

科目名	キャリアデザイン						年度	2026	
英語科目名	Career Design						学期	前期	
学科・学年	スポーツ健康学科三年制 スポーツビジネスコース 1年次	必/選	必	時間数	30	単位数	2	種別※	講義
担当教員	石川和希		教員の実務経験	有	実務経験の職種	スポーツメーカー			

**【科目の目的】**

将来なりたい自分をイメージし、インターンを行っていく中で、社会人経験を積んでいく

**【科目の概要】**

自己のキャリア形成に必要な目標設定や自己分析の方法、業界関連の情報収集の方法、企業に求められるスキルの獲得方法と向上させる方法を学び、個人に合わせたキャリアデザインを行います。

**【到達目標】**

到達目標A：自分の将来をイメージし、就きたい仕事を明確化できる  
 到達目標B：履歴書の書き方やメール対応などのスキルが身に付き、活用できる  
 到達目標C：インターン先で働くことができ、その企業に求められるスキルなどを獲得できる

**【授業の注意点】**

本授業では学生間および教員とのコミュニケーションが大切になります。授業で提供される情報から業界動向への認識を高めて、自分自身の職業観を高めていきましょう。

評価基準＝ルーブリック

ルーブリック 評価	レベル3 優れている		レベル2 ふつう		レベル1 要努力
到達目標 A	自分の将来をイメージし、就きたい仕事を明確化できる		自分の将来をイメージできる		自分の将来をイメージできない
到達目標 B	履歴書の書き方やメール対応などのスキルが身に付き、活用できる		履歴書の書き方やメール対応などのスキルが身に付けることができる		履歴書の書き方やメール対応などが理解できない
到達目標 C	インターン先で働くことができ、その企業に求められるスキルなどを獲得できる		インターン先で働くことができる		インターン先で働くことができない
到達目標 D					
到達目標 E					

**【教科書】**

特になし

**【参考資料】**

**【成績の評価方法・評価基準】**

成績評価については、授業内評価とし、授業内における達成度・到達度を総合的に判断して行います。

※種別は講義、実習、演習のいずれかを記入。

科目名		キャリアデザイン			年度	2026
英語表記		Career Design			学期	講義
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	授業内容の把握	1 授業の目的について	授業の取り組み方、目的、目標の説明 今後の流れ、スケジュールなどを理解できる	2	
2	履歴書	履歴書の作成	1 履歴書の目的	履歴書がなぜ必要か理解できる	2	
			2 作成方法	作成方法を理解できる		
3	メール対応	メール作成	1 メールの作成方法	メール作成方法を理解できる	2	
4	インターン	インターンについて	1 インターンとは	インターンを理解できる	2	
			2 インターンの探し方	興味ある企業を探すことができる		
			3 申し込み方法	申し込み方法を理解できる		
5	自己理解 自己分析	自己分析をしよう	1 自己分析とは	自己分析を理解できる	2	
			2 自己分析方法	分析方法を理解できる		
			3 企業とのマッチング	自分に合う企業を見つけることができる		
6	面接	面接指導	1 面接について	面接について理解できる	2	
			2 面接方法	面接方法を理解できる		
7	スケジュール管理	スケジュール作成	1 スケジュール作成	スケジュール作成ができる	2	
8	実務・業務について	インターン先での仕事をまとめる	1 業務内容	業務内容を理解し、まとめることができる	2	
9						
10						
11						
12			1 企業理解	インターン先企業の理念や価値観を理解できる	2	
13			1 反省点・改善点	業務に対する反省点や改善点を洗い出すことができる	2	
14	振り返り まとめ	発表	1 振り返り・まとめ	振り返りをする事が出来る	2	
15			1 発表	発表することができる	2	
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						