

平成28年度学内版 GP 成果報告書

取組名称	体育の授業「信大マラソン」における自己効力感の向上の取り組み	
実施組織 (または対象のカリキュラム)	全学教育機構	
※連携する他学部・機関がある場合は記入		
実施責任者(所属)	杉本光公 (全学教育機構)	
取組の目標	信大生としてのアイデンティティを醸成するとともに、学生の自己効力感をたかめる	
1. 目標達成のために行った活動と成果 (箇条書きで項目ごとに番号を付けて記載。成果の詳細は必要に応じて別添とする)	<p>1. 信大マラソン 2016 の実施 今年度は 10 月 2 日(日)信州スカイパークにおいて、「信州大学マラソン 2016」を実施した。学生 74 名で、一般 21 名の計 95 名の参加者で、昨年よりは減少したが学生 74 名中、フルマラソンを 44 名、ハーフを 30 名が完走し、フルマラソン完走率が 6 割を超えており、非常に完走率が高いものとなった。</p> <p>2. 信大マラソンの OB をサポーターとして雇用し、本番までに週 2 回の自主トレーニング指導を行った。</p> <p>3. 学生のレポートによると、完走することによる達成感や「自分はやればできる」といった自己効力感を得たものが多数あった。学生が自主的に企画や管理に関わること、さらに一般の参加者が参加することで地域との協働を意識するなど、信大生としてのアイデンティティを醸成する一助となった。</p>	
2. 目標達成度に関わる所見と今後の展望 (達成の度合いを選び、そう評価する理由と今後の展望を記述)	<input checked="" type="radio"/> a. 達成できた <input type="radio"/> b. おおよそ達成できた <input type="radio"/> c. 半ば達成できた <input type="radio"/> d. おおよそ達成できなかった <input type="radio"/> e. 達成できなかった	<p>(そう評価する理由) 平成 26 年度から実施している挑戦型スポーツの充実においては、参加者は減ったもののフルマラソンの完走率は高いものになっており、GPS 型距離計のデータ等を活用することで、今後のより効果的な学生指導が可能になると思われる。</p> <p>(今後の展望) 信州大学マラソンは昨年度より参加者が減少したが、得られたデータを解析して経年変化を見ながら今後の当授業の座学及び実技に活用していく。</p>