

日本工学院八王子専門学校		開講年度	2019年度（平成31年度）		科目名	メンタルスキル2	
科目基礎情報							
開設学科	スポーツ健康学科三年制		コース名	スポーツインストラクターコース		開設期	前期
対象年次	2年次		科目区分	必修		時間数	15時間
単位数	1単位		授業形態	講義			
教科書/教材	毎回レジュメ・資料を配布し、参考書・参考資料等は、授業中に指示します						
担当教員情報							
担当教員	村越			実務経験の有無・職種	管理栄養士、国際身体測定技師level1		
学習目的							
就職活動に役立つメンタルスキルの習得をします。							
到達目標							
自分の長所と弱点をメンタル面から理解することができます 就職活動の課題を生徒全員で共有し、課題解決するための結論を導き出すことができます。							
教育方法等							
授業概要	・相手に自分の思いを伝えるためのペアワーク、プレゼンテーションをメインとします						
注意点	・この授業では、映像を使用するため授業中の私語や受講態度などには厳しく対応します ・授業時数の4分の3以上出席しない者は定期試験を受験することができません。						
評価方法	種別	割合	備 考				
	試験・課題	100%	試験と課題を総合的に評価します				
	小テスト						
	レポート						
	成果発表 （口頭・実技）						
	平常点						
授業計画（1回～8回）							
回	授業内容			各回の到達目標			
1回	オリエンテーション			1年次の復習をし、習熟度を理解します			
2回	コミュニケーション理論①			ポジティブシンキング、リフレーミング、パラダイムシフトの理論を理解します			
3回	コミュニケーション理論②			思考、行動、感情のサイクルを理解します			
4回	コミュニケーション理論③			思考、行動、感情の長所と短所の理解をすることができます			
5回	プレゼンテーション①			思考、行動、感情を利用した自己表現をすることができます			
6回	プレゼンテーション②			集団面接を仮想したプレゼンテーションをすることができます			
7回	コミュニケーションの課題			ニュースやSNSで見られる課題と解決方法の作成することができます			
8回	まとめ			上記の全てを理解することができます			