

<平成28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

埼玉県三郷市立瑞穂中学校





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等は、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。
- 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）
※派遣オリンピックはJOC側にて選定
- 期 間** : 平成28年4月～平成29年3月 ※原則、平日開催
- 実施校数** : 40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時限目
運動の時間（50分）



2時限目
座学の時間（50分）



※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
（作戦タイム等を設け、
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

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28年11月17日 (木)
- 場 所 : 三郷市立瑞穂中学校
- ク ラ ス : 2年1組 (33名)、2年2組 (33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 (3時限、5時限)

1. 自己紹介～授業の目的確認



2. 準備体操



・オリンピック教室ではオリンピックバリューについて感じてほしいと目的を確認し、運動の時間は「全力で取り組むこと、みんなで協力すること、ルールを守ること」を約束。オリンピックバリューの意味を説明し、バリューはみんなの日常にも活かせることなので、今日の授業でそれを感じてほしいと伝え、準備体操に移る。

3. 主運動



・2班ずつ3チームに分かれて、そりリレーを全3回実施。2人1組になり、1人はバスマット(そり)の上にしゃがみ、もう一人の生徒が腰に巻いた帯状の紐を両手で握る。前の人は後ろの人をのせたそりを引っ張って約7m先のラインまで走る。ラインをそり越えたら、乗る人、引く人を交代してスタート地点まで戻る。

4. まとめ



・全チームが記録を更新できた点に触れ、結果は自分次第で変えることができ、全力を尽くせば短い時間であってもよりよい結果を残すことができると伝える。タイムを更新できて嬉しいと思う気持ちはチームの中で自分の役割を果たすことで何倍も大きくなると話し、座学の時間は更にオリンピックバリューについて考えようと予告し、授業終了。



実 施 内 容

■ 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



2. オリンピックの価値を伝える



・松野先生から日常の中にたくさんあるオリンピックバリューについて知ってほしいと授業の目的を確認。トリノ大会の映像や実際に使用した競技用具を見せながらボブスレー競技について説明。

・ボブスレーの他にスピードスケートや陸上競技にも取り組んでいたことや、大怪我を負った経験を紹介し、競技生活の中で感じたオリンピックバリューを説明。

3. グループワーク



・日常生活の中で活かせるオリンピックバリューについて考える。

・1分1秒を大切に、全力を出す、しっかり休息もとる（エクセレンス）、友人を信頼する、コミュニケーションをとる、アイコンタクト、友人を大切にする（フレンドシップ）、礼に始まり礼に終わる、失敗しても励まし合う、勝敗に関わらず相手を尊重する（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オリンピックだけのものではなく、みんなも実践できていることだと改めて伝え、「挫折」という言葉は悪い意味にとられがちだが、挫折とは諦めてやめてしまうことを指し、諦めずに続けていればいずれひとつの通過点として捉えることができるようになる。全力で取り組んだ後に発見した課題に対して、もう一度本当の全力を尽くすこと、努力を継続することに意味があるので、努力を習慣化して取り組んでほしいと伝え、授業終了。



実施内容

- 期 日 : 平成28年11月18日 (金)
- 場 所 : 三郷市立瑞穂中学校
- ク ラ ス : 2年3組 (33名)、2年4組 (33名)
- オリンピアン : 佐藤 真太郎 先生 (ボブスレー)
- 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



・佐藤先生から簡単に自己紹介をした後、オリンピックシンボルの意味やボブスレー競技について説明。運動の時間ではボブスレー選手が実際に行うアップやチームで息を合わせて協力する内容を実施すると話し、準備体操に移る。

2. 準備体操



3. 主運動



・6班に分かれてボール運びルレーを全2回実施。2人組を作り、それぞれ片手でボールを支えながら1.5m先のマーカーを回ってスタート地点に戻り、各班3往復する早さを競う。各回終了後、順位を確認し、作戦タイムを設ける。

・班全員が横一列に並び、ボール運びルレーと同様、ボールを間に挟み、15m走るタイムを競う。



4. まとめ



・運動の時間を振り返り、相手に合わせることを意識しながらも自分の力を出すことが大切であり、みんなで力を合わせて取り組むことで楽しさが増したのではないかと話す。両手間隔に広がって整理体操 (屈伸、伸脚、アキレス腱伸ばし等) をし、授業終了。





実施内容

■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



2. オリンピックの価値を伝える



- ・佐藤先生から改めて簡単に自己紹介した後、座学の時間ではオリンピックやオリンピックバリューについて説明すると目的を確認。
- ・歴代のオリンピック競技大会の映像を用いてボブスレー競技について説明した後、自身の学生生活、競技生活の中で感じたオリンピックバリューを紹介。

3. グループワーク



- ・今後取り組みたいこと、よりよくなりたいことを個人で考えた後、クラスをよりよくするために実践できるバリューを班ごとに話し合う。
- ・自分から動く、真剣に取り組む、メリハリをつけて生活する、何事にも一生懸命取り組む、自分の発言に責任を持つ（エクセレンス）、集中している人を思いやる、全員でがんばる、お互いを理解しようとする、自分の意見をはっきり言う（フレンドシップ）、相手の立場に立って考える、人の意見を尊重する、感謝の心を持つ、周りをよく見る、ライバルを見つける、いいところを認め互いに高め合う（リスペクト）等の意見が挙げられた。

4. まとめ



- ・「自分の発言に責任をもつ」と発表してくれたように、みんなで考えたことを1つずつ実践して、継続してほしいと伝える。うまくいかないことがあると「○○のせいで」と何かのせいにしてしまいがちだが、どんな環境でも自分が大切にする事は変わらないので、みんなの心から出た考えを大切にしてほしいと伝える。
- ・オリンピックバリューはみんなの日常でも活かせることだと話し、今日学んだこと、感じたことを今後に活かしてほしいと改めて伝え、授業終了。



■ 記念品贈呈

■ 2年1組



■ 2年2組



■ 2年3組



(2年3組)

■ 2年4組



■ 証明書贈呈

