

<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 —

神奈川県 横浜市立本郷中学校

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：伊藤 華英 先生 (水泳 / 競泳) 【出場オリンピック / 北京大会、ロンドン大会】

■期 日：2021年12月13日(月)

■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



・自己紹介の後、オリンピックシンボルの5つの輪の意味について問い掛け、「大陸の数」と回答が挙がる。五大大陸の意味を表していることや、5つの輪の色と下地の白色を含めた6色を使うことによって、世界の国旗を描くことができることを説明。オリンピックはオリンピックバリューを体現していると話し、運動の時間では、オリンピックバリューを意識しながら取り組んでほしいと伝え、準備運動に移る。

○主運動等



・陸上版メドレーリレー(全3回)を実施。
班対抗で、水泳のメドレーリレー種目(背泳ぎ、平泳ぎ、バタフライ、クロール)の順番で、各種目の上半身の動きをしながら、速さを競う。
・各回ごとに作戦タイムを設けた。声掛けを積極的に行っていた班に拍手を送る。



・運動の時間を振り返り、タイムがどの班も上がっていたと拍手を送った。競い合うことでより頑張る気持ちが湧いたのではないかな。ただ勝ち負けで自分の価値が決まるわけではないことも覚えておいてほしい。次の座学の時間ではオリンピックの歴史を学びつつ、オリンピックバリューについて深く考える時間にしたいと予告し、授業終了。

■オリンピック：伊藤 華英 先生 (水泳 / 競泳)【出場オリンピック / 北京大会、ロンドン大会】

■期 日：2021年12月13日(月)

■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



- ・座学の時間では、選手生活での経験を通して感じたこと、経験してきたことを話すので、オリンピックバリューについてより深く考えていきたいと授業の目的を確認。
- ・人を理解し、尊重しようとする姿勢が大切であり、他者に向けたポジティブな態度は、自分自身にも返ってくる。誰かの良いところを探したり、認めようとする気持ちを持ち続けてほしいと伝える。

○グループワーク等



発問：日常生活等の中にある、オリンピックバリューを考えよう。

発表：エクセレンス：「何事にもポジティブに考える」「全力で取り組む」「日々の練習の積み重ね」等

フレンドシップ：「相手を認め合う」「お互いに声を掛け合う」「仲間やライバルに優しくする」「コミュニケーションをとり相手を理解する」等

リスペクト：「お互いを尊重する」「感謝」「相手のことを考え発言する」「誰にでも感謝し徳を積む」等



- ・日本のオリンピック参加、スポーツの発展に貢献した嘉納治五郎や近代オリンピックの創設者のクーベルタンを、写真を見せながら説明。今日の授業を通じて、皆も楽しみつつ、相手を思いやりながら一生懸命に頑張ることの大切さを学んでもらえたのではないかと。これからは多様性を尊重する時代であり、様々な人と関わることで、新たな発見もあると話す。オリンピックバリューはオリンピック選手だけのものではなく、皆も普段の生活の中で意識し、ゆっくりでもいいので目標や夢を見つけてほしいと伝え、授業終了。

■ **オリンピック** : 中山 英子 先生 (スケルトン) 【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】

■ **期 日** : 2021年12月14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



・スケルトン競技について、そりを使用し100km以上のスピードで滑走しながら速さを競う競技であると説明し、この競技でオリンピックに2回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」「ベストを尽くす」、フレンドシップ：「友情」「仲間」、リスペクト：「敬意・尊重」「尊敬」「ルールを守る」とそれぞれ説明し、運動の時間では、この3つの価値を意識しながら取り組み、普段の生活の中でどのように役立てることができるかを皆で一緒に考えていきたいと伝え、準備体操に移る。

○ 主運動 等



・新聞紙ボール運びリレー(全3回)を実施。班内で2人1組となり、新聞紙の上に乗せたボールを落とさずに、コース上に置かれたコーンを回り、次のペアに繋ぎ、速くゴールできた班が勝ち。
 ・各回ごとに作戦タイムを設けて実施。各班で立てた作戦を確認したところ、「順番を変えた」「コーンを回る時にどちらが外側を走るか予め決めた」等が発表された。



・オリンピックバリューを意識しながら、運動に取り組んだことで、皆も何か感じてもらったのではないかと伝える。オリンピックはこのオリンピックバリューを大切にしていると話し、次の座学の時間では、オリンピックや自身の経験談を話しながら、皆の普段の生活の中においてどのようなことに当てはまるのか一緒に考えていきたいと伝え、授業終了。

■オリンピック：中山 英子 先生 (スケルトン)【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】

■期 日：2021年12月14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



- ・スケルトン競技について映像と競技用具を用いて説明し、新聞記者として長野大会でスケルトン競技に興味を持ったことが競技を始めたきっかけであると話す。
- ・社会や普段の生活の中にもルールはあり、スポーツと同じくルールを守って過ごさなくてはならない。当たり前のことに対して感謝する気持ちを持ち、人に対しては敬意をもって接することが大切であり、これからの人生を歩む中でも実感すると思うと話す。

○グループワーク等



- 発問：日常の生活や運動の時間を振り返り、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：「記録更新のため努力した」「目標を持って全力で取り組んだ」「部活動を頑張る」等
 フレンドシップ：「運動の時間における作戦会議で皆で意見を出し合った」「困っている人を助ける」等
 リスペクト：「お互いを理解する」「何事にも感謝する」「先生の話を良く聞いて、ルールを守った」等



- ・座学の時間を振り返り、オリンピックバリューは普段の生活の中でも見つけることができることを皆が知ってくれたことが嬉しいと話す。夏に開催された東京2020大会は、人のあらゆる面での違いを肯定し、自然に受け入れ、互いに認め合う多様性を大切にした大会であることを説明し、北京冬季大会を観戦したとき等、今日伝えたオリンピックバリューについて思い出してほしいと伝え、授業終了。

■ **オリンピック** : 中山 英子 先生 (スケルトン) 【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】

■ **期 日** : 2021年12月14日(火)

■ **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



・スケルトン競技について、そりを使用し100km以上のスピードで滑走しながら速さを競う競技であると説明し、この競技でオリンピックに2回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」「ベストを尽くす」、フレンドシップ：「友情」「仲間」、リスペクト：「敬意/尊重」「尊敬」「ルールを守る」とそれぞれ説明し、運動の時間では、この3つの価値を意識しながら取り組み、普段の生活の中でどのように役立てることができるか皆で一緒に考えていきたいと伝え、準備体操に移る。

○ 主運動 等



・新聞紙ボール運びリレー(全3回)を実施。班内で2人1組となり、新聞紙の上に乗せたボールを落とさずに、コース上に置かれたコーンを回り、次のペアに繋ぎ、早くゴールできた班の勝ち。
 ・各回ごとに作戦タイムを設け、各班で立てた作戦を確認し、「新聞紙の形を船のようにしてボールが落ちないように工夫した」「新聞紙を高くしバランスをとった」等の意見が出た。



・皆で楽しみながら取り組んだことはエクセレンスに当てはまり、皆で協力しながらお互いに色々な意見を出し合ったことは、フレンドシップにつながっている。スポーツには必ずルールがあり、決められたルールの中で競い合うことが大切であること、皆で話し合った中で出た意見等も個性の1つであり、尊重してほしいことを伝え、それはリスペクトにつながると話す。次の座学の時間では皆の普段の生活の中においてどのようなことに当てはまるのか一緒に考えていきたいと伝え、授業終了。

■ **オリンピック** : 中山 英子 先生 (スケルトン) 【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】

■ **期 日** : 2021年12月14日(火)

■ **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



- ・スケルトン競技について映像と競技用具を用いて説明し、新聞記者として長野大会でスケルトン競技に興味を持ったことが競技を始めたきっかけであると話す。
- ・友情を築くことは実際には簡単なことではない。自分もチームの仲間やコーチと意見が合わず言い争いになったこともあるが、何とか乗り越えてきた。人との違いを見つけた時、否定的に思ってしまったとしても、その自分の気持ちは否定せず、違いを認めて受け入れることが大切である。

○グループワーク等



発問： 日常生活や運動の時間を振り返り、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：「体育や部活動で全力で諦めずに取り組む」「面倒なことも諦めずに努力する」等

フレンドシップ：「苦手な教科でも自信を持って全力を尽くし取り組む」「意見を交換し合う」「お互いに声を掛け合う」等

リスペクト：「挨拶」「思いやりと感謝」「自分と仲間を受け止めてお互いに理解する」「親への感謝」等



- ・座学の時間を振り返り、オリンピックバリューは普段の生活の中でも見つけることができることを知ってもらえたら嬉しいと話す。これからの人生で、楽しいことだけでなく挫折することもあるかと思うが、支えてくれる人に感謝の気持ちを持つこと、目標をあきらめない気持ちを持つことを忘れないでほしいと伝え、授業終了。

■オリンピック：伊藤 華英 先生 (水泳 / 競泳)【出場オリンピック / 北京大会、ロンドン大会】

■期 日：2021年12月13日(月)

■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



・自己紹介の後、オリンピックシンボルの5つの輪の意味について問い掛け、「大陸の数」と回答が挙がる。五大大陸の意味を表していることや、5つの輪の色と下地の白色を含めた6色を使うことによって、世界の国旗を描くことができることを説明。オリンピックはオリンピックバリューを体現していると話し、運動の時間では、オリンピックバリューを意識しながら取り組んでほしいと伝え、準備運動に移る。

○主運動 等



・陸上版メドレーリレー(全3回)を実施。班対抗で、水泳のメドレーリレー種目(背泳ぎ、平泳ぎ、バタフライ、クロール)の順番で、各種目の上半身の動きをしながら、速さを競う。
・各回ごとに作戦タイムを設け、泳ぎ方を交替する等、工夫した班に対して拍手を送った。



・運動の時間を振り返り、これからの人生を歩むなかで挫折することもあるかも知れないが、「楽しむ」、「一生懸命に取り組む」の気持ちを持つことで、より良い人生になる。人にはそれぞれ得意・不得意なことや、国籍が違うこともあるが、それが個性であり、お互いに認め合うことが大切であると話す。リズバクを意識しながら色々な人と協力して、これからの人生を歩んでほしいと伝え、授業終了。

■ **オリンピック** : 伊藤 華英 先生 (水泳 / 競泳) 【出場オリンピック / 北京大会、ロンドン大会】

■ **期 日** : 2021年12月13日(月)

■ **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



- ・座学の時間では、選手生活での経験を通して感じたこと、経験してきたことを話すので、オリンピックバリューについてより深く考えていきたいと授業の目的を確認。
- ・運動の時間でチームの仲間に声を掛け合っていたように、何かに取り組む上で仲間からの応援は自分の最後の一押しになるので、応援される人になってほしいと伝える。

○グループワーク 等



発問：日常の生活等の中にある、オリンピックバリューを考えよう。

発表：エクセレンス：「目標に向かって、諦めずに取り組む」「最後まで逃げない」等

フレンドシップ：「お互いに称えあう」「声を掛けあう」「相手の長所を見つける」「誰にでも優しくする」等

リスペクト：「感謝を忘れない」「責任を押し付けない」「人に対して敬意を払う」「相手の良いところを尊重する」等



- ・日本のオリンピック参加、スポーツの発展に貢献した嘉納治五郎や近代オリンピックの創設者のクーベルタンを、写真を見せながら説明。皆の発表にもあったように、人とコミュニケーションをとることで新たな発見もあると思うので、積極的に人と関わり、理解するようにしてほしい。オリンピックバリューはオリンピック選手だけのものではなく、皆も普段の生活の中で意識し、ゆっくりでもいいので目標や夢を見つけてほしいと伝え、授業終了。

■ 修了証贈呈

