

<平成30年度 ハローオリピズム事業>

# オリンピック教室

実施報告書

千葉県 東金市立東中学校







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）

準備体操（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12月6日 (木)

■ク ラ ス : 2年1組 (36名)、2年2組 (35名)

■オリンピアン : 宮下 純一 先生 (水泳・競泳) 【出場オリンピック/北京大会】



■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



- ・自己紹介の後、開幕まで600日を切った東京2020大会では、千葉県4競技(レスリング、フェンシング、テコンドー、サーフィン)が開催される。オリンピックに興味を持ち 身近に感じてほしい、と授業の目的を確認。
- ・準備体操として、ストレッチ、ランニングを行った後、タッチ鬼を実施。

## 2. 準備体操



## 3. 主運動



- ・大縄跳び(90秒間×3回)を実施。跳び方(全員跳び、8の字跳び等)はチーム毎に選択が可能。引っ掛かったらゼロから数え直し、連続して跳べた数を競う。
- ・1回目、2回目(予選)の合計得点が高かった2チームで3回目(決勝)を戦う。

## 4. まとめ



- ・宮下先生も現役時代ただ泳ぐだけでなく、どうしたら勝てるかということを常に作戦を考えていた。運動の時間は皆にも作戦を立てることで戦い方や結果が大きく変わることを体感してもらった。良いアイデアを持っていても、相手にしっかり伝えなければ意味がない。自分の意見や意思を言葉にして伝えることの重要性を伝え、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



- ・オリンピック出場を決めた大会や北京大会の映像を見ながら、宮下先生が銅メダルを獲得するまでの葛藤やエピソードを紹介。
- ・宮下先生の経験を通して感じた、3つのオリンピックバリューについて「エクセレンス＝卓越、努力、できなかったことができるようになる」「フレンドシップ＝友情、親交、ライバルからの声掛け」、「リスペクト＝敬意/尊重、ライバルへの敬意、相手を思いやる、感謝」を説明。

3. グループワーク



- 発問：普段の生活の中でオリンピックバリューを感じることできたエピソードを具体的に考えてみよう(部活、勉強、習い事等)。  
 発表：先輩を見て真似し強いシュートが打てるようになった、部活のおかげで運動が苦手でなくなった(エクセレンス)、自分の試合を他校の友達が応援してくれた、地域のカルタ大会で対戦相手と友達になれた(フレンドシップ)、大会で優勝し対戦相手から戦えて良かったと言われた、バレー部の先輩からの一言でサーブに自信が持てるようになった(リスペクト)

4. まとめ



- ・東京2020大会では、自分たちの住んで街でオリンピックが開催される。大会本番では各選手がオリンピックバリューをどう体现しているのかについても注目して見てほしい。
- 自分たちのオリンピックバリューを大切にしながら、東京2020大会を迎え、その先の夢を叶えるために頑張ってほしいと伝え、授業終了。

# 実施内容

■期 日：平成30年12月7日（金）

■ク ラ ス：2年3組（35名）、2年4組（34名）

■オリンピアン：小口 貴久 先生（リュージュ）【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、バンクーバー大会】



■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



- ・自己紹介の後、生徒にリュージュの姿勢を体感させながら、競技の詳細について説明。
- ・準備体操として、ジョギング、ダイナミックストレッチを行った後、ナンバーコール(数集まり)を実施。

## 2. 準備体操



## 3. 主運動



- ・3組：大縄跳び(30秒×3回)を実施。30秒間にいかに多く跳べたかを競う。
- ・4組：大縄くぐり(30秒×3回)を実施。30秒間にいかに多く縄をくぐったかを競う。
- ※2クラスともに跳び方/くぐり方は各班毎にルール範囲内で選択が可能。ひっかかってもそのまま続けて数えることができる。

## 4. まとめ



- ・体だけでなく頭を使って「考える」ことでより良い結果を生み出すことができる。「考える」ということを今後の部活動等にも活かしてほしい。
- ・座学の時間は小口先生の経験談を交えながら、運動の時間に取り組んだ内容がどのようにオリンピックと関連しているのかを学んでいくと予告し、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



- ・この時間は①オリンピックシンボルにどんな意味が込められているのか、②オリンピックバリューとはどういうものか、という2点について学んでいく、と授業の目的を確認。
- ・小口先生の経験を通して、「考える」、「話す」、「聞く」というワードを切口に3つのオリンピックバリューについて「エクセレンス＝卓越、素晴らしい、優れている」、「フレンドシップ＝友情、仲間と協力する」、「リスペクト＝敬意/尊重、尊敬する」解説。

2. オリンピックの価値を伝える



3. グループワーク



- 発問：運動の時間を振り返り、実践できたことや周りを取り組んで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：考えたり作戦を立てる、ルールを守れた、一生懸命頑張る、全力で取り組む、立てた作戦を試す(エクセレンス)、全員で協力する、話し合う、励ます、仲間と意見を共有する、競い合う、よく調べる、仲間に助けを求める(フレンドシップ)、周りを見て学ぶ、他人の意見を聞く、相手に拍手する、相手をよく観察する、小口先生の話をしっかり聞いた(リスペクト)

4. まとめ



- ・オリンピックは勝敗だけでなく、今日学んだ考え方を大切にしている。東京2020大会まで595日となったが、オリンピック本番では、世界各国の選手がどのようにオリンピックバリューを体現しているか、オリンピックシンボルにどんな意味が込められているか等について今日の授業を思い出しながらみてほしい。
- ・ここ千葉県では4競技(レスリング、フェンシング、テコンドー、サーフィン)が開催される。オリンピックを身近に感じながらオリンピックバリューを感じてほしい、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



■ 修了書贈呈

