

<平成27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

横手市立横手北中学校





現行の学習指導要領は平成21年（2009）4月に公示され、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ました。そこには、中学校3年生の保健体育の「体育理論」の学習内容に、「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こと」とオリンピックの意義が明示されております。

これを受けて日本オリンピック委員会（JOC）では、平成23年度（2011）から、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、「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ます。このような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も期待しております。

「オリンピック教室」の授業は、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。また同時に、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。

平成23年に施行された「スポーツ基本法」の前文の一部に「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」で学習する内容は、まさにこの基本法に記された精神や態度等を日常生活の中へ具現化することを後押しするものであると考えています。



- 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授業を通して学習してもらう
- 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
- 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27年4月～平成28年3月 ※原則、平日開催
- 実施校数** : 30校程度
- 地 域** : 関東近郊及びJOCパートナー都市の中学校を基本とする
- 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



## 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）

準備運動（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



準備運動



主運動  
（作戦タイムなどを設け、  
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

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た経験等を通して、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」等を自身の体験をもとに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、今後に生かせるような学習内容

## 座学の時間

挨拶（5分）

自己紹介（5分）

オリンピックの話（10分）

グループワーク（20分）

まとめ（10分）



座学での学習内容の  
確認



写真・映像などを使用  
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」などについて話す



グループ（個人）ワーク  
発表も行う



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



- 期 日 : 平成27年9月8日 (火)
- 場 所 : 横手市立横手北中学校
- ク ラ ス : 2年1組 (29名)、2年2組 (29名)
- オリンピアン : 小口 貴久 先生 (リュージュ)
- 授業のながれ: 運動の時間 (1時限、3時限)

## 1. 自己紹介～授業の目的確認 等



- ・リュージュ競技についての説明を交えて自己紹介。実際にリュージュ競技滑走時の姿勢を生徒たちに体験させる。
- ・運動の時間は楽しみながらオリンピズムを感じて欲しいと伝えて準備運動に入る。

## 2. 準備体操 等



- ・準備運動としてダイナミックストレッチとスタビライザーを実施。



### 3. 主運動 等



- ・ボールを陣地に入れるゲームを実施。生徒2人と小口先生が鬼役となり、鬼にタッチされないようにステージと反対側に置かれたフラフープに1分以内にボールを全て入れる。成功することはできなかったが、ルールを守りながら工夫することができていたと小口先生が振り返る。
- ・3班に分かれ八の字跳びを実施。30秒間ミスせずに跳べた回数を競う。1回戦終了後、ホワイトボードの前に集合し、結果発表。その後、どうしたら1回目より多く跳べるかに焦点を当て2分間作戦タイムをとり、班ごとに考えた改善点をホワイトボードに記入。

### 4. まとめ 等



- ・今日の運動の時間でも実践したように、どうしたら目標を達成できるのかを考えてやってみること、考えて実行した結果を受けて、次にどうするかを考えることが重要だと伝える。
- ・座学の時間はオリンピックでの経験等を紹介するので、オリンピックについて学んでみよう話し、運動の時間を終了。



■ 授業のながれ：座学の時間（2時限、4時限）

1. 自己紹介（映像、写真 etc）と授業の目的を確認 等



- ・オリンピックについて知って欲しいと授業の目的を伝え、授業を開始。バンクーバーオリンピック出場時の映像を用いてリュージュ競技を紹介。
- ・近代オリンピックが開催されるようになったきっかけや、オリンピックシンボルの意味を説明。小口先生がオリンピックに出場した際、オリンピックの価値(バリュー)について感じたことを話しながら、オリンピックバリューについての説明に入る。

2. オリンピックの価値を伝える 等



- ・オリンピックはスポーツを通して競い合う場であるが、相手を蹴落とす場ではないと話し、オリンピックバリューについて説明。
- ・競技を始めたきっかけについてのエピソードを交え、オリンピックに出るために小口先生は「話す」、「考える」、「続ける」という3つのことを実践してきたと話す。
- 「話す」：オリンピックに出るという目標は1人では叶えられないので、多くの人に協力してもらえるように自分から積極的に「オリンピックに出たい」という夢を話した。
- 「考える」：夢を実現させるために何をすべきかを常に考えて行動していた。
- 「続ける」：辛いことややめたいと思うことは沢山あったが、あきらめずに続けてきたからこそオリンピックに3回出場することができた。



### 3. グループワーク 等



発問①：運動の時間を振り返り、自分や同じ班の人のどんな行動がどのオリンピックバリューにあてはまるか考えてみよう。

発表①：1回目の記録を超えるように新しいことに挑戦した、相手を尊敬し話しを聞き、卓越した結果を目指した。

発問②：今持っている夢や目標を実現させるためにどんなことをしたいか、またどんなことができるか。

発表②：合唱コンクールに向けて意見を出し合って話し合い、練習を続けることで優秀賞を取りたい。

### 4. まとめ 等



- ・3つのオリンピックバリューはオリンピックに出場した人だけのものではなく、皆の普段の生活の中にも存在していることを覚えておいて欲しい。
- ・夢や目標にむけて必要なものは何かを常に頭においておき、それを実行することが大切であると伝えた。
- ・このクラスから2020年の東京オリンピックに出場する生徒が出ることを期待していると話して授業を終えた。



- 期 日 : 平成27年9月9日 (水)
- 場 所 : 横手市立横手北中学校
- ク ラ ス : 2年3組 (28名)、2年4組 (27名)
- オリンピアン : 桧野 真奈美 先生 (ボブスレー)
- 授業のながれ : 運動の時間 (1時限、3時限)

## 1. 自己紹介～授業の目的確認 等



- ・自己紹介の後、写真を使用しながらボブスレー競技について紹介。
- ・オリンピックシンボルの意味やオリンピックバリューについて説明した後、これらはオリンピックだけではなく皆の生活の中にもあり、今日の授業でも大切だと話す。

## 2. 準備体操 等



- ・ペアストレッチ実施後、ラダートレーニング8種目を実施。適宜アドバイスをする。



### 3. 主運動 等



- ・3班に分かれ八の字跳びを実施。90秒間ミスせず跳んだ回数を競う。1回戦終了後、ホワイトボードの前に集合、結果発表。どうやったら1回目より多く跳べるかを考えるため60秒作戦タイムをとる。全3回戦実施。結果も大事だが、結果が出なくても一生懸命ががんばったことが大事であると伝える。
- ・クラス全員で一斉跳びを実施。目標回数を決めて挑戦。

### 4. まとめ 等



- ・生徒から運動の時間が楽しかったという意見があり、仲間を尊重し、全員が協力して全力で取り組んだからそう感じられたと伝える。目標に向かって、一生懸命努力した姿勢が大事だと伝え、授業を終了。

■ 授業のながれ： 座学の時間（2時限、4時限）

1. 自己紹介（映像、写真 etc）と授業の目的を確認 等



・松野先生が実際に使用していた用具（ヘルメット、ユニフォーム、シューズ）を用いて、ボブスレー競技について説明。

2. オリンピックの価値を伝える 等



- ・3つのオリンピックバリューについて紹介し、生徒にオリンピックのイメージについて質問。オリンピックは特別なものというイメージを持たれることも多いが、オリンピックの価値は普段の生活の中に溢れていることを伝える。
- ・自身の経験を交え、今できるチャンスをどう活かすかは自分次第であり、何事にも全力で一生涯取り組み、出来ないからやめてしまうのではなく、何が出来るかを考えて欲しいと伝えた。



### 3. グループワーク 等



発問：皆の生活の中にあるオリンピックバリューを探し、そして今後どう生かせるか考える。

発表：部活では個人が全力を出すことでチームとして結果を残せる(エクセレンス)、合唱大会では応援してくれた観客に感謝の気持ちを感じた(リスペクト)。

### 4. まとめ 等



- ・日常の生活、クラス・部活動等、チャンスは色々なところに存在するため、自分の努力次第でチャンスを掴むことができる。辛いことがあっても、あとで振り返るとひとつの通過点でしかない。悩みや苦しさを乗り越え、それを繰り返しながら前に進んで行って欲しい。
- ・東京オリンピックが開催されるまでの5年間、オリンピックにどのように関わることができるかを考えて欲しいと伝え授業を終えた。



■ 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



■ 証明書贈呈

