

学生生活ポートフォリオ一覧表(2024年度卒業生)

卒業年度	番号	性別	所属	概要	学生生活ポートフォリオ作成・選考理由						
					教採合格	学業優秀	競技力	SHEEP	挑戦プロジェクト	大学院進学	
2024 (8名)	1	男	水泳	思うように記録が伸びず、高校との環境の違いを感じたが、4年間で自己ベストを複数回更新することができた。学業面ではGPA3.5以上を目標に勉学に励み、毎年GPA値を更新した。ゼミでは、自分の取り組みたい卒論テーマを見つけることができ、卒論コンテストでは入賞した。大学院では更に深く研究を進めていきたい。		○					○
	2	男	陸上競技	高校から陸上を始めたが、入学当初は大学のレベルの高さに圧倒され、練習についていくのがやっとだった。2年生では日本ICに初出場し、全国のレベルを肌で感じる事ができた。4年生になり、選手主体で練習メニューや練習場所を考えるようになり、ゆくゆくは指導者の道に進みたいと考えようになった。			○				
	3	女	ウィンドサーフィン (2年まで)	大学からウィンドサーフィンを始め、2年生では九州の大会で初優勝を果たした。国体出場の声がかかり、期待に応えようと頑張り続けた結果、体調を崩し、国体出場後しばらくして、退部することとなった。授業に出席することも難しくなったが、自身で対策を考えながら単位も取得し、4年生では学会発表で学会賞を受賞した。				○	○		○
	4	男	硬式野球	大学の野球レベルに圧倒されたと同時に、まだ自分の伸びしろもあると実感した。3年次は大学史上初の全国大会出場が決まり、メンバーとして帯同したが、試合には出場できず悔しさが残った。学業面では3年次、4年次と成績優秀による授業料免除を受けることができ、入学当初の「成績優秀者として卒業」という目標も達成できた。		○					
	5	男	体操競技	大学ではチームで協力して取り組む重要性を学んだ。2年次には、大学生の日本代表に入ることができた。パリオリンピックの選考会では、焦りから練習量を増やし、その結果、怪我が増えたことが影響して代表選考に落選した。卒業後は、4年後のロサンゼルスオリンピックを目指し、バランスを考慮しながら練習に励む予定である。			○				
	6	男	テニス	周囲とレベルの差を感じ、もどかしく悔しい気持ちになった。過去の試合映像を振り返り、自分の弱みを探った。最高学年では主将を務め、チームを牽引し、九州で1位、全国大会出場を果たした。学業では、4年間を通して良い方向で成長できたが、1年次から成績にも着目しておけばよかったと後悔が残る結果となった。	○						
	7	女	柔道	高校時代のように受け身の姿勢では成長しないことを痛感し、自身で考え、自己分析を行い、自分に不足している部分を理解することが大切だと気づいた。2年次には目標のひとつであった講道館杯に出場し、3年次には全日本学生優勝大会で団体戦メンバーに選ばれ、入賞した。					○		
	8	女	ダンス	3年次編入で入学し、ダンス部へ入部した。小学校や中学校での指導を経て、指導する側がきちんと内容を理解していることが重要だと改めて感じた。学業面では卒業論文に苦戦したが、これまでの学びを振り返る良い機会となった。周囲のサポートのおかげで最後までやりきることができ、人の温かさを感じる一年となった。	○						

【4年間の振り返り版】

学生生活ポートフォリオ

作成日： 西暦 2025 年 3 月 17 日

ふりがな 氏名 性別 男 学籍番号 ***** 課外活動 (部活動) 水泳部 種目 (ポジション) ***



Table with 2 columns: 大学4年間の目標, 課外活動: インカレで活躍する・自己ベストを出す 学業: GPA3.5以上

Table with 5 columns: 学年目標, 1年次, 2年次, 3年次, 4年次. Rows for 課外活動 and 学業等.

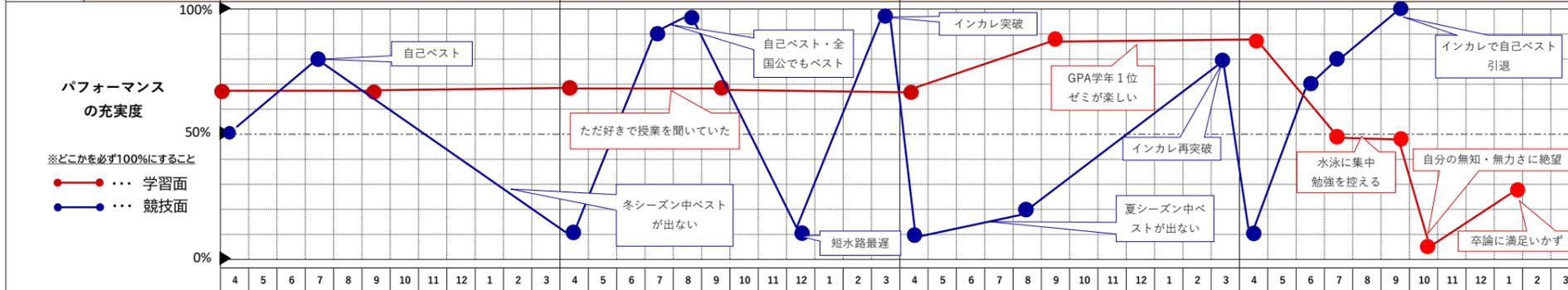


Table with 5 columns: 年間の充実度 (%), 40%, 70%, 40%, 70%

Table with 2 columns: 成績・記録, 課外活動, 学業等. Rows for 1st, 2nd, 3rd, and 4th years.

Table with 2 columns: 特記事項, 部活動における役割等

Table with 2 columns: 振り返り理由・根拠, 課外活動, 学業等

【4年間の振り返り版】

学生生活ポートフォリオ

作成日： 西暦 2025 年 3 月 14 日



ふりがな *** ** 氏名 *** ** 性別 男 学籍番号 ***** 課外活動 (部活動) 陸上競技部 種目 (ポジション) ***

大学4年間の目標 課外活動：日本選手権出場 全国大会入賞 学業：教員免許を取得し、しっかりと勉学に励む

Table with 5 columns: 1年次, 2年次, 3年次, 4年次. Rows include 課外活動 (部活・奉仕活動) and 学業等.

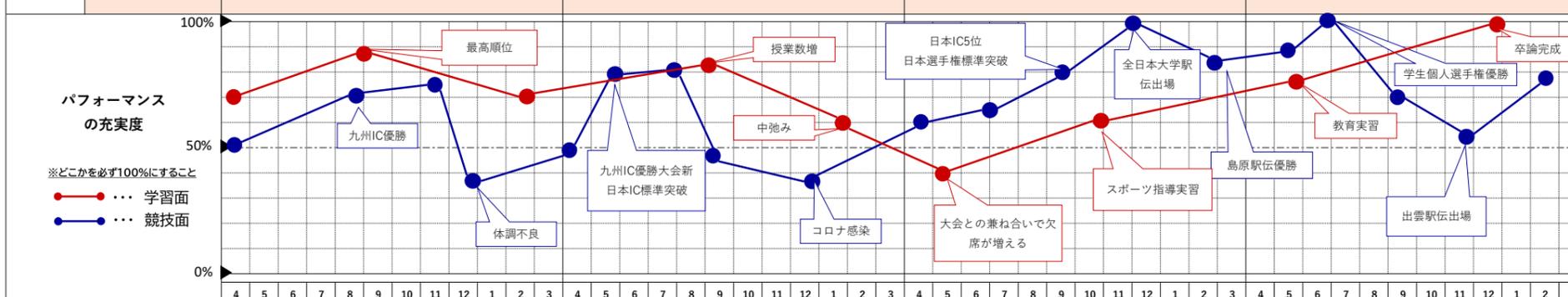


Table with 5 columns: 1年次, 2年次, 3年次, 4年次. Rows include 年間の充実度 (%) and 成績・記録.

特記事項 (怪我・トラブル等) 発熱, コロナ感染, 仙腸関節炎, 捻挫、打撲

部活動における役割等 なし, 庶務補佐, 庶務, 主務補佐 駅伝主将

振り返りの理由・根拠 課外活動 (部活・奉仕活動) 学業等

成長の学んだこと・貴気づいたこと 課外活動 (部活・奉仕活動) 学業等

Table with 4 columns and 4 rows of skills: 運動実技力, 実技指導力, 事業運営力, 指導者基礎力, etc.

翌年度に向けての目標・課題 課外活動 (部活・奉仕活動) 学業等

4年間の振り返り 大学4年間を通して、日本選手権出場という目標は達成できなかったが、全国大会で優勝することができたのは素直に嬉しく思う。

【4年間の振り返り版】

学生生活ポートフォリオ

作成日：西暦 2025 年 3 月 11 日



Header information table including name, gender, student ID, and activity details.

Table for 'University 4-year goals' with text about national competition and sports science knowledge.

Table showing 'Academic and Extracurricular Goals' for years 1 through 4.

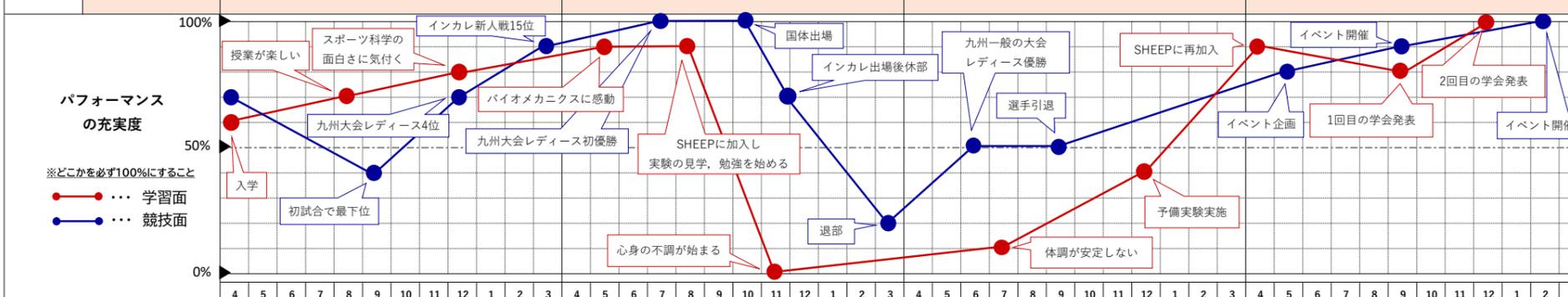


Table for 'Annual Fulfillment Rate' (年間の充実度) showing percentages for each year.

Table for 'Achievements and Records' (成績・記録) listing sports and academic accomplishments.

Table for 'Special Items' (特記事項) regarding health treatment.

Table for 'Roles in Extracurricular Activities' (部活動における役割等).

Table for 'Reasons for Reflection' (振り返りの理由・根拠) with sub-sections for extracurricular and academic activities.

Table for 'Growth' (成長) with sub-sections for extracurricular and academic activities.

Table for 'Strengths' (特に身についた力) listing various skills and competencies.

Table for 'Reflection on the Next Year' (翌年度に向けての目標・課題) with sub-sections for extracurricular and academic goals.

Table for '4-year reflection' (4年間の振り返り) providing a summary of the student's journey.

【4年間の振り返り版】

学生生活ポートフォリオ

作成日： 西暦 2025 年 3 月 14 日

ふりがな *** ** 氏名 ** ** 性別 男 学籍番号 *****

課外活動 (部活動) 硬式野球部 種目 (ポジション) ***



Table with 2 columns: 大学4年間の目標, 課外活動：大学史上初の全国大会出場 学業：成績優秀者として卒業

Table with 5 columns: 1年次, 2年次, 3年次, 4年次. Rows for 課外活動 and 学業等.

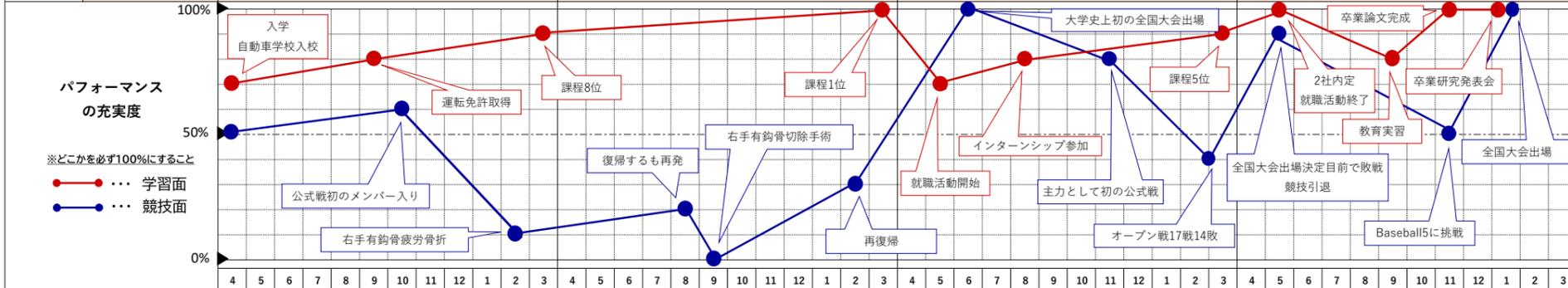


Table with 5 columns: 年間の充実度 (%), 60%, 70%, 90%, 95%

Table with 2 columns: 課外活動, 学業等. Rows for 成績・記録.

Table with 2 columns: 特記事項, 右手有鉤骨疲労骨折

Table with 2 columns: 部活動における役割等

Table with 2 columns: 課外活動, 学業等. Rows for 振り返りの理由・根拠.

Table with 2 columns: 課外活動, 学業等. Rows for 学んだこと・気づいたこと.

Table with 12 columns: 1-12. Rows for 特に身についた力.

Table with 2 columns: 課外活動, 学業等. Rows for 翌年度に向けての目標・課題.

4年間の振り返り 学業については、「成績優秀者として卒業」という入学当初の目標を達成することができた。4年間の学びを評価していただいたことを嬉しく思う。



スポーツで未来を拓く自分を創る

鹿屋体育大学

A.C.E.KANOYAの足跡

【4年間の振り返り版】

学生生活ポートフォリオ

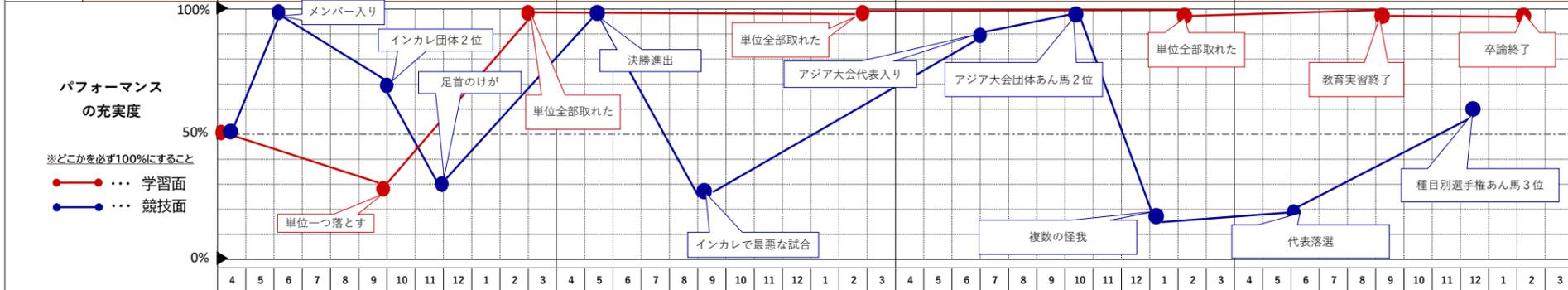
作成日：西暦 2025 年 3 月 4 日



ふりがな	** **	性別	男	学籍番号	*****	課外活動 (部活動)	体操競技部	種目 (ポジション)	***
氏名	** **	性別	男	学籍番号	*****	課外活動 (部活動)	体操競技部	種目 (ポジション)	***

大学4年間の目標	課外活動：パリオリンピック団体金メダル、あん馬金メダル 学業：卒業単位の修得、教職単位の修得								
----------	---	--	--	--	--	--	--	--	--

		1年次	2年次	3年次	4年次
学年目標	課外活動 (部活・奉仕活動)	団体メンバー入り	全日本個人総合選手権決勝進出	世界選手権出場、団体、あん馬優勝	パリオリンピック団体、あん馬優勝
	学業等	単位を落とさない	単位を落とさない	単位を落とさない	教育実習で学ぶ



年間の充実度 (%)	80%	80%	90%	40%
------------	-----	-----	-----	-----

成績・記録	課外活動 (部活・奉仕活動)	全日本インカレ団体2位、あん馬4位 全日本体操団体選手権4位	NHK杯出場 WCCパリオ大会ゆか4位、あん馬6位、つり輪7位 全日本体操団体選手権3位	アジア競技大会団体あん馬2位 アジア体操競技選手権大会団体2位、あん馬3位 全日本インカレ団体3位、あん馬優勝	あん馬日本ランキング1位 全日本インカレ団体2位、あん馬優勝 全日本種目別選手権あん馬3位
	学業等	2単位落単	特になし	特になし	教育実習 卒業論文完成

特記事項 (怪我・トラブル等)	11月ごろ三角靭帯断裂	インカレ前にコロナウイルス感染	1月三角靭帯再断裂、左肩肩甲下筋損傷	左肩の怪我が一年続く
--------------------	-------------	-----------------	--------------------	------------

部活動における役割等	学年キャプテン	学年キャプテン	学年キャプテン	副キャプテン
------------	---------	---------	---------	--------

振り返り理由・根拠	課外活動 (部活・奉仕活動)	目標を達成することができた。1年生として緊張することもあったが自分の持っている力を一杯出すことができた。しかしその後の目標である全日本インカレ団体優勝を達成することができなかった。	目標を達成することができた。しかし鹿屋体育大学のチームとして出る全日本インカレで多くの失敗をしてしまった。来年度の全日本体操個人総合選手権の権利も取れなかった。	目標を達成できなかった。しかし目標に対してこれまで以上に強い気持ちで練習に取り組めた。初めての日本代表になることができ、結果を残すことができた。大きく飛躍することができた。	パリオリンピックの選考会が迫り、焦りから練習量が増え怪我が増えた。練習もまともにすることができず代表選考も落選した。その中でもやれることを考え最低限の結果を残すことができた。
	学業等	一科目単位を落としてしまった。	一つも単位を落とさなかった。	一つも単位を落とさなかった。 初めての模擬授業もなんとかこなすことができた。	三週間の教育実習を頑張ることができた。生徒たちとできる限りの信頼関係を築くことができた。 卒論を完成させることができた。

成長 (学んだこと、貴気づいたこと)	課外活動 (部活・奉仕活動)	チーム戦を学ぶことができた。高校生までは1人で頑張ることが多かったが、チームで頑張る大切さを学んだ。	大事な場面で決める大切さを学んだ。一発勝負の全日本の試合で決め切ることができた。一度でも失敗していたら決勝に進むことができていなかった。 コロナウイルスの影響で練習を詰めていなかった全日本インカレも試合一発決める強さが必要だった。	多くの方に応援してもらっていることに気づくことができた。多くの方にアジア大会を応援していただけた。そのためにも頑張らないといけないと思った。それと同時に代表になったという責任にも気づくことができた。自分のためにも、応援してくれている人のためにも結果を出さないといけないと感じた。	自分の体の大切さを学んだ。練習をすれば上手くなるが、練習をやりすぎると怪我が増えることに改めて気づけた。一番いいバランスをとりながら練習することが大切だと思った。 怪我をしていても試合は近づいてくる。注射を打ったり体を休めたりしながら試合に合わせる力がついた。
	学業等	課題などから感じたことなどを言葉にする能力がついた。	課題などから感じたことなどを言葉にする能力がさらについた。	みんなで協力して一つのこと(模擬授業など)をやり遂げる難しさと達成感を学ぶことができた。また多くの学生と話すことができたので人脈の大切さに気づくことができた。	教育実習で自分の思っていることを分かりやすく伝える力がついた。また、生徒たちとコミュニケーションをとることで信頼関係の大切さに気づくことができた。

特に身についた力 (当てはまるものに黄色で網掛け) ※複数選択可	1 運動実技力	2 実技指導力	3 事業運営力	1 運動実技力	2 実技指導力	3 事業運営力	1 運動実技力	2 実技指導力	3 事業運営力	1 運動実技力	2 実技指導力	3 事業運営力
	4 指導者基礎力	5 課題解決力	6 コミュニケーション力	4 指導者基礎力	5 課題解決力	6 コミュニケーション力	4 指導者基礎力	5 課題解決力	6 コミュニケーション力	4 指導者基礎力	5 課題解決力	6 コミュニケーション力
	7 リーダーシップ	8 一般教養・倫理	9 キャリアデザイン力	7 リーダーシップ	8 一般教養・倫理	9 キャリアデザイン力	7 リーダーシップ	8 一般教養・倫理	9 キャリアデザイン力	7 リーダーシップ	8 一般教養・倫理	9 キャリアデザイン力
	10 専門的な知識・教養	11 科学的支援力	12 科学的表現力	10 専門的な知識・教養	11 科学的支援力	12 科学的表現力	10 専門的な知識・教養	11 科学的支援力	12 科学的表現力	10 専門的な知識・教養	11 科学的支援力	12 科学的表現力

翌年度に向けての目標・課題	課外活動 (部活・奉仕活動)	一年生からチームに入ることができ、よいスタートを切ることができた。しかし、個人としての結果を出し切ることができなかったのが課題になる。	全日本個人総合選手権で結果を出すことができた。大学生の日本代表にも入ることができた。来年度は正代表に入って、日本代表として結果を出すことが目標になる。	アジア大会の代表に入ることができた。来年度のパリオリンピックに向けて得意種目を伸ばし、必ず代表に入る。	パリオリンピックの代表に入ることができなかった。来年度から社会人として体操を続けていくので、4年後のロサンゼルスオリンピックに向けて頑張っていきたい。
	学業等	来年度は単位を落とさない。	来年度から本格的に教育実習の授業が始まっていくので頑張っていきたい。	来年度は教育実習がある。生徒たちにとってよい時間になるように頑張る。	教育実習ですべてよい時間を過ごすことができた。この経験を忘れずに社会人でもコミュニケーションをとって頑張っていきたい。

最低限、学業を頑張りがりながら体操競技中心の4年間を過ごした。高校生の頃は日本代表に入ることもできなかった時代を過ごしたが、大学4年間で大きく成長することができた。特に周りの方のサポートのおかげでここまですることができたと思う。怪我をした時にもトレーナーの先生や病院の先生にも支えてもらった。またファンの方や親、チームのみんなにもたくさん応援してもらって、さらに頑張る理由が増えた。この4年間で学んだことを忘れないように社会人でも周りの方への感謝を忘れずに頑張っていきたい。最終的な目標であったパリオリンピック団体金メダル、あん馬金メダルを達成することができなかったのが、4年後必ずロサンゼルスオリンピックで団体金メダル、あん馬金メダルという目標を達成できるように頑張っていきたい。この目標を達成することがここまで支えてくれた方への恩返しになると、この4年間で強く思った。



スポーツで未来を拓く自分を創る

鹿屋体育大学

A.C.E.KANOYAの足跡

【4年間の振り返り版】

学生生活ポートフォリオ

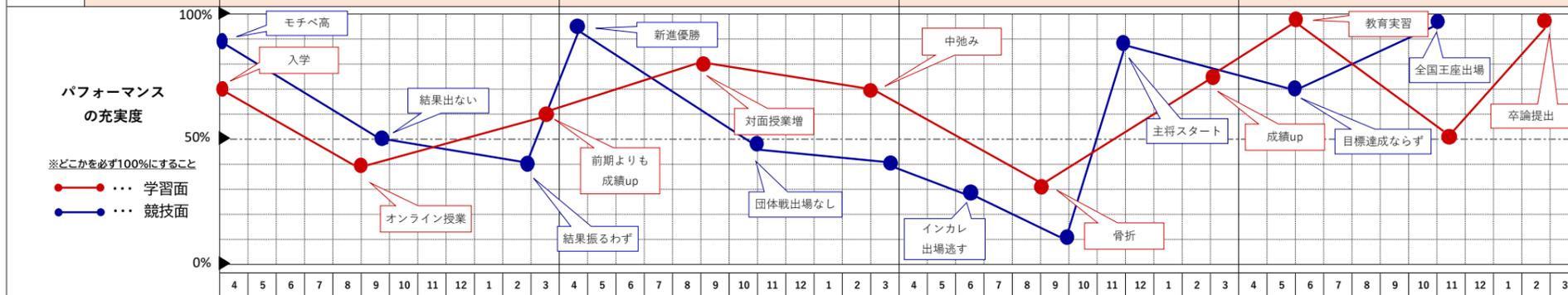
作成日：西暦 2025 年 3 月 15 日



ふりがな	** **	性別	男	学籍番号	*****	課外活動 (部活動)	テニス	種目 (ポジション)	***
氏名	** **	性別	男	学籍番号	*****	課外活動 (部活動)	テニス	種目 (ポジション)	***

大学4年間の目標	課外活動：インカレ出場 学業：4年で卒業かつGPAを高い水準で
----------	------------------------------------

		1年次	2年次	3年次	4年次
学年目標	課外活動 (部活・奉仕活動)	九州学生ベスト16	インカレ予選単複出場	インカレ予選単複出場	インカレ本戦単複出場 全国王座3位
	学業等	1単位も落とさない	SとA以外の評価を取らない	教職科目をやり遂げる	教育実習と卒業研究をやり切る



年間の充実度 (%)	80%	60%	50%	90%
------------	-----	-----	-----	-----

成績・記録	課外活動 (部活・奉仕活動)	九州学生新進優勝	九州学生ベスト8	九州学生単ベスト16複ベスト8	全国王座ベスト8
	学業等	1単位も落とさない	冬季アウトドアスポーツ実習	教育実習の権利獲得	教育実習 卒業研究完成

特記事項 (怪我・トラブル等)	多汗症	多汗症	足の甲骨折	手首の負傷
--------------------	-----	-----	-------	-------

部活動における役割等		会計		主将
------------	--	----	--	----

振り返り理由・根拠	課外活動 (部活・奉仕活動)	1年生で何もわからないところからスタートし、どんな大会があるかわからない中がむしゃらにプレーしていたことを覚えている。コロナ禍で不自由なこともあったが、それでも高校で最後自由にできなかったテニスを毎日行うことができ、とても充実した日々を送っていた。	2年生の4月に行われた大会で良い結果を残すことができ、スタートダッシュは良かった。しかしそこから自分が思っていた結果は残せず、悔しい年になってしまった。努力を重ねていまだに勝つには値しなかったのだと思う。それほどテニスという競技は、努力すれば勝てるようになるというものではない。長年やっているのだから悔しいが悔しかった。	3年目は一番悔しさの残る年となってしまった。目標としていたインカレ予選にあと1ポイントを取れば出場できるところを逃してしまっ。その後アルバイト先で足の甲を骨折してしまい、約2ヶ月テニスができない日々が続いた。一番ショックな年であった。	ラストの年でも入学当初からの目標である、インカレ出場は叶わなかった。しかし、そこで腐ることはなく最後の団体戦に向けて常に前を向いてチームを牽引した。九州で1番になり、全国に出場し、関西チームには勝てなかったものの、とても満足のいく4年間を過ごす事ができた。
	学業等	入学後はまだコロナ禍ということもあり、ほとんどオンライン授業であった。友達と対面で話すことなどほとんどなかった。その分、部活内での交流が多く、特に同学年で助け合い、授業を乗り切ることができたと感じている。	2年目になり、授業のレポートもコツを掴めるようになった。もちろんGPAは良くなっていったが、後期の英語を2単位分落としてしまった。それがとても悔しかった。情けないミスで15回分の授業を無駄にするのがどれほど悔しいかを学ぶことができた。	学業は特に問題なくこなすことができていた。3年目なので通常科目はレポートを頑張りと、教職科目は特に模擬授業を頑張った。教育実習が待っているとわかってきたため、そこで困らないようにするために必死に頑張った。	教育実習の3週間はとても大変で気づかされたことを覚えている。しかし、その分やりがいをもっと感じる事ができた。卒業研究も無事に提出する事ができ、卒業が決まった。全てをやり切ったと思った。

成長の振り返り	課外活動 (部活・奉仕活動)	私が思っていたよりも、九州のテニスのレベル・大学内のレベルが高く、付いていくので精一杯だったことを今でも覚えている。同期が1年目からインカレに行き、団体戦のメンバーにも入って戦っている姿がとてもかっこよかった。その中で、推薦組に勝つという目標を毎日過ごすことがとても良かったと感じる。	自分が求めていた結果は出ずとも、入学時よりも自分自身が成長していると思うことはできた。なので悔しいのはもちろんだが、テニス自体は好きという気持ちは変わらず常に前を向いていた。3年目に向けて気持ちを作っていたと思う。	3年目にして、自分の目標とする試合にあと1ポイントというところまで行けたことには、ある程度満足していたが、その1ポイントがなぜ取れなかったのか、ずっと考え続けた。最初は試合映像を振り返ることもなかったが、時間が経ってから少しずつ映像を見返し、また頑張ろうと決心する一方で、ラスト1年で結果を出さなければならぬというプレッシャーも感じていた。	4年間というものがあったという間だった。特に自分が思い描いたような結果は得られなかったが、それでも頑張った過程を自分で褒めたいと思う。大学4年間、ずっと頑張ってきたことは私にとって、きつい場面も多かった。勝負の世界の厳しさは小学生の頃から知っていて、辞めたいと思ったこともあったが、それでも協力してくれた両親に感謝の気持ちを忘れずにしたい。
	学業等	オンライン授業であったため、もっと深く広く自分から学びにいけなかったと感じる。授業を聞いていなかったわけではないが、対面よりどうしても集中できず、努力を怠った部分が見られる。また、1年生の頃から成績というものにこだわっておけば良かったとも感じる。	1年時に比べ、対面の授業も増えて学生との交流も増えた。ようやく大学らしい生活を送れていると実感できた。GPAも徐々に上がり、1年生の時にもっと頑張っておけば良かったという気持ちと、単位を落としたことへのショックが大きかった。	模擬授業に重点を置いて頑張ったことで、他の班よりも時間はかかったかもしれないが、より良いものを作ることができたように感じる。これを教育実習に活かすことができればより良いものになると感じる。	4年間の成績は上がっていく一方だった。コツを掴み始めたということもあるが、早くにもっと頑張れば良かったかなと思う。それだけが心残りだ。それ以外は本当にやり切ったと言えるくらい頑張った。4年間頑張れたことは自信につながると思う。

特に身についた力 (当てはまるものに黄色で網掛け) ※複数選択可	1 運動実技力	2 実技指導力	3 事業運営力	1 運動実技力	2 実技指導力	3 事業運営力	1 運動実技力	2 実技指導力	3 事業運営力	1 運動実技力	2 実技指導力	3 事業運営力
	4 指導者基礎力	5 課題解決力	6 コミュニケーション力	4 指導者基礎力	5 課題解決力	6 コミュニケーション力	4 指導者基礎力	5 課題解決力	6 コミュニケーション力	4 指導者基礎力	5 課題解決力	6 コミュニケーション力
	7 リーダーシップ	8 一般教養・倫理	9 キャリアデザイン力	7 リーダーシップ	8 一般教養・倫理	9 キャリアデザイン力	7 リーダーシップ	8 一般教養・倫理	9 キャリアデザイン力	7 リーダーシップ	8 一般教養・倫理	9 キャリアデザイン力
	10 専門的な知識・教養	11 科学的支援力	12 科学的表現力	10 専門的な知識・教養	11 科学的支援力	12 科学的表現力	10 専門的な知識・教養	11 科学的支援力	12 科学的表現力	10 専門的な知識・教養	11 科学的支援力	12 科学的表現力

翌年度に向けての目標・課題	課外活動 (部活・奉仕活動)	1年目は付いていくことだけでも大変だったが、ようやく生活にも慣れ、結果も求めていかなければならないと感じていた。思っていたよりもレベルが高く、その中で結果を出すためには苦手を克服しないといけないと分かっていた。しかし、苦手意識は長く根付いたものであり、それを克服するのは簡単ではないとも実感していた。	大学のテニス人生も気付けば振り返りを迎えていた。3年目でラストになる大会も出てくるので、後悔なく頑張りたいと思っていた。4年目で結果を残すのは当たり前、そのために少しでも3年生で結果を出すために努力したいと思っていた。	気付けば入学してからラストの年となる。主将にもなり、自分自身の結果だけでなく、周りのことも気にしながらプレーをしなければならぬ。その中で、結果を求めるためにできることは何かを常に探そうにしていた気がする。	最後の年は主将を務めさせてもらい、チームを導くということも学ぶ事ができた。来年からは教員になる。おそらく部活動も持つことになる。そこで生徒たちを導くという点で、今回の学びが多く活かされることになる。大学生で学んだ多くのことを生徒たちに伝えていけると良い。
	学業等	1年目で授業の流れや雰囲気を感じることができたため、2年目からは成績を意識していく必要があると感じていた。1年目を頑張らなかつたわけではないが、やって行っていた部分があったので改善する必要があると思っていた。	3年生になると授業も少し楽にはなるものの、教職科目の比重が重たい。単位を落とせば教育実習に行けなくなるので、頑張ろうと決めていた。	無事に教職科目の単位を習得し、教育実習に行ける事が決まった。母校に戻るということもあり、緊張や不安が多かった。知っている先生方に見られるということは自分の中でとても不安で、しっかり用意しなければという思いが強かった。	4年間で学んだことはとても大きいし、これからの財産になる。常に上を目指し続けて、向上心を忘れないようにしたい。人間は一生勉強という言葉が好きだ。成長を求めなくなった者に面白さはないと思う。自分自身が常に成長し続けたいと思う。

4年間の振り返り	4年間は気付けばあっという間に終わっていた。課外活動で頑張った過程は一生自信を持って生徒たちに話ができると思う。1つの競技を十数年頑張ることは、私にとって当たり前だったが、自分を褒めてあげたいと思う。勝負の厳しさや楽しさを、今後みんなに伝えていけると良いと思う。学業での頑張りは、これからも継続していきたいと思う。教師になって大事なことは授業で勝負することだと思ふ。もちろん1年目で失敗することもあると思うが、失敗から学ぶことが多いのが人生だと思う。なので失敗を恐れず、正しい授業に楽しさや充実感を追い求めていきたい。
----------	---



スポーツで未来を拓く自分を創る

鹿屋体育大学

A.C.E.KANOYAの足跡

【4年間の振り返り版】

学生生活ポートフォリオ

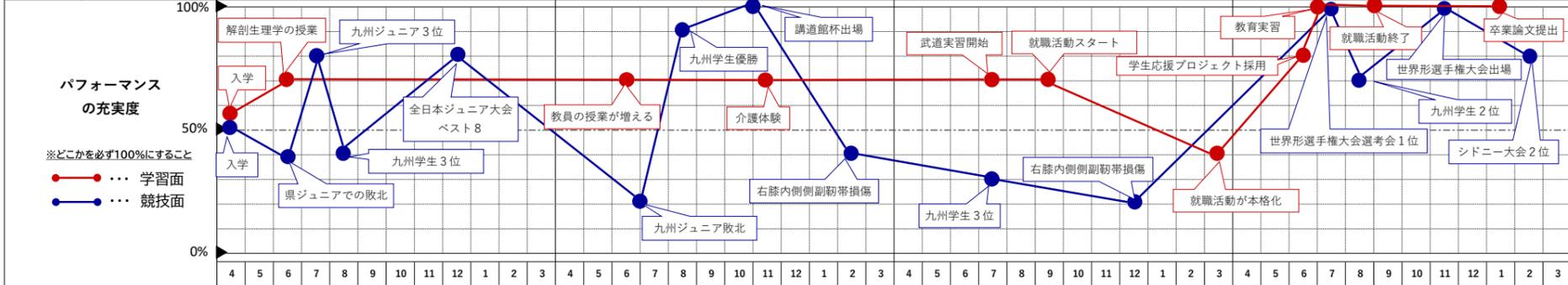
作成日： 西暦 2025 年 3 月 18 日



ふりがな	** ** *	氏名	** ** *	性別	女	学籍番号	*****	課外活動 (部活動)	柔道部	種目 (ポジション)	***
------	---------	----	---------	----	---	------	-------	---------------	-----	---------------	-----

大学4年間の目標	課外活動：九州学生体重別選手権大会での優勝・講道館杯への出場 学業：教員免許の取得・競技に生かすための知識を学ぶ										
----------	---	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

		1年次	2年次	3年次	4年次
学年目標	課外活動 (部活・奉仕活動)	・九州ジュニア体重別選手権大会：1位 ・九州学生体重別選手権大会：1位 ・全日本ジュニア体重別選手権大会	・九州ジュニア体重別選手権大会：1位 ・九州学生体重別選手権大会：1位 ・講道館杯出場	・九州学生体重別選手権大会：1位 ・講道館杯出場 ・全日本柔道形競技大会1位	・九州学生体重別選手権大会：1位 ・講道館杯出場 ・世界形選手権大会U-23 出場
	学業等	・単位を落とさない	・単位を落とさない	・ゼミで卒業計画を立てる	・卒論研究作成 ・教育実習



年間の充実度 (%)	60%	80%	60%	80%
------------	-----	-----	-----	-----

成績・記録	課外活動 (部活・奉仕活動)	・九州ジュニア体重別選手権大会：3位 ・九州学生体重別選手権大会：3位 ・全日本ジュニア体重別選手権大会ベスト8	・九州学生体重別選手権大会：1位 ・講道館杯出場	・九州学生体重別選手権大会：2位 ・全日本学生柔道形競技大会4位	・九州学生体重別選手権大会：2位 ・世界形選手権大会U-23 出場
	学業等	・授業に真面目に取り組む	・教員の授業の単位を落とさない	・教員の授業の単位を落とさない	・教育実習をやりきる

特記事項 (怪我・トラブル等)		右膝内側副靭帯損傷 (2月)	右膝内側副靭帯損傷 (10月)	右膝内側副靭帯損傷 (4月～)
--------------------	--	----------------	-----------------	-----------------

部活動における役職等					
------------	--	--	--	--	--

振り返り (点数の理由・根拠)	課外活動 (部活・奉仕活動)	全日本ジュニアに初めて出場し、自分の実力を試すことができた。ジュニアの大会では成績を残すことができたが、学生の大会では思っていた成績を残すことができず、学生での課外活動への取り組み方を考えさせられた。	ジュニアの大会で思っていた成績を残せず、モチベーションが落ちてしまったが、切り替えて九州学生大会に向けて練習に取り組んだ結果、48kg級で優勝することができた。この経験が競技生活に新しい刺激になり、モチベーション向上に繋がった。	全日本学生優勝大会で初めて団体戦のメンバーに選んでいただき、団体戦に出場することができた。個人戦では思っていた成績を残すことができず、悔しい結果になった。全日本学生柔道形競技大会に出場し、入賞したことで競技にも精神的に力を入れるようになったことで、競技への新しい関わり方を見つけることができた。	最後の全日本学生体重別選手権大会では勝ち切ることができなかったが、全国大会で戦うレベルになったということが大学まで競技を続けてよかったという達成感に繋がった。形競技では世界大会に繋げることができた。結果は残せなかったが、初の世界大会を経験することで、人生観を変えることができた。
	学業等	大学入学時は、学ぶことひとつひとつが新鮮で面白く、興味であふれていた。特に、解剖生理学の授業が面白く、競技に直接生かせるような知識を得ることができた。	教員の授業が本格的に始まって、指導案などを作成することもあった。具体的に教員のイメージができてきて、面白かった。	就職活動のために自己分析を徹底していた。自己分析を行うことで自分の目標や性格を改めて理解することができた。	今年は学生応援プロジェクトやクラウドファンディングなど、多くの取り組みを行うことで、自分のスキルも上がった。

成長 (学んだこと・貴気づいたこと)	課外活動 (部活・奉仕活動)	高校時代のように指示を待っているようでは成長しないことがわかった。自分で考えて、自己分析を行い、足りない部分を理解することが大切であることに気づいた。	あと一つというところで勝ち切るためには、試合の構成など、内容の組み立てを実践の中で行うことが必要だと学んだ。	競技で思った結果が残せなかったのは、練習やトレーニングなどがマンネリ化していて、向上意欲が足りなかったと感じた。常に向上心を持って意識を高く持たなければならぬと学んだ。	多方面から競技に触れることで、柔道が国際的に需要があることがわかった。今後、競技以外でも多くの人に知ってもらえる競技であることを学んだ。
	学業等	リモートでの授業が多く、リモート授業でのメリットを感じることができた。大人数の生徒が一度に授業を受けることができるのはメリットだと思った。	授業と部活動の両立ができてきて、大学生活の過ごし方をつかむことができた。	就職活動と部活動の両立が難しく、日常のスケジュールを効率的に行うことが必要であることがわかった。	就職活動がおわって、自分の人間力が1つ上がった気がした。社会人になるという自覚を持つことができ、自分自身も深く理解することができた。

特に身についた力 (当てはまるものに黄色で網掛け) ※複数選択可	1 運動実技力	2 実技指導力	3 事業運営力	1 運動実技力	2 実技指導力	3 事業運営力	1 運動実技力	2 実技指導力	3 事業運営力	1 運動実技力	2 実技指導力	3 事業運営力
	4 指導者基礎力	5 課題解決力	6 コミュニケーション力	4 指導者基礎力	5 課題解決力	6 コミュニケーション力	4 指導者基礎力	5 課題解決力	6 コミュニケーション力	4 指導者基礎力	5 課題解決力	6 コミュニケーション力
	7 リーダーシップ	8 一般教養・倫理	9 キャリアデザイン力	7 リーダーシップ	8 一般教養・倫理	9 キャリアデザイン力	7 リーダーシップ	8 一般教養・倫理	9 キャリアデザイン力	7 リーダーシップ	8 一般教養・倫理	9 キャリアデザイン力
	10 専門的な知識・教養	11 科学的支援力	12 科学的表現力	10 専門的な知識・教養	11 科学的支援力	12 科学的表現力	10 専門的な知識・教養	11 科学的支援力	12 科学的表現力	10 専門的な知識・教養	11 科学的支援力	12 科学的表現力

翌年度に向けての目標・課題	課外活動 (部活・奉仕活動)	2年生では学生の大会で結果が残せるように試合の内容を自分で組み立てられるように意識して練習していく。	2年生では大学での目標を一つ達成することができたので、そこで結果を残せるようにパフォーマンス向上を目指す。	3年生では競技で思っていた成績を残すことができなかったため、競技生活ラストに向けて頑張る。	4年生で競技・形競技の両方でよい締めくくりができた。形競技は生涯スポーツとして取り組んでいける競技の一つなので、今後でも取り組んでいきたい。
	学業等	教員の授業が本格的に始まるので、授業の内容を理解できるように予習復習をしっかりとる。	授業と部活動の両立ができてきて、大学生活の過ごし方をつかむことができた。就職活動などと両立していけるように効率よく計画性のある行動を心がけたい。	就職活動が本格的に始まってきて、部活動と就職活動の両立が難しくなってきた。就職活動は人生に関わる大切なものなので、これからもっと力をいれたい。	今年は学生応援プロジェクトやクラウドファンディングなど、多くの取り組みを行うことで、自分のスキルも上がった。

4年間の振り返り	部活動では自分が目標にしていた講道館杯出場を達成することができ、学業では教員免許を取得することができ、大学での学生プロジェクトやクラウドファンディングなど、様々な活動を行うことができた。試合で思っていた結果が出せない時期やケガで悩まれた時期があったが、そこを乗り越えることで成長することができた。就職活動を行うことで、自己分析を改めて行うことができ、企業研究や面接を通して、社会人になる自覚を得ることができ、一回り成長することができた。鹿屋島という地元の大学に進学することで、周りの方々の温かさを改めて感じる4年間だった。これから地元を離れることになるが、この4年間で学んだことを生かして社会人として成長していけるように頑張りたい。										
----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--



スポーツで未来を拓く自分を創る

鹿屋体育大学

A.C.E.KANOYAの足跡

【4年間の振り返り版】

学生生活ポートフォリオ

作成日：西暦 2025 年 3 月 18 日

ふりがな

氏名

性別

女

学籍番号

課外活動 (部活動)

ダンス部

種目 (ポジション)



大学4年間の目標

課外活動：Exseedの活動を通して児童生徒たちや現場の先生方との関わりを大事にする
学業：教員免許を必ず取得する

※Exseed (エクシード) …子どもの運動プログラム

Main table with 12 columns (years 1-4) and 10 rows (Goals, Performance, Records, etc.). Includes a line graph for performance and a table for self-reflection.