

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 三郷市立栄中学校



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
（作戦タイム等を受け、
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7月13日（金）

■ク ラ ス：2年2組（33名）

■オリンピアン：伏見 知何子 先生（スキー・スノーボード）



■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



- ・簡単な自己紹介の後、オリンピックバリューの意味を簡単に説明し、運動の時間ではオリンピックバリューを意識しながら体を動かして楽しんで取り組もうと伝え、準備体操に移る。
- ・準備体操では、スタティクストレッチ、ダイナミックストレッチを行った後、じゃんけん勝ち抜けを2回実施。

2. 準備体操



3. 主運動



- ・2班ずつ3チームに分かれ8の字跳び（90秒×3回）を実施。引っ掛かっても続きから数え、制限時間内に跳んだ合計回数を競う。
- ・各回終了後作戦タイムを設け、「縄の部分を持って回した」、「体力を温存した」、「跳ぶ順番を替えた」等の意見が挙げられた。
- ・最後にクラス全員跳びを実施し、22回跳ぶことができた。

4. まとめ



- ・座学の時間では、伏見先生のオリンピックでの経験を交えながらオリンピックバリューについてさらに詳しく説明するが、皆のオリンピックに対するイメージを聞きたいので考えながら教室に戻ってほしいと伝え、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



- ・実際に使用していたボードや自身が出場したトリノ大会の映像を見せながら競技について紹介。
- ・伏見先生の経験を通して感じた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：運動の時間を振り返って頑張ったこと、工夫したこと、感じたことをオリンピックバリューに当てはめて考えよう
- 発表：大きな目標を立て勝つ気持ちで取り組んだ、1回でも多く跳ぶようにした、最後までやり抜いた(エクセレンス)、皆で協力して作戦を立てた、仲間同士でお互いに声掛けをする、励まし合った(フレンドシップ)、縄を回す人に感謝した、周りも頑張っているから自分も頑張ろうという気持ちで取り組んだ、失敗しても明るく声を掛けた(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一部のアスリートだけのものではなく、多くの人が共有できることなので、皆の日常生活の中でも活かしてほしいと伝え、授業終了。

実 施 内 容

- 期 日 : 平成30年7月13日 (金)
- ク ラ ス : 2年1組 (35名) 、2年3組 (37名)
- オリンピアン : 田中 和仁 先生 (体操)



■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



- ・簡単な自己紹介の後、オリンピックや田中先生が経験してきたことを運動の時間、座学の時間を通して伝えていきたいと授業の目的を話し、準備体操へ移る。
- ・全員で雑巾がけを行ってから、柔軟体操を実施。その後、デモンストレーションとして側転やハンドスプリング、後方かかえ込み宙返り等を披露してからじゃんけん勝ち抜きを実施。

2. 準備体操



3. 主運動



- ・2班ずつ3チームに分かれて馬跳びを実施。70秒間でチーム全員の跳んだ合計回数を競い、馬や跳ぶ人が倒れたら、その人が跳んだ分は0から数え直すこととした。1回目終了後に作戦タイムを設け、全2回実施。各チームから「馬を低くした」「馬の間の距離を工夫した」等の工夫が挙げられた。

4. まとめ



- ・跳ぶ人が跳びやすいよう工夫していたりと、跳ぶ人のことを考えたり、最後まで諦めずにチームワークよくやっていたのが良かったと伝える。
- ・次の座学では、田中先生が経験してきたことも踏まえて、オリンピックやオリンピックバリューについてより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（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について田中先生の経験を踏まえて話していきたいと授業の目的を確認。最も得意としていた平行棒の全日本体操種目別選手権大会時の映像を見せながら、競技について説明。
- ・田中先生がオリンピックを目指す中で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：普段の生活の中で感じるオリンピックバリューを書き出してみよう。（部活動、習い事、学校行事等で意識していることや頑張っていること。）
- 発表：途中であきらめないでベストを尽くす、練習から全力で取り組む、決めた目標を達成するまで諦めない、(エクセレンス)、協力し合う、助け合う、仲間を全力で応援する、アドバイスする、人とのつながりを大切にする(フレンドシップ)、親や先生や周りで支えてくれている人へ感謝する、道具を大事にする、対戦相手への礼儀、部活動の前に掃除をする(リスペクト)等の意見が挙げられた。

4. まとめ



- ・夢を見つけることで目標を立てられるようになるので、目標を立て、途中で諦めずに1つ1つ小さい目標を達成することで夢を叶えてほしいと伝え、授業終了。

■ 集合写真

2年1組



2年2組





■ 集合写真

2年3組



■ 記念品贈呈

2年1組



2年2組



2年3組



■ 修了書贈呈

