

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	セルフマネジメント	
科目基礎情報					
開設学科	情報ビジネス科	コース名	コース共通	開設期	前期
対象年次	1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・資料を配布する。				
担当教員情報					
担当教員	高橋 直樹、石原 美由紀		実務経験の有無・職種	有・コンサルタント、パソコンインストラクター	
学習目的					
セルフマネジメント（self-management）を訳すと自己管理となり、自分で自分を統制することを意味する。目的は2つあり、1つは肉体や精神をはじめとした自己を安定した状態を維持すること、もう1つはそれらをより良くするために改善を図ることである。こうしたセルフマネジメントの目的に合わせて、その能力を高める、あるいはスキルを身につけることが有効。					
到達目標					
今後の学生・社会人生活を有意義に生活するために、グループワークを通じて共同作業の重要性を学ぶ。グループワークをする上で必要なコミュニケーション能力、人間力を養うことを実働しながら学ぶ。企画、ファシリテーション、プレゼンテーションなどの基礎概念を理解し、手法の習得を目標とする。					
教育方法等					
授業概要	授業ではグループワークを中心にプロジェクタとコンピュータ、資料などを使って進める。				
注意点	グループワークを中心に授業を行う。各グループメンバーがそれぞれ役割を持ち、協力し合いながら作業を進め成果物を完成させる。授業中の私語や受講態度などは厳しく対応する。理由のない遅刻や欠席は認めない。また、授業時数の4分の3以上出席しない者は試験を受験することができない。授業の進捗状況により内容が前後する場合もある。				
評価方法	種別	割合	備 考		
	試験・課題				
	小テスト				
	レポート				
	成果発表 （口頭・実技）	50%	授業時間内に行われる発表方法、内容について評価する		
	平常点	50%	積極的な授業参加度、授業態度によって評価する		
授業計画（1回～15回）					
回	授業内容		各回の到達目標		
1回	オリエンテーション		講義概要、基本情報収集アンケート、手帳配布を理解する		
2回	目的と目標設定		2年後の得たいゴール、自分像を作る		
3回	時間管理と自己管理（1）		手帳の使い方を理解する		
4回	時間管理と自己管理（2）		手帳の使い方を理解する		
5回	ワークグループ形成（1）		相手の話を聞く、相手に話す、1対1の話し合い、複数人での話し合い		
6回	ワークグループ形成（2）		リーダーシップを理解する		
7回	ゲーミフィケーション（1）		様々な事柄をゲームを通じて体感、疑似体験する		
8回	ゲーミフィケーション（2）		様々な事柄をゲームを通じて体感、疑似体験する		
9回	情報収集方法1		アンケート、インターネットの使い方、新聞読解を理解する		
10回	情報収集方法2		アンケート、インターネットの使い方、新聞読解を理解する		
11回	情報整理方法1		模造紙に情報を整理、付箋紙を使った情報整理、コンピュータを使った情報整理を理解する		
12回	情報整理方法2		模造紙に情報を整理、付箋紙を使った情報整理、コンピュータを使った情報整理を理解する		
13回	プレゼンテーション1		校内プレゼン（練習）		
14回	プレゼンテーション2		校外審査員プレゼン（本番）		
15回	まとめ		これまでの授業の内容の振り返り		