

フレッシュマン研修

ウタンフ
文武両道
スタイル

つながるウタンフへ



スポーツ栄養学



トランジションマネジメント

宇都宮短期大学
食物栄養学科

あなたの夢にきっと出会える

学科長 教授

百田 裕子

MOMOTA HIROKO



トレーニングが大切であるように、
食生活を理解することも大切。

中学から高校スポーツへ
移行期のマネジメントは重要。

略歴

本校情報商業科教諭

慶應義塾大学体育研究所講師

慶應義塾大学環境情報学部(SFC)卒業

筑波大学大学院人間総合科学研究科

スポーツ健康システムマネジメント専攻修了

NTT ネットワークサービスシステム研究所

福沢諭吉記念文明塾第一期修了

岩崎 陸

IWASAKI ATSUSHI



運動部活動生の知的好奇心を生み出すフレッシュマン研修は、様々な分野にアプローチします。

夏休みにはアスリートサポート夏期研修を実施します。他部活動生と組むチームビルディングで課題解決に挑戦します。

研修会は
月に1度

「他の学科や部活の生徒と知り合える」

「女子も大勢参加している」



英語科 教諭

粕尾 遥

KASUO HARUKA

運動部生には、
運動部生に合った勉強法がある。

アスリートサポート夏期研修



様々な部活動生と
チームを組み課題解決
「チームビルディング」



効果的な英語学習法

WAYS OF THINKING

- Creativity and innovation
- Critical thinking, problem-solving, decision-making
- Learning to learn/metacognition (knowledge about cognitive processes)

21世紀型スキル(ATC21s) ※インテル,マイクロソフトなど 米国ハイテク企業のバックアップ

思考の方法

- 創造力とイノベーション
- 批判的思考、問題解決、意思決定
- 学びの学習、メタ認知

仕事のツール

- コミュニケーション
- コラボレーション(チームワーク)

仕事の方法

- 情報リテラシー
- 情報通信技術に関するリテラシー

思考の方法

- 地域と国際社会での市民性
- 人生とキャリア設計
- 個人と社会における責任

TOOLS FOR WORKING

- Information literacy
- Information and communication technology (ICT) literacy

WAYS OF WORKING

- Communication
- Collaboration (teamwork)

WAYS OF LIVING IN THE WORLD

- Citizenship - local and global
- Life and career
- Personal and social responsibility - including cultural awareness and competence

多彩な講義、ディスカッション、チームビルディングにより

メタ認知、コミュニケーション、コラボレーション等の21世紀型スキルを獲得

「現代社会に必要なとなる人間形成」を駆動目標として生徒をサポートする

運動部活動1年生に対するフレッシュマン研修

年間全8回のフレッシュマン研修プログラム

| | | | | | | | |
|--|---|--|--|---|--|---|---|
| <p>第1回</p> <p>オリエンテーション</p> <ul style="list-style-type: none"> ・アスリートサポート概要 ・eラーニング説明と活用法(企業担当者) <p>講師 本校教員 木村政治</p> | <p>第2回</p> <p>トランジションマネジメント</p> <ul style="list-style-type: none"> ・中学から高校スポーツへの移行 ・ビジョン設定 <p>講師 本校教員 岩崎陸</p> | <p>第3回</p> <p>成長期の食生活とスポーツのための栄養</p> <ul style="list-style-type: none"> ・栄養と食事の概念 ・食事バランスワークシート <p>講師 栄養短大学科長 百田裕子</p> | <p>第4回</p> <p>運動部生のための時短英語学習法</p> <ul style="list-style-type: none"> ・効果的な英語の受講法 ・新出語調べとノートの取り方 <p>講師 本校教員</p> | <p>第5回</p> <p>夏季研修</p> <ul style="list-style-type: none"> ・意思決定するためのコミュニケーションスキル ・チームビルディング <p>講師 横浜商科大学 永野智久</p> | <p>第6回</p> <p>実践集中力</p> <ul style="list-style-type: none"> ・力の発揮方法 ・実践活用法 <p>講師 本校教員 荒川真喜志</p> | <p>第7回</p> <p>世界の映像分析</p> <ul style="list-style-type: none"> ・最新動向 ・データのスポーツ活用 <p>講師 Hudl社 高林諒一</p> | <p>第8回</p> <p>アスリートサポート修了式</p> <ul style="list-style-type: none"> ・修了生徒の発表 <p>校長先生 岩崎陸 木村政治 荒川真 坂田</p> |
|--|---|--|--|---|--|---|---|