

<2021年度 オリンピック・ムーブメント事業>

JOCオリンピック教室

— 実施報告書 —

埼玉県 深谷市立南中学校

Olympic
Movement



公益財団法人日本オリンピック委員会

「オリンピック教室」の実施にあたって

現行の学習指導要領から、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示されました。中学校3年生では、「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」現状を通して、オリンピックの意義を学習することになっています。そこで、JOCでは、中学校3年生の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「オリンピック・ムーブメント事業」の一つとして、授業形式で行う「オリンピック教室」を実施してきました。

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。日本代表としてオリンピックに出場した選手（オリンピック）は、その榮譽を自覚し、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ますが、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出来ない感動が生まれることが期待されます。

「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）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が学ぶこともねらいとしております。

平成29年3月公示の新学習指導要領では、新しい時代に求められる資質や能力を子供たちに育むために、「主体的・対話的で深い学び」の実現に向けた授業の工夫や改善が求められています。「オリンピック教室」でのふれあいの中での学びが、教科の枠を越え、これからの社会や人生に活かせる資質や能力を育む一助になることを期待しております。また、この授業を通して、生徒の皆さんが、運動やスポーツが好きになり、生涯にわたり豊かなスポーツライフの実現につながることも願っています。

- 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、
オリンピック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ック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授業を通して学習してもらう。
- 事業名： 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） ※派遣オリンピックはJOCが選定
- 期間： 2021年4月～2022年3月 ※原則、平日開催
- 実施校数： 80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

1コマ目 運動の時間 / 50分

身体を動かしながら生徒との距離を縮め、
チームワーク、フェアプレー、
身体を動かすことの楽しさ等を感じてもらいます。



2コマ目 座学の時間 / 50分

競技者人生を振り返り、
自身が感じたオリンピックの価値を生徒に伝え、
オリンピックをより身近に感じてもらいます。



※学校の通常の授業時間に実施

※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コマ目

運動の時間 / 50分

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
学習内容の確認



準備体操



主運動
(作戦タイム等を設け、
生徒が考える機会を作る)



運動の時間のまとめ

2コマ目

座学の時間 / 50分

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

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き「オリンピックの価値」等を伝える



個人またはグループワークで話し合った内容を発表



全体のまとめ
記念撮影(クラス写真)

※時間は目安です
※内容はオリンピックによって変動する場合があります

●時間割について

- ・1クラスにつき、運動の時間+座学の時間の順に、2時間連続で実施します。
- ・1コマ目の運動の時間は体育館で、2コマ目の座学の時間は当該クラスの教室で行います。
- ・原則1クラスの場合は3-4時限目、2クラスの場合は3-6時限目、3クラスの場合は1-6時限目の調整となります。
- ・1日に実施できるクラス数は最大3クラスまでです。4クラス以上実施する場合は2日間以上での調整となります。
- ・同じ時間に複数クラスを実施することはできません。

■オリンピック：海淵 萌 先生 (カヌー / スラローム) 【出場オリンピック / ロンドン大会】

■期 日：2022年1月18日(火)

■ク ラ ス：2年1組 / 運動の時間

○自己紹介 ~ 授業の目的確認 ~ 準備体操



- ・カヌー競技のスラローム種目でロンドン大会に出場したと自己紹介。実際に使用した競技艇とパドルを披露し、競技艇は長さ3.5m、幅60cm、重さ9kgと決められている。子どもの頃から競技に親しみ、オリンピックに出ることに憧れ目標にしていた。
- ・オリンピックは結果だけではない価値があり、それがオリンピックバリューのエクセレンス：「全力を尽くす」、フレンドシップ：「協力する」、リスペクト：「ルールを守り尊敬し合う」ことだと説明。3つの価値を意識しながら取り組んでほしいと伝え、準備体操に移る。

○主運動 等



- ・準備体操の後、じゃんけん勝ち抜けゲームを実施(全4回)。40秒間に、3ヶ所のポイントでじゃんけんをし、勝ったら次のポイントに進む。
- ・主運動は8の字跳びを実施(全2回)。制限時間を90秒とし、縄に引っかからずに連続して跳んだ回数を競う。途中作戦タイムを設け、どうすれば回数を多く跳ぶことができるかを話し合う。



- ・運動の時間を振り返り、1回目よりも2回目の方がどの班も協調性が増していた。ルールを守り協力し合い、息を合わせることで掴み取れるものがあるということを感じたと思う。
- ・座学の時間は、運動の時間に感じたことを頭に置いて、オリンピックバリューについて考えていこうと伝え、授業終了。

■ **オリンピック** : 海淵 萌 先生 (カヌー / スラローム) 【出場オリンピック / ロンドン大会】

■ **期 日** : 2022年1月18日(火)

■ **ク ラ ス** : 2年1組 / 座学の時間

○自己紹介 ~ 授業の目的確認 ~ オリンピックの価値を伝える



- ・自己紹介の後、映像を見ながら競技の説明をする。当時カヌーのスラローム種目の代表になるには、たった一つの枠を勝ち取らなければならない、日本人同士かなりの接戦を勝ち抜きロンドン大会に出場することができた。
- ・近代オリンピックの創始者クーベルタンは、結果を競うだけではなく、切磋琢磨しながら心身共に鍛え、世界が協力し平和を願うと唱えた。
- ・オリンピックバリューについて、自身の経験から思う3つの価値を話す。

○個人ワーク ~ グループワーク 等



- 発問：運動の時間に感じたオリンピックバリューについて書き出してみよう。
- 発表：エクセレンス：「制限時間いっぱい跳んだ」「諦めない」「課題を見つけそれを意識して全力を出した」「ベストを尽くした」等
 フレンドシップ：「次の人に繋ぐ気持ち」「チームワーク」「声を掛け合った」「フォローし合った」「互いの良いところを伸ばした」「協力した」等
 リスペクト：「仲間を信頼する」「一人一人集中」「譲り合う」「皆に感謝」「跳びやすいように大きく回した」「ミスしても気持ちを切り替える」等



- ・グループワークでの皆の発表を聞き、素質があり、若くして人を思いやることができ、ベストを尽くせる心がある皆は、ぜひ大きな夢や目標を持ち、それに向かって頑張ることができれば必ず夢は叶う。これからも大きな目標を持ち、同時に心の優しさを持ち続けてほしいと伝え、授業終了。

■オリンピック：海淵 萌 先生 (カヌー / スラローム) 【出場オリンピック / ロンドン大会】

■期 日：2022年1月18日(火)

■ク ラ ス：2年2組 / 運動の時間

○自己紹介～授業の目的確認～準備体操



- ・カヌー競技のスラローム種目でロンドン大会に出場したと自己紹介。実際に使用した競技艇とパドルを披露。競技艇は既定の大きさや重さのものを使用しなければならないため、そのルールを守り、より速いタイムを競い合い、当時各カテゴリー毎に男女一人しか出場することができなかった。
- ・オリンピックバリューの「エクセレンス」「フレンドシップ」「リスペクト」の3つの価値を大事にしながら取り組んでほしいと伝え、準備体操に移る。
- ・準備体操の後、3ヶ所のポイントでじゃんけんをし、勝ったら(負けたら)次のポイントに進むゲームを実施(全4回)。

○主運動 等



- ・主運動は8の字跳びを実施(全2回)。制限時間は90秒間とし、縄に引っかからずに連続で跳べた回数を競う。途中で作戦タイムを設け、どうすれば回数を増やせるかを話し合う。どんな工夫をしたかを尋ねると、入るタイミングを考えたと答える班があり、それをヒントに皆も2回目を頑張ろうと声を掛ける。



- ・2回目終了後結果を発表。回数をたくさん跳べた班も素晴らしいが、皆が全力を出してくれたことがとても良かった。跳ぶ度に笑顔も増え、ルールを守り取り組んでいた。目標に向かって仲間と協力できることは素晴らしい。
- ・座学の時間は、運動の時間に感じたことを頭に置いて、オリンピックバリューの3つの価値について皆で考えようと伝え、授業終了。

■ **オリンピック** : 海淵 萌 先生 (カヌー / スラローム) 【出場オリンピック / ロンドン大会】

■ **期 日** : 2022年1月18日(火)

■ **ク ラ ス** : 2年2組 / 座学の時間

○ 自己紹介 ~ 授業の目的確認 ~ オリンピックの価値を伝える



- ・映像を見ながら競技の説明をし、300m程の激流コースを漕ぐ時間は、皆が8の字跳びを跳んだ時間と同じ90秒程だと話す。
- ・オリンピックはアスリートにとって特別な大会である。近代オリンピックの創始者ピエール・ド・クーベルタンは、結果だけを求めるのではなく心身共に鍛えて人間力を伸ばし、その先に平和という理念が詰まった大会がオリンピックだと提唱している。
- ・オリンピックに出場するまでの経験談を、オリンピックバリューに当てはめて話す。

○ 個人ワーク ~ グループワーク 等



発問：運動の時間に感じたオリンピックバリューについて書き出してみよう。

発表：エクセレンス：「1回でも多く跳べるように全力で取り組んだ」「最後まで諦めないで跳んだ」「大きな声で回数を数えた」等

フレンドシップ：「一人一人がお互いのことを考える」「皆で声を掛け合う」「失敗しても誰も責めない」「次の人のために前のほうで跳んだ」等

リスペクト：「ルールを守る」「正々堂々と取り組んだ」「跳ぶ人は回す人を、回す人は跳ぶ人に感謝」「前に跳ぶ人を信用する」等



- ・グループワークの発表で、「跳ぶ人は縄を回す人を、縄を回す人は跳ぶ人に感謝する」という意見がとても素晴らしく、嬉しく思う。これから未来に向かって長い道のりだが、目標や夢を大きく掲げ、それに向かって真っすぐに突き進んでほしい。そうすることによって必ず努力は報われ、夢は叶うと思う。皆も夢や目標に向かって頑張ってほしいと伝え、授業終了。

■オリンピック：上山 容弘 先生 (体操 / トランポリン) [出場オリンピック / 北京大会、ロンドン大会]

■期 日：2022年1月19日(水)

■ク ラ ス：2年3組 / 運動の時間

○自己紹介～授業の目的確認～準備体操



- ・トランポリン競技で北京大会とロンドン大会に出場したと自己紹介。
- ・オリンピックバリューについて、エクセレンス：「卓越」「どれだけ努力したか」、フレンドシップ：「友情」「友達と仲良くなる」、リスペクト：「敬意」「相手に感謝の気持ちを持つ」「信頼」等だと説明し、準備体操に移る。

○主運動 等



- ・バレーボールに慣れるため、2人組を作りオーバーハンドパスとアンダーハンドパスの練習をする。
- ・主運動はボールパス回しを実施(全4回)。班毎に円を作り、バレーボールを時計回りにパスをする。落とさずに回したパスの回数を競う。途中作戦タイムを設け、並び順やパスの内容、パスの高さ等を工夫して実施。



- ・運動の時間を振り返り、4回実施する中で、全チームが1周連続してパスを回すことができた。作戦タイムで話し合い工夫することができた成果だ。皆が声を掛け合い励まし合ったことでチームワークが向上した。広い視野で周りを見て協調性を大事にしてほしい。個人のスキルも大切だが、班で協力して良い記録を出すために必要な要素を考えてもらうため、ボールパス回しを運動の時間で実践してもらったと伝え、授業終了。

■ **オリンピック** : 上山 容弘 先生 (体操 / トランポリン) 【出場オリンピック / 北京大会、ロンドン大会】

■ **期 日** : 2022年1月19日(水)

■ **ク ラ ス** : 2年3組 / 座学の時間

○自己紹介 ~ 授業の目的確認 ~ オリンピックの価値を伝える



- ・映像を見ながら、トランポリン競技のルールや採点方法等について説明し、当時は世界で16人しかオリンピックに出場できなかった。
- ・自身の経験談を話し、オリンピックに出場するためには何をしなければいけないかを考え、小さな目標を一つ一つ積み重ね達成していった結果、大きな夢に辿り着いた。
- ・運動の時間に皆が考え感じたことが、「エクセレンス」「フレンドシップ」「リスペクト」にどのように繋がるかを皆で考えようと伝え、グループワークに移る。

○個人ワーク ~ グループワーク 等



- 発問：運動の時間に感じたこと、気づいたことをオリンピックバリューに当てはめて考えてみよう。
- 発表：エクセレンス：「作戦を考え各自がベストを尽くす」「諦めずにボールを繋げる」「全力で取り組む」「チャレンジする」等
 フレンドシップ：「声掛けをすることで団結力が強まった」「お互いをカバーし合った」「話し合いと協力」「仲間のミスを責めない」等
 リスペクト：「ルールを守る」「次の人のことを考えてボールを打つ」「自分の意見をきちんと伝える」等



- ・グループワークの発表は、チームの個性がしっかり出ていて良かった。運動と座学の時間を通して、オリンピックバリューについて皆が感じたことをこれからも心の片隅において忘れないでほしい。そしてこれからの学生生活や今後の人生に活かして貰えたら嬉しい。目標を立てることやその立て方を考え、小さな目標を少しずつクリアしていくと大きな目標の達成に繋がることを覚えておいてほしいと伝え、授業終了。

■ **オリンピック** : 上山 容弘 先生 (体操 / トランポリン) [出場オリンピック / 北京大会、ロンドン大会]

■ **期 日** : 2022年1月19日(水)

■ **ク ラ ス** : 2年4組 / 運動の時間

○自己紹介 ~ 授業の目的確認 ~ 準備体操



- ・トランポリン競技で北京大会とロンドン大会に出場したと自己紹介。オリンピックバリューについて、エクセレンス：「卓越」「努力すること」、フレンドシップ：「友情」「人との関わり」「助け合い」、リスペクト：「敬意」「尊重」「思いやり」等の意味があると説明。
- ・運動の時間は、バレーボールを使ってグループで活動する中で、一つのことを成し遂げ成長してもらいたいと話し、準備体操に移る。

○主運動 等



- ・バレーボールに慣れるため、2人組でオーバーハンドパスとアンダーハンドパスの練習を、①直上パス②対人パスで実施。
- ・主運動はボールパス回しを実施(全4回)。班毎に円を作り、バレーボールを時計回りにパスをする。落とさずに回したパスの回数を競う。途中作戦タイムを設け、並び順やパスの内容、パスの高さ等を工夫して実施。



- ・運動の時間を振り返り、作戦タイムで考えたことがすぐに結果に結び付くとは限らないが、皆で声を掛け合い、1人1人が努力しながら互いに助け合う、また、ミスしたことを責めないことやルールを守って行ったことが、良い結果と言える。そしてそれがすべてオリンピックバリューに繋がる。座学の時間は、運動の時間に感じたことを更に皆と話していきたいと伝え、授業終了。

■オリンピック：上山 容弘 先生 (体操 / トランポリン) 【出場オリンピック / 北京大会、ロンドン大会】

■期 日：2022年1月19日(水)

■ク ラ ス：2年4組 / 座学の時間

○自己紹介～授業の目的確認～オリンピックの価値を伝える



- ・映像を見ながら自己紹介とトランポリン競技のルールを説明。幼少期から身近にトランポリンがあり、2回のオリンピック出場の後に一度は引退するが再度現役に復帰し、東京2020大会を目指した経験を話す。ルールは、連続10回異なる技を3つの違う姿勢を組み合わせる。
- ・オリンピックバリューはスポーツだけではなく教育、文化等にも共通する。それを体現していくのがオリンピック精神だと話し、皆の日常の中で一つ一つ小さな階段を上ることで大きな目標を達成できると伝え、グループワークに移る。

○個人ワーク～グループワーク 等



発問：運動の時間を振り返り、気づいたこと、工夫したことをオリンピックバリューに当てはめて考えよう。

- 発表：エクセレンス：「最後の残り1秒まで諦めなかった」「ベストを尽くした」「全力で取り組む」「言葉を掛ける」「考えてプレイする」等
 フレンドシップ：「仲間との声掛け」「苦手な人の気持ちを理解し順番を変えた」「得意な人が苦手な人をカバーする」「相手を思いやる」等
 リスペクト：「ボールを繋ぐことができたので班の皆に感謝」「ルールを守った」「皆で楽しめた」「ナイスと言う声掛け」等



- ・運動と座学の時間を振り返り、班やグループで何かを成し遂げる過程で必然的に協力や思いやり等、お互いを理解することが多かったと思う。オリンピックバリューが日常生活の中にもあることを少しでも理解してもらえたら嬉しい。これからの生活の中で様々な困難もあると思うが、オリンピックバリューを心の片隅に置き、より良い学校生活を送ってほしいと伝え、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



■ 記念品贈呈

・2年1組



・2年2組



・2年3組



・2年4組



■ 修了証贈呈

