

KONANスポーツサーティフィケート 2020

K O N A N
C E R T I F I C A T E
— Sports & Health —



さまざまなスポーツ・健康に関する学びや成績だけでは計れない力を評価
します。

スポーツ・健康に関する知識、スポーツ活動など修得した力に応じてブロンズ（3級）からゴールド（1級）までランクがあります。

スポーツサーティフィケートに挑戦しませんか！！

- 基礎体育学演習単位取得以降に**基礎共通科目・生涯スポーツ科目**などでスポーツ・健康関連科目を履修済み・履修予定の方
- **体育会団体**で熱心にスポーツに取り組んでいる方
- 体育会団体の**幹部**、スポーツイベントの**運営**に取り組んでいる方
- **トレーニングルーム**を頻繁に利用している方
- **SMILEプロジェクト**、**なんざっふ**などのスポーツ・健康系のプログラムに頻繁に参加している方
- スポーツが好きな方

スポーツサーティフィケート申請のためには？

必修領域

+

選択領域

① スポーツ・健康に関する知識および自己の健康管理

② 実践・継続力

③

- ・リーダーシップ
※1級はリーダーシップ必須
- ・資格取得
- ・協働力
- ・親和力
- ・探究心
- ・+α

その1 必修領域の基準を満たす

スポーツ・健康に関する知識
および自己の健康管理

実践・継続力

①体育会活動

②こうなんSMILE
プロジェクト参加

③保健体育科目
(実技)

④トレーニング
ルーム

・実践・継続力は①～④のいずれかに該当
※1級はリーダーシップ必須



① スポーツ・健康に関する知識 および自己の健康管理[必修]

3級は A)体組成測定

1級(3単位)

2級(2単位)

3級(1単位)

2級からは A)またはB)
※ただし A)1単位は必須

B)スポーツ・健康関連講義科目 1科目を1単位と数える

基礎共通科目

基礎スポーツ健康科学
スポーツと身体知
スポーツと経済
健康と生命科学

身体健康科学
トレーニング論
スポーツにおける健康管理
スポーツ文化論
生涯スポーツ論

キャリア創生共通科目

応用スポーツ健康科学
スポーツ指導論演習

マネジメント

スポーツと健康

フロンティア

科学と健康

エリアスタディーズ(マレーシア・マラヤ大学)

① スポーツ・健康に関する知識 および自己の健康管理[必修]

A) 体組成計測定

iCommons Fitness room
岡本トレーニングルーム

体組成チェックシート作成 → 提出

3ヶ月間で3回以上の測定を1単位と数えます。
体組成測定1単位は必須となります。

スポーツポートフォリオへの入力

スマホやパソコンから以下のアドレスにアクセス

<https://ssl.konan-u.ac.jp/sports/>

スマホからアクセスする時は
こちら ⇒

※入力方法についてはスポーツ&健康科学BOOKまたは全学教育推進機構事務室に問い合わせください。

学部		KONANスポーツサーティフィケート 体組成チェックシート		提出日		
学科	学籍番号	学籍番号	氏名	1	2	3
体組成記録用紙①	体組成記録用紙②	体組成記録用紙③		月 日	月 日	月 日
				体重		
				体脂肪率		
				脂肪量		
				除脂肪量		
				筋肉量		
				基礎代謝量		
				内臓脂肪レベル		
				BMI		
				体脂肪率と筋肉量 による体形判定		

※スポーツサーティフィケート取得要件(必修)を満たすためには以下のよう
に測定を行うこと
・各学年の期間は4週間以上空けること
・測定開始と測定終了時の間隔は3ヶ月であること
・上記期間における3回の測定を1単位として扱う

参考(必修要件)			
必修要件	自己申告事項		
体組成測定	1年間1単位	2年間3単位	3年以上5単位

【測定レポート】(3ヶ月間における記録の数値と作業状況について)

体組成チェックシート

※「体組成チェックシート」はKONANサーティフィケート
HP内にある「評価基準」からダウンロードしてください。



②実践・継続力[必修]

いずれかに該当



体育会活動
の継続



参加回数
Yoga & Pilates・バドミントン・
卓球・バスケット、なんザップ
※詳細については全学教育推
進機構事務室(スポ健担当)ま
たはMy KONANにて

こうなんSMILE
プロジェクト参加

保健体育科目
実技科目

<前期>
バスケット(月3限)
エアロビクス(火3限)
テニス(水3限)・フットサル(水3限)
フィットネス実習(金3限)
バドミントン(金3限)

<後期>
バスケット(月3限)・健康柔道(月3限)
エアロビクス火3限)
テニス(水3限)
フットサル(火3限)
フィットネス実習(金3限) バレー(金3限)
集中スキー・ゴルフ

→単位取得後に申請可能

★ポイントカードに記録しよう!
(事務室にて配布中)
→2020年度は参加後に送信するデータで
管理します。

トレーニング
ルーム

トレーニングルーム
iCommons Fitness room
岡本トレーニングルーム
どちらも利用可能!

★ポイントカードに記録しよう!
(事務室にて配布中)
→トレーナーに申し出れば押印してくれます。

NANZAP
produced by
スポーツ・健康科学教育研究センター

結果にこだわる
なんザップ

なんぼ一君、筋トレ始める!

KONANスポーツ元気プロジェクト

「プチ パーソナルトレーニング」!

<気軽に参加してください>

専門のトレーナーがプログラム&指導します
トレーニングをはじめるキッカケを逃した方
やり方がわからなくて不安な方
はじめませんか!

夏休み限定!
7月末締切

プチパシよう!!

甲南大学の学生・教職員!
誰でも参加OK!!
参加無料!

受付、詳細は!
岡本トレーニングルーム
(5号館東側)へ!



その2 選択領域の基準を満たす

	項目	内容
選 択	資格取得	スポーツリーダー・コーチングアシスタント資格
		市民救命士資格
		審判資格
		その他
	協働力	スポーツチューター(学生スタッフ)
		スポーツボランティア(個人参加)
		スポーツボランティア(団体参加)
		その他スポーツ・健康関連活動補助
		SA(スチューデントアシスタント)
	親和力	スポーツ国際交流活動等
		地域とのスポーツ交流
		応援ツアー参加(自分の所属以外の団体)
		その他スポーツ交流などに関する項目
	探究心	スポーツ・健康関連イベント等への参加
	α	県大会で入賞
		関西大会に出場
		関西大会で入賞
		全国大会に出場
		全国大会以上で入賞
		国際大会に出場
その他これらに準ずる項目		
その他スポーツ・健康に関する活動		
ウォーキングポイント		
体カテスト受験(基礎体育学演習履修中の実施は除く)		

1級...2つ以上の項目から
計7ポイント以上
2級...2つ以上の項目から
計2ポイント以上
3級...1ポイント以上

リーダーシップ [選択(1級のみ必須)]

[スポーツ活動の運営]

※別途審査

- 課外活動幹部(主将・主務等)
 - ▶1期につき3P獲得
- 体育会本部委員
 - ▶1期につき1P獲得
- 体育会本部役員
 - ▶1期につき3P獲得
- 学連幹事
 - ▶最高3P(別途審査)
- 体育会団体所属
 - ▶1年につき1P
- その他これらに準ずる項目
 - ▶別途審査

[スポーツ・健康に関する事業の企画運営]

※別途審査

- スポーツ・健康に関する事業の企画
 - ▶1回につき1P獲得
- スポーツ・健康に関する事業の運営
 - ▶1回につき1P獲得

資格取得[選択]

証明できるものを提出

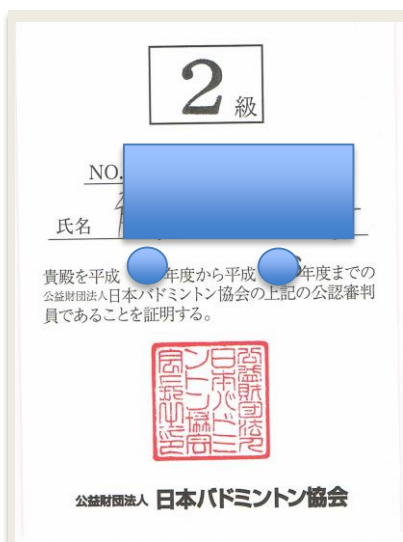
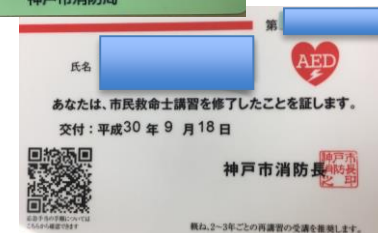
スポーツリーダー
コーチングアシスタ
ント資格取得(3P)

市民救命士資格
(1P)



審判資格(2P)
※公的な資格は2ポイ
ント。資格のレベルに
よって1ポイントの場合
あり。

その他これらに
準ずる項目
※別途審査



詳しくは
全学教育推進機構事務室まで

協働力[選択]

KONAN スポーツクラ
ブ運営補助

SMILEプロジェクト
実践プログラムの運
営補助
※ポイントカードで確認

スポーツチューター
5回1P

スポーツボランティア
団体参加 2回1P
個人参加 1回1P

証明できる
ものを提出

その他スポーツ・健
康関連活動補助
※別途審査

スチューデント・
アシスタント(SA)



親和力[選択]

以下の4項目は報告書又は証明できるものを提出
→報告書はスポ健にて配布中

スポーツ国際交流

例)

・スポーツ活動に関連した
海外遠征または受け入れ

・エリアスタディーズ(マラヤ大学)
※必修の「スポーツ・健康に関する知識」のポイントに充てない場合

・留学生とのスポーツでの交流
▶別途審査

※証明できるものを提出

地域とのスポーツ交流

例)

・地域のスポーツイベント参加

・所属クラブの活動として、高校生との
合同練習実施

▶別途審査

※証明できるものを提出

応援ツアー参加

学生部主催 応援ツアーの参加
自分の所属以外の団体
⇒1回1ポイント

日時・参加した部活動を報告(証明できるもの)
(実施日等はMyKONAN・学生部にて)

その他スポーツ交流

⇒1回1ポイント

▶別途審査

※証明できるものを提出



+α [選択]

①競技実績

- 県大会で入賞
 - ▶1P獲得
- 関西大会に出場
 - ▶入賞しなかった場合2P獲得
- 関西大会で入賞
 - ▶最高3P獲得(別途審査)
- 全国大会に出場
 - ▶最高3P獲得(別途審査)
- 国際大会に出場
 - ▶最高5P獲得(別途審査)
- その他これらに準ずる項目
 - ▶別途審査

※証明できるものを提出

②ウォーキングポイント

ウォーキングアプリ等を利用し、
期間と実績が分かる部分をプリン
トアウトして提出

ウォーキングマップを事務室にて
配布中！

③その他スポーツ・健康 に関する活動

- ▶別途審査

※証明できるものを提出

どうやってエントリー&申請するの？

スポ健の
HPより
エントリーする



各自で
スポーツ
活動等を行
いながら、
活動を記
録する



「要件」
をクリア
できたら、
申請する。
(必要書類
を提出)

1月10日×切



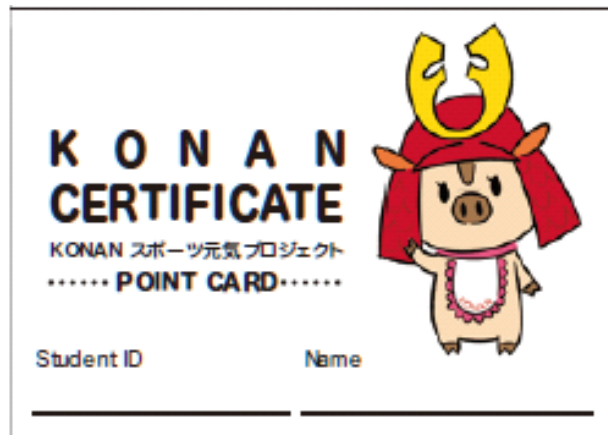
審査の後に
授与



こちらのQRコード
を読み取って今すぐ
エントリー！

必要書類は
全学教育推進機構事務室でGET！

ポイントカードに記録しよう！



正志く
強く
朗らかに



サーティフィケートの詳細・要件および活動記録票については、QRコードの『評価基準』より参照できます。このポイントカードは、サーティフィケート申請時に活動記録票（QRコードからダウンロードできます）に添えて提出して下さい。

ポイントカードは全学教育推進機構事務室で配布中！ 1回参加ごとに1スタンプ押印

《SMILE実践プログラム》 → 2020年度はデータで管理

《トレーニングルーム利用》 → **スタンプ押印**

（トレーナーへ申し出て押してもらおうこと）

《なんザップ達成》 → 2020年度はデータで管理

エントリー・申請受付・問い合わせ先

《受付場所》

3号館1階 教務系オフィス

全学教育推進機構事務室

(スポーツ・健康科学教育研究センター担当)

《時間》

平日:9:00~17:00

土曜:9:00~13:00

《ホームページ》

<https://www.konan-u.ac.jp/education/sports/certificate/>

