

<平成30年度 ハローオリンピズム事業>

# オリンピック教室

実施報告書

埼玉県 新座市立新座中学校







平成21年4月の学習指導要領の改訂以来、中学校「保健体育 体育分野」及び高等学校「科目 体育」における「体育理論」の領域で、文化としてのスポーツやオリンピック・ムーブメントの意義を学ぶことが明確化されています。その中で、中学校3年生の保健体育の「体育理論」の学習内容には、「オリンピックや他の国際的なスポーツ大会などは、国際親善や世界平和に大きな役割を果たしている」とオリンピックの意義が明示されています。そこで、JOCでは、体育理論の学習に先がけ、その内容を事前に啓発する目的で中学校2年生を対象に、平成23年度から「ハローオリンピズム事業」の一つとして、授業形式で行う「オリンピック教室」を実施しております。

近代オリンピックの創始者ピエール・ド・クーベルタンは、人間本来の資質を高めるために、スポーツと文化と教育の側面を持つオリンピックの価値を広めることが相応しいと考え、オリンピック・ムーブメントを推進してきました。JOCもこの価値を若い世代に語り継ぐことは、極めて重要で大切な活動と考えております。日本代表として実際にオリンピックに出場した選手（オリンピック）は、その栄誉を自覚し、競技面だけでなく社会生活の上でも、模範となる行動が求められており、オリンピックがその価値を直接生徒に伝えることで、日頃の授業では味わうことのできない感動が生まれることを期待しております。

「オリンピック教室」の授業では、教師役のオリンピックが、オリンピック大会出場に至るまで、あるいは、実際にオリンピック大会に出場して得た貴重な経験等を通して、「エクセレンス」、「フレンドシップ」、「リスペクト」、「努力から得られる喜び」、「フェアプレー」、「他者への敬意」といったオリンピックの価値（バリュー）及びオリンピック精神の教育的価値等を伝えます。同時に、この価値がオリンピックに出場した選手だけのものではなく、多くの人々が共有し日常生活にも活かすことのできるものであること、さらに、こうした考え方があるからこそオリンピックに価値があることを生徒自身に学習してもらうこともねらいとしております。

また、「スポーツ基本法」の前文の一部には、「スポーツは、世界共通の人類の文化であり、次代を担う青少年の体力を向上させるとともに、他者を尊重しこれと協同する精神、公正さと規律を尊ぶ態度や克己心を培い実践的な思考力や判断力を育む等人格の形成に大きな影響を及ぼすものである」との記述があります。生徒のみなさんが「オリンピック教室」で学習することで、この基本法に記された精神や態度が日常生活の中で具現化され、生涯にわたってスポーツに親しむことができるようになることを願っています。



- 実施目的** : オリンピアン（オリンピック出場経験アスリート）が教師役となり、オリンピアン自身の様々な経験を通して「オリンピズム」や「オリンピックの価値」等を伝えると同時に、この価値はオリンピアンだけのものではなく、多くの人々が共有し、日常生活にも活かすことの出来るものであることを学習してもらう
- 名 称** : JOCオリンピック教室
- 主 催** : 公益財団法人 日本オリンピック委員会
- 後 援** : スポーツ庁
- 協 力** : 公益財団法人JKA、開催地自治体及び同教育委員会
- 対 象** : 中学2年生
- 講 師** : オリンピアン（オリンピック出場経験アスリート）  
※派遣オリンピアンはJOC側にて選定
- 期 間** : 平成30年4月～平成31年3月 ※原則、平日開催
- 実施校数** : 60校程度
- 実施方法** : クラス単位を基本とし、2コマで1セットの授業



※学校の通常の授業時間をベースに実施  
※運動の時間と座学の時間の間に10分の休憩時間があります



## 1時限目

### 運動の時間

オリンピックの専門競技の技術指導（＝スポーツ教室）ではなく、  
運動が苦手な生徒も参加できるように工夫されたもの

挨拶（5分）

準備体操（10分）

主運動（30分）

まとめ（5分）



自己紹介  
今日の学習内容の確認



準備体操



主運動  
（作戦タイム等を受け、  
生徒が考える機会を作る）



運動の授業のまとめ

※時間は目安です  
※内容はオリンピックによって多少変動する場合がございます

## 2時限目

国際オリンピック委員会（IOC）が推進する「オリンピックの価値」等を、  
オリンピックがオリンピック競技大会出場に至るまで、あるいは実際に  
オリンピック競技大会に出場した経験等を通して、分かり易く伝えると  
同時に、生徒自身が自分ごととして捉え、今後活かせるような学習内容

### 座学の時間

挨拶・自己紹介（10分）

オリンピックの価値を伝える（10分）

グループワーク（20分）

まとめ（10分）



学習内容の確認



写真・映像等を使用  
した自己紹介



オリンピック自身の経験に  
基づく「オリンピックの価値」等  
を伝える



グループ（個人）ワークで  
話し合った内容を発表



全体のまとめ/記念撮影

※時間は目安です  
※内容はオリンピックによって多少変動する場合がございます

# 実施内容

■期 日：平成30年12月11日（火）

■ク ラ ス：2年3組（34名）

■オリンピアン：勅使川原 郁恵 先生（スケート・ショートトラック）【出場オリンピック／長野大会、ソルトレークシティ大会、トリノ大会】



■授業のながれ：運動の時間（1時限）

## 1. 自己紹介～授業の目的確認



- ・自己紹介の後、今日はオリンピックについて話をしながら、運動の時間は楽しく身体を動かしていきたいと伝える。
- ・両手間隔に広がり、都度見本を見せながらストレッチとダイナミックストレッチを実施。ショートトラックスピードスケートやフィギュアスケートでは回転が多いことを伝え、遠心力を体験するため生徒代表の2名に、床に垂直に立てたバットに額をつけてその場で10回転し、15m程の距離をまっすぐ走れるかを挑戦してもらった。回転しながらも平衡感覚を保つことが大切な競技であることを伝えた。

## 2. 準備体操



## 3. 主運動



- ・6班に分かれ、10m程のロープで輪を作り、その周りを走るショートトラックスピードスケートルレーを実施。全3回行い、各回実施前に作戦タイムを設け、早くゴールするためにどのようにしたらいいか、班毎に話し合った。

## 4. まとめ



- ・運動の時間を通して皆がとても頑張ってくれている様子が見て取れたと話し、全力で頑張れたかを生徒に尋ねると、多くの手が挙がる。そして、全力を尽くすことはオリンピックバリューであり、また、仲間の意見を聞き、協力して取り組むこともオリンピックバリューであること、運動だけでなく日常生活の中にも様々な形でオリンピックバリューが含まれていることから、引き続き、次の座学の時間にオリンピックバリューについて学んでいくと伝え、授業終了。



■ 授業のながれ：座学の時間（2時限）

1. 自己紹介と授業の目的を確認



2. オリンピックの価値を伝える



・今日はオリンピックについて皆に考えてほしいと授業の目的を確認。現役時に使用していたスケート靴のブレード(刃)、映像や写真を見せながら自己紹介。東京2020大会が迫っていることに触れ、選手を応援することも参加することの一つの方法であり、間近に観ることができるチャンスなので、実際に会場に足を運ぶ等してオリンピックを身近に感じてほしいと話す。

3. グループワーク



夢や好きなことを書き出してみよう伝え個人ワークを実施し、続いて「3年生を送る会」を成功させるために取り組みたいこと(行動、気持ち)を書き出してみよう(オリンピックバリューに当てはめて)と伝え、グループワークを実施。

発問：「3年生を送る会」を成功させるために取り組みたいこと(行動、気持ち)を書き出してみよう。(オリンピックバリューに当てはめて)

発表：最後までやり遂げる、1人1人の良さを出す(エクセレンス)、仲間と協力する、仲間の意見を聞く(フレンドシップ)、3年生への感謝の気持ちを全力で表現する、褒め称える(リスペクト)等の意見が挙げられた。

4. まとめ



・オリンピックバリューは自分の夢や学校生活、これからの人生の中でも共通する大事なものであるため忘れないでほしい。自身も3つの言葉を忘れずにスケート人生を歩んできた。一つの目標を達成することは簡単なことではない。全てが上手くいくわけではないが、諦めずに継続することで良い方向へと進んでいく。皆も夢や目標を見つけ一緒に頑張っていこうと伝え、授業終了。

# 実施内容

■期 日：平成30年12月11日（火）

■ク ラ ス：2年1組（35名）、2年2組（35名）

■オリンピアン：黒須 成美 先生（近代五種）【出場オリンピック／ロンドン大会】



■授業のながれ：運動の時間（3時限、5時限）

## 1. 自己紹介～授業の目的確認



・自己紹介の後、オリンピックシンボルの意味やオリンピックバリュー（エクセレンス、フレンドシップ、リスペクト）について学ぶことが授業の目的だと伝え、運動の時間はチームワークやお互いを尊重し合うことを意識しながら、近代五種競技の特性を取り入れた運動に取り組んでほしいと話し、準備体操に移る。

## 2. 準備体操



## 3. 主運動



・近代五種競技のような複合競技を体験してもらうとして、6班対抗で、静と動の動きがある4種目を組み合わせながら体育館を1人1周ずつするリレーを実施。実施前に作戦タイムを設け、走る順番やコップの積み方等を班毎に話し合った。

## 4. まとめ



・運動の時間の中にはオリンピックバリューに当てはまることが多々あったことを伝える。そして、座学の時間はグループワークを行い、運動の時間に行った取り組みの何がオリンピックバリューにつながっているのか、オリンピックバリューの中のどのような点を日常生活に取り入れていけるのかを考えてもらうと予告。班毎に話し合い、代表者から発表してもらうので、皆で積極的に話し合ってほしいと伝え、授業終了。

■ 授業のながれ：座学の時間（4時限、6時限）

1. 自己紹介と授業の目的を確認



- ・オリンピックの雰囲気や観客の盛り上がり方、選手が競技に臨む姿勢に注目してもらいたいと伝え、ロンドン大会の映像を見せる。
- ・オリンピックシンボルの輪の数は5大陸を表しており、使用されている6色を用いることで世界のほとんどの国旗が描けると説明。次にクーベルタンについて触れ「参加することに意義がある」「人生において大切なことは成功することではなく努力することである」という2つの言葉を紹介し、失敗を恐れずに努力することに意味があると話す。

2. オリンピックの価値を伝える



3. グループワーク



- 発問①：運動の時間を振り返り、実践したことや意識したことを考えてみよう。
- 発表①：紙コップの積み方を考えた、1位を目指した(エクセレンス)、次の人のことを考える、自分のチーム、他のチームを応援した(フレンドシップ) ルールを守る、オリンピックバリューを意識した(リスペクト)等の意見が挙げられた。
- 発問②：日常生活で取り組みたいことをオリンピックバリューに当てはめて書き出してみよう(部活、学校生活、行事、目標に向けて)
- 発表②：勉強に全力で取り組む、行事を全力でやる(エクセレンス)、私生活で様々な人と親しく話す、校外学習で皆と協力する(フレンドシップ) 試合前後の挨拶、握手、部活での先輩への態度(敬語を使う)(リスペクト)等の意見が挙げられた。

4. まとめ



- ・オリンピックバリューはオリンピック人だけのものではなく、皆も日常生活の中で見出すことができる。3つの言葉は大きな輪で繋がっており、目標に向かって努力し続けることで同じ目標に向かって頑張っている人と友情が生まれ、お互いを尊敬し、周りの人に感謝することができる。東京2020大会では埼玉県で射撃、ゴルフ、バスケットボール、サッカーの4競技が行われる。オリンピックを間近に感じられる貴重な機会を逃さず楽しむと共に、オリンピック教室で学んだオリンピックバリューを家族や周りの人に広め、分かち合ってもらいたいと伝え、授業終了。

# 実 施 内 容

■期 日：平成30年12月12日（水）

■ク ラ ス：2年4組（35名）、2年5組（35名）

■オリンピアン：中山 英子 先生（スキルトン）【出場オリンピック／ソルトレークシティー大会、トリノ大会】



■授業のながれ：運動の時間（3時限、5時限）

## 1. 自己紹介～授業の目的確認



・自己紹介の後、オリンピックについて知ってほしいと授業の目的を確認。運動の時間は「全力で取り組む」「協力し合う」「ルールを守る」の3つを約束事として忘れずに臨んでほしいと伝えて、準備体操に移る。

## 2. 準備体操



## 3. 主運動



・2班ずつの3チームに分かれて8の字跳びを実施。  
1回目実施後に作戦タイムを設け、記録を伸ばすにはどうすればよいかを班毎に話し合った。

## 4. まとめ



・運動の時間の約束事として冒頭で設定した「全力で取り組む」「協力し合う」「ルールを守る」の3つについて、相談・協力して作戦を立てる等、皆がしっかりと実践できていたのではないかと感じた。運動の時間の取り組みを振り返りながら授業を進めるので、今の内容を忘れずに次の授業に臨んでほしいと伝えて、授業終了。



■ 授業のながれ： 座学の時間（4時限、6時限）

1. 自己紹介と授業の目的を確認



・運動の時間に行ったことを踏まえてオリンピックについて考えていきたいと授業の目的を確認。ワールドカップ等の映像を見せながら、スケルトン競技の特徴やルールについて説明。オリンピックシンボルの輪の数は5大陸を表しており、使用されている6色を用いることで大半の国旗を描くことができること。クーベルタンは平和な世界を築くためにオリンピックを復活させ、勝敗を決めるだけでなく、人間の精神活動に必要な3つのオリンピックバリューを定めたと話す。

2. オリンピックの価値を伝える



3. グループワーク



運動の時間を振り返り、良くできた点や反省点について考えてみようと伝え、個人ワーク及びグループワークを実施。

発問：運動の時間を振り返り、良くできた点や反省点について考えてみよう。

発表：最後まであきらめず自分のベストを尽くした、チャレンジしないよりした方が良い(エクセレンス)、考えを共有し、協力し合った、チームワークが大切(フレンドシップ)、回し手がいってくれて良かった、情熱、感謝、思いやりを意識した(リスペクト)等の意見が挙げられた。

4. まとめ



・皆の人生において、参考になることもオリンピックの中に出てくる。今日のことを頭の片隅にとめておき、苦しいなと思った時に思い出してほしい。今取り組んでいることを一生懸命続けていると、その先につながっていくことは沢山ある。自分の気持ちや感覚を大事にして過ごしてほしい。東京2020大会ではオリンピックだけでなくパラリンピックも開催される。オリンピックやパラリンピアンは様々な体験をしており、そのようなストーリーを新聞や雑誌で読んだり、実際に競技を観戦することもできる。他国の選手や観光客も日本に沢山訪れるため、積極的にコミュニケーションを取って自分の可能性を広げてほしいと伝え、授業終了。



■ 集合写真  
2年1組



2年2組



■ 集合写真  
2年3組



2年4組



■ 集合写真

2年5組





■ 記念品贈呈

2年1組



2年2組



2年3組



2年4組



2年5組



■ 修了証贈呈

