室



ジョブカフェ



キャリア形成
支援センター

十九：挑戦の巻



充実ポイント

困った時は、**決して1人で悩まず、**
同級生、先輩、後輩、先生、職員そして家族を頼るのじゃ。
いろいろと伝えたが、これが最後の教えじゃ。

充実ポイント

「不可能」の反対は
「可能」ではない。
チャレンジ
「挑戦」 じゃ！

<2019.3.25発行 / 2022.2月改訂・3rd edition>

鹿屋体育大学 教育企画・評価室

〒891-2393 鹿児島県鹿屋市白水町1番地大学院棟1階

TEL：0994-46-5082

E-MAIL：kyoumu-ap@nifs-k.ac.jp

<企画・編集>

濱中 良・近藤 亮介・岡田 あゆみ・金高 宏文

<改訂・編集>

青柳 唯・日高 嘉代子・金高 宏文

本誌の著作権は鹿屋体育大学が所有しております。無断に再利用することは法律により禁じられております。

本誌は、「いらすとや」様のイラストを使用させていただき、作成いたしました。

本誌は、文部科学省による大学教育再生戦略推進費「大学教育再生加速プログラム テーマVの卒業時における質保証の取組の強化」の支援を受けて、発行したものです。



外伝 - 鹿屋体育大学マークの秘密 -

宇宙を想像させる紺碧の空・地球の中から湧き出る桜島のエネルギーと
日の丸・若者の健全な肉体と精神の躍動をイメージしたデザインである。

