

科目名	ビジネススキル2						年度	2026	
英語科目名	Business skills 2						学期	後期	
学科・学年	スポーツ健康学科三年制 バスケットボールコース 1年次	必/選	必	時間数	30	単位数	2	種別※	講義
担当教員	鈴木憲幸	教員の実務経験		有口	実務経験の職種		SBL2所属クラブ、大学学連所属 チームなどのコーチ		
【科目の目的】 競技引退後のキャリア形成に備え、社会で自立して活躍できる力を身につけることにあります。自己管理やコミュニケーション、セルフブランディングなどのスキルは、競技生活にも役立ち、将来的な選択肢を広げるために重要です。また、ビジネスの基本的な知識を習得することで、競技外でも自分らしく生きる力を養うことができます。									
【科目の概要】 社会人に必要なヒューマンスキルおよび、ビジネス検定合格のためのスキルを身につけます。									
【到達目標】 A. 社会やビジネスの基本構造を理解し、働く意味を考えられるようになる B. 自己分析とセルフマネジメントができるようになる C. ビジネスに必要なコミュニケーションスキルを身につける D. 自分自身を効果的に発信・ブランディングできる E. 競技引退後のキャリアを見据えた行動計画を立てられる									
【授業の注意点】 遅刻・欠席の場合は電話連絡をすること。授業時数の4分の3以上出席しない者は評価することができない。									
評価基準＝ルーブリック									
ルーブリック 評価	レベル5 優れている	レベル4 よい	レベル3 ふつう	レベル2 あと少し	レベル1 要努力				
到達目標 A	社会やビジネスの基本構造を理解し、働く意味を考えられるようになり自身のキャリアアップに繋がられた		社会やビジネスの基本構造を理解し、働く意味を考えられるようになった		社会やビジネスの基本構造を理解し、働く意味を考えられなかった				
到達目標 B	自己分析とセルフマネジメントができるようになり自身のキャリアアップに繋がられた		自己分析とセルフマネジメントができるようになった		自己分析とセルフマネジメントができなかった				
到達目標 C	ビジネスに必要なコミュニケーションスキルを身につけられ自身のキャリアアップに繋がられた		ビジネスに必要なコミュニケーションスキルを身につけられた		ビジネスに必要なコミュニケーションスキルを身につけられなかった				
到達目標 D	自分自身を効果的に発信・ブランディングでき自身のキャリアアップに繋がられた		自分自身を効果的に発信・ブランディングできた		自分自身を効果的に発信・ブランディングできなかった				
到達目標 E	競技引退後のキャリアを見据えた行動計画を立て自身のキャリアアップに繋がられた		競技引退後のキャリアを見据えた行動計画を立てられた		競技引退後のキャリアを見据えた行動計画を立てられなかった				
【教科書】 配布プリント									
【参考資料】									
【成績の評価方法・評価基準】 試験と課題を総合的に評価する。積極的な授業参加度、授業態度によって評価する。									
※種別は講義、実習、演習のいずれかを記入。									

科目名		ビジネススキル2			年度	2026	
英語表記		Business skills 2			学期	後期	
回数	授業テーマ	各授業の目的	授業内容	到達目標＝修得するスキル	評価方法	自己評価	
1	オリエンテーション	なぜビジネススキルを学ぶのか	1	オリエンテーション	授業概要の理解できる	3	
			2	ビジネススキルとは	ビジネススキルを知る・理解できる		
2	コミュニケーションスキル④	チームでの役割と対人関係	1	チームにおける役割理解	チームにおける役割理解ができる		
			2	対人関係の基本スキル	対人関係の基本スキルが理解できる		
			3	演習・グループワーク	チームでの役割と対人関係が理解できる		
3	コミュニケーションスキル⑤	オンラインでのコミュニケーションのマナー	1	オンライン特有のマナーを理解する	オンライン特有のマナーを理解できる		
			2	効果的な伝え方・聞き方の工夫	効果的な伝え方・聞き方の工夫が理解できる		
			3	演習・ロールプレイ	オンラインでのコミュニケーションのマナーが理解できる		
4	コミュニケーションスキル⑥	ロールプレイで伝え方を練習	1	伝え方の基本を学ぶ	「結論から話す」「5W1Hで整理」など伝達の基本原則を理解できる		
			2	ビジネス場面の想定	ビジネス場面のコミュニケーションができる		
			3	改善とフィードバック	ロールプレイでコミュニケーションスキルが理解できる		
5	ブランディング・発信力	自分をブランド化するには？(セルフブランディングの基礎)	1	セルフブランディングの概念理解	セルフブランディングの概念を理解できる		
			2	自己分析とブランド要素の抽出	自己分析とブランド要素の抽出ができる		
			3	発信の基本と実践ワーク	セルフブランディングの基礎が理解できる		
6	ブランディング・発信力	SNS活用術①：効果的な発信とは	1	SNSとセルフブランディングの関係を理解する	SNSとセルフブランディングの関係を理解できる		
			2	効果的な発信の要素を学ぶ	効果的な発信の要素を理解できる		
			3	自分のSNS発信をデザインする	自分のSNS発信をデザインできる		
7	ブランディング・発信力	SNS活用術②：注意点と炎上リスク	1	SNS発信に潜むリスクを理解する	SNS発信に潜むリスクを理解できる		
			2	炎上を招く投稿の特徴を知る	炎上を招く投稿の特徴を理解できる		
			3	リスク回避と適切な発信の実践ワーク	リスク回避と適切な発信が理解できる		
8	ブランディング・発信力	自己PRの作り方(エピソードを使って伝える)	1	自己PRの基本構造を理解する	自己PRの基本構造を理解できる		
			2	エピソードの掘り下げと言語化	エピソードの掘り下げと言語化ができる		
			3	自己PRプレゼン演習	自己PRプレゼン演習ができる		
9	ブランディング・発信力	プレゼンテーションの構成と話し方	1	プレゼンの基本構成を理解する	プレゼンの基本構成を理解できる		
			2	効果的な話し方のスキルを習得する	効果的な話し方のスキルを習得できる		
			3	ミニプレゼン演習	プレゼンテーションの構成と話し方が理解できる		
10	ブランディング・発信力	自分の強みを1分で伝える	1	1分自己紹介	自己PRの基本を理解できる		
			2	自分の強みを言語化	自分の強みを言語化できる		
			3	1分間プレゼン	自分の強みをプレゼンできる		
11	実践・応用編	お金の教養①：収入・支出・貯金の基礎	1	収入と支出の仕組みを理解する	収入と支出の仕組みを理解できる		
			2	家計管理と貯金の基本	家計管理と貯金の基本を理解できる		
			3	ライフプランとお金のシミュレーション	ライフプランに応じたお金の仕組みが理解できる		
12	実践・応用編	お金の教養②：契約・スポンサー・税金の基本	1	契約の基礎と交渉実践	契約の基礎と交渉実践が理解できる		
			2	スポンサー・広告契約の仕組み	スポンサー・広告契約の仕組みが理解できる		
			3	税金・収入管理の基本	税金・収入管理の基本が理解できる		
13	実践・応用編	キャリアの選択肢(プロ選手、起業・会社員・指導者など)	1	プロ選手としてのキャリア戦略	プロ選手としてのキャリア戦略が理解できる		
			2	起業・会社員としてのキャリアの考え方	起業・会社員としてのキャリアの考え方が理解できる		
			3	指導者・スポーツ教育分野でのキャリア	指導者・スポーツ教育分野でのキャリアが理解できる		
14	実践・応用編	就職活動の基礎(履歴書・面接・インターン)	1	履歴書・エントリーシート作成の基本	履歴書・エントリーシート作成の基本を理解できる		
			2	面接対策とコミュニケーションスキル	面接対策とコミュニケーションスキルが理解できる		
			3	インターンシップ・職場体験の活用	インターンシップ・職場体験の活用を理解できる		
15	総括	自分のキャリアプラン作成	1	自己分析と強みの発見	自己分析と強みの発見ができる		
			2	キャリアの選択肢と目標設定	キャリアの選択肢を理解し目標設定ができる		
			3	行動計画と進捗管理	行動計画と進捗管理ができる		

評価方法：1. 小テスト、2. パフォーマンス評価、3. その他

自己評価：S：とてもよくできた、A：よくできた、B：できた、C：少しできなかった、D：まったくできなかった

備考等