

<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

兵庫県 神戸市立大原中学校



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

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、今後に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31年3月14日（木）

■ク ラ ス：2年5組（35名）

■オリンピアン：石橋 千彰 先生（水泳／競泳）【出場オリンピック／ロンドン大会】

■授業のながれ：運動の時間（1時限）

1. 自己紹介～授業の目的確認



- ・自己紹介の後、運動の時間は、皆の記憶に残る1日にすべく、全力で楽しもう。全力で楽しむためには①全力で身体を動かす、②お腹から声を出し、友達としっかりとコミュニケーションを取る、③心の底から友達を思いやり、助け合いの精神を持つ、の3つが必要だと伝え、準備体操に移る。
- ・簡単なストレッチの後、じゃんけん勝ち抜け、ボール取りゲームを実施。

2. 準備体操



3. 主運動



- ・8の字跳びを60秒間×3回実施。各チームからは、「縄を短くする」「縄を早く回す」等の作戦が挙げられた。
- ・全員跳びを実施。クラス全員で挑戦してほしい、1回跳ぶごとに成功。

4. まとめ



- ・3チームに分かれての8の字跳びとクラス全員での全員跳びの2つで楽しさが異なっていたと思うが、皆で取り組むことの楽しさや、達成感を皆で分かち合えることこそスポーツの良さであると話す。座学の時間に改めて、石橋先生自身のエピソード等も交えながら掘り下げて学ぶと予告し、授業終了。

■ 授業のながれ：座学の時間（2時限）

1. 自己紹介と授業の目的を確認



- ・自身の経験について話すことで、皆の気付きやモチベーションアップにつなげてほしいと授業の目的を確認。
- ・オリンピックバリューについて「エクセレンス＝卓越、自分に負けない、頑張る、努力する」、「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、感謝の気持ちを忘れない」と説明。

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これから頑張りたいことや今頑張っていること。②仲間と協力してできていること。③感謝したい人、こと。の3つについて考えよう。
- 発表：バレーで春季大会ベスト4、部活で声を出すこと、総体で優勝する、苦手科目で高得点を取る、勉強と部活の両立、部活を休まない(①)、陸上部のリレーでバトンの渡し方等を話し合う、得点したら全力で喜ぶ、全力で応援する、学校行事を成功させる、相談し合う(②)、クラスの皆と先生に感謝する、支えてくれる親に感謝する、色々な知識を教えてくれた先生に感謝する、ごはんを作ってくれる親に感謝する(③)

4. まとめ



- ・考えを書き出すことによって自分の課題に気付くことができ、挑戦につながる。成功の反対は失敗ではなく挑戦を放棄することである。挑戦した結果、失敗することもあるかもしれないが、次に行動する時は成功する可能性もある。挑戦を続けることで、夢の実現へ1歩ずつ近づいていける。たとえ失敗を繰り返しても、笑い話に変えれば人とのコミュニケーションツールになったり、人間としての面白味が広がる。グループワークで話し合ったことを見つめ直し、夢や目標に向かって踏み出す1歩にしてほしいと伝え、授業終了。

実施内容

■期 日：平成31年3月14日（木）

■ク ラ ス：2年2組（35名）、2年3組（35名）

■オリンピアン：両角 公佑 先生（カーリング）【出場オリンピック／平昌大会】

■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、3つのオリンピックバリューを「エクセレンス＝挑戦する」「フレンドシップ＝チームワークを大切にする」「リスペクト＝仲間や対戦相手を尊敬・尊重する」と説明し、運動と座学の2時間を通じて意識し、感じてほしいと呼び掛け、準備体操に移る。
- ・簡単なストレッチの後、じゃんけん勝ち抜け、ライン移動ゲームを実施。

2. 準備体操



3. 主運動



- ・ポツチャを各班3試合実施。試合中は両角先生が各試合を見てまわりながら、「対戦相手だったとしても、良いショットには拍手を送ろう」等の呼び掛けを行った。

4. まとめ



- ・「次はどこに投げようか」と班で話し合う、相手チームにも敬意を持って接する等の皆の姿勢が素晴らしく、何よりも皆が最後まで楽しんでくれたと生徒を称える。そして、座学の時間は運動の時間の取り組みを振り返りながらオリンピックバリューについて考えると予告し、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



- ・スライドを見せながら自己紹介し、ストーンやシューズ、ブラシ等、カーリングで使用する道具や、カーリングの競技特性・ルールについて解説。平昌大会のノルウェー戦の映像を見せながら、競技中のプレーや作戦について話す。
- ・オリンピックバリューについて「エクセレンス＝卓越、全力で取り組む、諦めない、ベストを尽くす、一生懸命頑張る、努力する」、「リスペクト＝敬意/尊重、ルールを守る、思いやり、感謝、お互いを尊重する、フェアプレー」、「フレンドシップ＝友情、協力、仲間、チームワーク」と説明。

3. グループワーク



発問：今日学んだオリンピックバリューを日常生活の中で(部活、習い事、クラス活動等)、どのように活かせるか具体的に意見を出し合い、書き出してみよう。

発表：できることを全力で取り組む、何ごとも最後まで諦めない、目標に向かって全力で取り組む(エクセレンス)、仲間と絆を深める、周りを見て協力する、一生懸命に応援する、チームワークを大切にする(フレンドシップ)、家族や先生への感謝の気持ちを忘れない、お互いに尊重し合う、感謝や思いやりの心を常に持つ(リスペクト)

4. まとめ



・平昌大会の結果には満足しているが、北京大会に向けて新しくチームを作り挑戦したいと思っている。皆の中学校生活はあと1年であり、卒業する時に「全力でやり切った」と思えるように、オリンピック教室で学んだことやグループワークで話し合ったことを活かして行ってほしいと伝え、授業終了。

実施内容

■期 日：平成31年3月15日（金）

■ク ラ ス：2年1組（35名）

■オリンピアン：坂井 克行 先生（ラグビーフットボール）【出場オリンピック／リオデジャネイロ大会】

■授業のながれ：運動の時間（1時限）

1. 自己紹介～授業の目的確認



・自己紹介の後、3つの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」を紹介し、準備体操に移る。
・ラグビーフットボールでは準備体操にヨガを取り入れていることを紹介し、ヨガを実施した後、ボール送りレーを実施。

2. 準備体操



3. 主運動



・オフサイドタッチを各班5試合（1試合60秒間）実施。試合中は、審判役を務める坂井先生から都度、「さあ行こう」「ナイスパス」「惜しい、惜しい」等の大きな声でのアドバイス・激励が送られた。試合をしていない、見学中の班からもナイスプレーに対して自然と歓声や拍手が起こっていた。

4. まとめ



・今日初めてラグビーボールに触れる生徒も多かったと思うが、皆がとても上手で驚いたと感想を伝える。そして、冒頭で少し紹介したオリンピックバリューについて座学の時間に詳しく学ぶことを予告し、授業終了。

■ 授業のながれ：座学の時間（2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映像を見せながら、競技のルールや当時の心境、日本代表選手の国籍等について紹介。
- ・オリンピックバリューについて「エクセレンス＝卓越、優れている、一生懸命頑張る、全力で取り組むこと」、「フレンドシップ＝友情、チームワーク、お互いを理解する」、「リスペクト＝敬意/尊重、ルールを守る、フェアプレーをする、感謝」と説明。

3. グループワーク



- 発問：3年生になるに向けて、オリンピックバリューをどのように活かしていこうと思うか、意見を出し合い具体的に書き出そう。
- 発表：受験生になるので毎日たくさん勉強する、最後の総体に向けて一生懸命練習する(エクセレンス)、クラスが変わるので話したことがない人にたくさん話しかける、総体に向けてチームで協力する(フレンドシップ)、家族や先生に感謝する、対戦相手に感謝する、仲間に感謝する(リスペクト)

4. まとめ



- ・今の時間は取り返すことはできないので、仲間を大切にしてお過ごしほしい。そのためには家族や先生の支えも必要になるので、感謝の気持ちを忘れずにこれからの生活を過ごしてほしいと伝え、授業終了。

実施内容

■期 日：平成31年3月15日（金）

■ク ラ ス：2年4組（34名）、2年6組（34名）

■オリンピアン：岩本 亜希子 先生（ボート）【出場オリンピック/シドニー大会、アテネ大会、北京大会、ロンドン大会】

■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、3つの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」を紹介。運動の時間は「制限時間いっぱいまで諦めずに頑張る」「疲れた、無理等のネガティブな言葉を言わない」という2つの約束事を設定し、準備体操に移る。
- ・簡単なストレッチの後に、新聞紙を使ったウォーミングアップを実施。

2. 準備体操



3. 主運動



- ・8の字跳びを90秒間×3回実施。工夫した点として、「声を掛け合った」「皆でリズムを合わせる」「チームの雰囲気良くする」等の意見が挙がった。
- ・岩本先生から、順調に記録が伸びていったチームもあれば、2回目に一度落ちてしまった記録を3回目に挽回したチームもあるが、どちらも素晴らしい結果であったと伝えた。

4. まとめ



- ・冒頭で設定した2つの約束事を振り返り、ポジティブな言葉は声に出すことで力になるので、今後もポジティブな言葉を発するように心掛けよう話す。座学の時間はオリンピックバリューについて学ぶと予告。「諦めない姿勢がどれだけ大切か」等の話をするが、どのような気持ちで8の字跳びに挑戦したのかを皆も自分の言葉でまとめてほしいと伝えて、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



- ・スライドを見せながらボート競技の歴史やルールについて説明し、全日本選手権大会・北京大会の映像を見せる。
- ・オリンピックバリューについて「エクセレンス＝卓越、全力で取り組む、ベストを尽くす、一生懸命頑張る」、「フレンドシップ＝友情、チームワーク、信頼、共に乗り越える」、「リスペクト＝敬意/尊重、周囲への感謝」と説明。

2. オリンピックの価値を伝える



3. グループワーク



- 発問：3年生になるに向けて、オリンピックバリューがどのように役立つか、個人で考えた意見を班で共有し、それを書き出してみよう。
- 発表：部活の1つ1つの練習を大事にする、時間を大切にベストを尽くす、勉強にも全力で取り組む(エクセレンス)、夢を応援してくれる友達に対して違う夢でも一緒に乗り越えられるように応援する、信頼し合い共に辛いことを乗り越える(フレンドシップ)、自分より上手い人を尊敬する、相手のことを考えて行動する、周囲への感謝ををわすめない(リスペクト)

4. まとめ



- ・オリンピックバリューは全ての人々がスポーツを愛し、より良い人生を歩むための価値観である。「未来の日本代表のあなたへ」という言葉をスライドで映し、日本代表とはオリンピックの舞台上で戦うアスリートだけを指す言葉ではないと話す。皆も海外の人に接する時は日本という国の代表であり、そのような気持ちを持って東京2020大会を迎えてほしいと伝え、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



■ 記念品贈呈

2年1組



2年2組



2年3組



2年4組



2年5組



2年6組



■ 修了証贈呈

