

Olympic
Movement

<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 朝霞市立朝霞第一中学校



公益財団法人日本オリンピック委員会



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5月29日（火）
- ク ラ ス：2年4組（38名）、2年5組（38名）
- オリンピアン：黒須 成美 先生（近代五種）



■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



- ・はじめに運動と座学の授業を通じて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）について学ぼうと授業の目的を確認。
- ・近代五種競技を知っているか生徒に問い掛け、①フェンシング、②水泳、③馬術、④射撃、⑤ランニングの5種目を1日で実施し、総合得点を競う競技と説明。運動の授業では、競技特性を感じながら近代五種を体験してほしいと伝え、準備体操へ移る。

3. 主運動



- ・静と動の動きを取り入れ、近代五種競技をイメージした4種目を行いながら体育館を1周するリレーを実施（6班対抗、4組は全3回、5組は全2回）。
- ルール：①1種目：馬術競技をイメージし、バスケットボールを両手でドリブル（1/4周）、2種目：フェンシングのマルシェの動きで進む（1/4周）、3種目：全力で走る（1/4周）、4種目：精神を集中させる射撃競技をイメージし、机の上に置かれている紙コップを一人2つ重ねて次の人へ襷を渡す。
- ②ゴール順位（1位10点、2位8点、3位6点、4位4点、5位2点、6位0点）と積み重ねたコップの段数（1段あたり1点）で加点し、順位を決定。
- ③最終走者は頭にハチマキをつけ、全員が座った時点でゴールとする。④各回の得点を合計して最終順位を決定。

4. まとめ



- ・班の仲間に「頑張れ」等の声をかけていたことや班全員で話し合って協力すること、全力で頑張ること、ルールを守ること等がオリンピックバリューに繋がっていると伝え、座学の時間ではオリンピックバリューについてより詳しく説明すると予告し、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



2. オリンピックの価値を伝える



・座学ではオリンピックや黒須先生の経験について話をするので、皆にも考えてもらいたいと授業の目的を伝える。オリンピックシンボルの意味や、クーベルタンの言葉を紹介し、これらは皆の生活や部活動にもあてはまることであり、何度失敗しても挑戦すること、日々の練習の積み重ねが大事であると伝え、黒須先生にとってのオリンピックバリューについて説明。

3. グループワーク



発問①：運動の時間を振り返り、どんな事を実践したか考えてみよう

発表①：順位を気にせずに楽しむ、悪かったところを皆で話し合って改善できた(エクセレンス)、皆で協力して良い記録を出せるよう頑張った、苦手なところをカバーし合った(フレンドシップ)、お互いの頑張りを認め合う、支えてくれる人に感謝する(リスペクト)

発問②：日常生活を振り返って、オリンピックバリューについて考えてみよう

発表②：一人一人がクラスに貢献する、一つ一つの行事に全力で取り組む(エクセレンス)、人とコミュニケーションを取って協力し合う、皆の意見を尊重してクラスで団結する(フレンドシップ)、お互いの頑張りを認め合う、支えてくれる人に感謝する(リスペクト)

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、皆の日常生活の中でも意識することができ、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仲間とフレンドシップを築くことができ、人とのつながりを実感できることがリスペクトにつながると伝える。
 ・東京2020大会では埼玉県で射撃、サッカー、ゴルフ、バスケットボールの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なので、今日学んだオリンピックバリューを周りにも広めてほしいと伝え、授業終了。

実施内容

- 期 日 : 平成30年5月30日 (水)
- ク ラ ス : 2年6組 (39名)、2年7組 (38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



・はじめにオリンピックシンボルの意味やクーベルタンの思想、オリンピックバリューについて簡単に説明。エクセレンス=全力を尽くすこと、フレンドシップ=仲間と協力すること、リスペクト=ルールを守ること話し、運動の時間では3つのオリンピックバリューを感じながら、一生懸命、皆で協力しながら過ごしてほしいと伝え、準備体操へ移る。

2. 準備体操



3. 主運動



・6班対抗そりリレー (全3回) を実施。各回終了後、結果と作戦内容を発表。
ルール : ①2人組で1人はそり (バスマット) の上に体育座りになって紐を握り、もう1人は紐を腰に巻いて引っ張りながら進む。②1回目は約6m (2回目及び3回目は約8m) 先の間地点で役割を交代し、スタート地点に戻る。③ハチマキをしたアンカーがゴールしたら座る。
・桧野先生からは誰とペアを組むか、順番をどうするか、早くゴールするためにはどうすればよいか考えること、相手の気持ちを思いやって行動し声を掛け合いながら取り組むこと、怪我をしないようルールを守ること等をアドバイスした。

4. まとめ



・全力で取り組めたか、仲間を思いやり協力することができたか、ルールを守ることができたかを確認。3つのオリンピックバリューを守りながら取り組むことで正々堂々と勝負することができ、楽しく感じたり、相手のことを称えることができることを今後も忘れないでほしい。特に声を掛け合いながら協力し合っていたのがとても良かったので、今後もクラス全員で協力しながら学校生活を過ごしてほしいと伝える。
・座学の時間は自身の経験を伝えながらオリンピックについて説明すると予告し、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



- ・オリンピックバリューは皆の日常生活にも大切なことだと理解してほしいと授業の目的を確認。スライドや映像を見せながら競技について紹介。
- ・日本で4回目の開催となる東京2020大会では、埼玉県内で4競技が開催されることに触れ、オリンピックには3つのオリンピックバリューがあり、桧野先生が競技を続けてきた経験を踏まえながら、自身にとってのオリンピックバリューを説明。

2. オリンピックの価値を伝える



3. グループワーク



- 発問：合唱コンクールでオリンピックバリューをどのように活かせるか考えてみよう。
 発表：全力で歌い切る、金賞を獲って次のイベントにつなげる、練習で上手いかわなくても諦めない、積極的に行動する(エクセレンス)、互いに励まし合い結果にかかわらず称え合う、仲間の力を信じる、それぞれを思いやる(フレンドシップ)、指揮者と伴奏者を思いやる、応援してくれた人や仲間感謝する、他のクラスも褒める、合唱コンクールが行われる事に感謝する(リスペクト)

4. まとめ



- ・桧野先生は怪我をしたせいで「挫折して可哀想、大変だったね」とよく言われたが、自分では挫折とは考えていない。挫折とは苦しい時にやめてしまうことを指すので、乗り越えてしまえば、苦しいことも通過点や経験の一つと捉えることができる。皆もこれから悩んだ時は「もう1回、もう少しだけ頑張ってみよう」と考えてほしいと伝える。
- ・東京2020大会は貴重な経験であり、様々なことを経験するチャンスなので、自ら行動し、積極的に関わってほしいと伝え、授業終了。

実施内容

- 期 日：平成30年5月31日（木）
- ク ラ ス：2年1組（38名）、2年2組（39名）
- オリンピアン：岡里 明美 先生（バスケットボール）



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



2. 準備体操



・運動の時間はバスケットボールを使った運動をするが、試合ではないので、失敗を恐れずに元気に積極的にチャレンジしてほしいと伝える。3つのオリンピックバリューについて、エクセレンス＝全力で頑張ること、フレンドシップ＝仲間と協力すること、リスペクト＝感謝、敬意と簡単に説明し、「元気に積極的に前向きにチャレンジすること」「仲間と協力してルールを守ること」「先生が話している時にボールは床につかないこと」の3つを約束とし、準備体操に移る。

3. 主運動



・バスケットボールを使用してパス回しとシュート競争を実施。「どうすればパスの回数を多くできるか、ミスを少なくできるか考えよう」「どのように工夫すれば早くシュートできるか考えよう」と作戦タイムを設けながら各3回実施。岡里先生より、毎回順位が入れ替わっていたのは、皆が諦めずに最後までチャレンジした結果だと称えた。

4. まとめ



・冒頭で話した約束事を守れたか確認し、座学の時間は岡里先生の経験の中で、オリンピックバリューがどのように結びついていたのか、運動の時間の取り組みとオリンピックバリューがどう関連していたか考えていきたいと予告し、授業終了。



■ 授業のながれ：座学の時間（2時限、4時限）

1. 自己紹介と授業の目的を確認



・映像を見せながら自己紹介した後、オリンピックにはどんなイメージがあるかと問い掛け、オリンピック競技大会開催の目的やオリンピックシンボルの意味について説明。3つのオリンピックバリューについて、皆の生活に身近なものであることを運動の時間を振り返って確認し、岡里先生の経験を通して感じたオリンピックバリューについて説明。

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オリンピックバリューについて考えてみよう。
 発表①：作戦を練って記録を伸ばすことができた、最後まで諦めなかった(エクセレンス)、ゴールを入れた人にナイスシュートと声掛けができた、シュートが入った時に皆で喜んだ(フレンドシップ)、残ったチームを最後まで応援した、他のチームも応援できた(リスペクト)
 発問②：日常生活にオリンピックバリューをどう活かせるか考えてみよう。
 発表②：部活の後に自主練習をする、将来の夢に向かって勉強や習い事を頑張る(エクセレンス)、目標へ向かって皆で協力する、相手を思いやった発言、体育祭の応援(フレンドシップ)、学校のルールを守る、何に対してもありがたみを感じる、先生への尊敬、家事の手伝い(リスペクト)

4. まとめ



・発表してもらった全ての内容や日常生活がオリンピックバリューであり、それはオリンピックだけのものではなく、皆の身近にもあり共有できるものということを理解できたと思う。東京2020大会では、埼玉県で4競技が開催される。オリンピックには選手だけでなくボランティア等、様々な形で携わることができるため、オリンピックを身近に感じ自国で行われるこの機会を楽しんでほしいと伝え、授業終了。

実施内容

- 期 日：平成30年5月31日（木）
- ク ラ ス：2年3組（38名）
- オリンピアン：鈴木 彩香 先生（ラグビーフットボール）



■授業のながれ：運動の時間（5時限）

1. 自己紹介～授業の目的確認



2. 準備体操



・ラグビーフットボールを見たことがあるか生徒に問い掛け、簡単に競技について紹介。オリンピックバリューを全員で大きな声で読み上げた後、エクセレンス＝全力で取り組むこと、フレンドシップ＝友情・仲間、リスペクト＝相手を尊敬する気持ちと説明し、日常生活の中でもオリンピックバリューを感じられることを伝える。運動の授業ではタグラグビーを行うので、笛が鳴ったら鈴木先生の話を聞くことを約束し、準備体操へ移る。

3. 主運動



・タグラグビー（6班対抗、1試合2分間×各班2試合）を実施。
ルール：①前方へのパスは禁止、必ず後方にパスを出す。②前にボールを落としてはいけない。③接触（タックル）は禁止、タグを取ること。タグを取られたらその場で止まり、ボールをパスする。④守備の班はボールを持っている人より自陣側でプレーすること。⑤攻撃権は4回とし、ゴールラインを走り抜けたらトライとする。トライ後は中央に戻り、相手ボールで再スタート。⑥パスの妨害やバスクットは禁止。
・各班1試合実施後、鈴木先生よりボールを持ったら全力で走ること、タグを取った時とパスを出す時には大きな声を出すことをアドバイスし、2試合目を実施。

4. まとめ



・タグラグビーを通して、①全力で取り組むこと、②仲間と協力すること、③相手を思いやることを実践できたかを確認し、座学の授業ではオリンピックバリューについて詳しく説明すると伝え、授業終了。



■ 授業のながれ：座学の時間（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



・リオデジャネイロ大会の予選の映像や、7人制と15人制の日本代表ユニフォームを見せながら競技について紹介。15人制では10番が司令塔だが、各ポジションの役割が明確であり、一人一人がエースとして活躍しなければ勝つことができない競技である説明。近代オリンピックの復興やオリンピックシンボルの意味を説明し、鈴木先生にとってのオリンピックバリューを伝える。

3. グループワーク



発問：合唱コンクールに向けてオリンピックバリューをどう活かせるか考えてみよう
 発表：自ら進んで練習する、一人一人大きい声を出す(エクセレンス)、クラス全体で団結し金賞を獲る、練習中にコミュニケーションを取る(フレンドシップ)、互いに相手の悪いところを教え合う、歌を作ってくれた人に感謝する(リスペクト)

4. まとめ



・自分に何ができるか考えて行動することで目標に近付くことができる。これから長い人生を歩いていく中で、様々なことに挑戦し、オリンピックバリューを自分のものにして成長してほしいと伝え、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



2年6組





■ 集合写真

2年7組



■ 記念品贈呈

2年1組



2年2組





■ 記念品贈呈

2年3組



2年4組



2年5組



2年6組



2年7組



■ 修了書贈呈

