

<2019年度 ハローオリンピック事業>
オリンピック教室

実施報告書

埼玉県 朝霞市立朝霞第三中学校



「オリンピック教室」の実施にあたって

現行の学習指導要領から、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示されました。中学校3年生では、「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」現状を通して、オリンピックの意義を学習することになっています。そこで、JOCでは、中学校3年生の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」を実施してきました。

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。日本代表としてオリンピックに出場した選手（オリンピック）は、その榮譽を自覚し、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ますが、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が期待されます。

「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）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が学ぶこともねらいとしております。

平成29年3月公示の新学習指導要領では、新しい時代に求められる資質や能力を子供たちに育むために、「主体的・対話的で深い学び」の実現に向けた授業の工夫や改善が求められています。「オリンピック教室」でのふれあいの中での学びが、教科の枠を越え、これからの社会や人生に活かせる資質や能力を育む一助になることを期待しております。また、この授業を通して、生徒の皆さんが、運動やスポーツが好きになり、生涯にわたり豊かなスポーツライフの実現につながることも願っています。

令和元年5月

公益財団法人 日本オリンピック委員会

- 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** : 2019年4月～2020年3月 ※原則、平日開催
- 実施校数** : 80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）

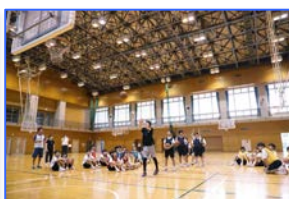
まとめ（5分）



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 : 2019年7月4日 (木)

■ク ラ ス : 2年4組 (38名)

■オリンピアン : 伏見 知何子 先生 (スキー/スノーボード) 【出場オリンピック/トリノ大会】

■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



2. 準備体操



- ・運動と座学の2時間を通じて伏見先生の経験やオリンピックの価値を伝えるので、オリンピックについて学ぼうと授業の目的を確認。運動の時間は体を動かしながら3つのオリンピックバリュー「エクセレンス＝一生懸命がんばること」「フレンドシップ＝理解し合い仲間になること」「リスペクト＝尊敬、フェアプレー精神、感謝する心」オリンピックバリューを意識してと話し取り組もうと伝え、準備体操に移る。
- ・準備体操として、スタティックストレッチ、じゃんけん勝ち抜けを実施。

3. 主運動



- ・2班ずつ3チームに分かれて8の字跳び (90秒×3回) を実施。引っかけても加算して数え、制限時間内に跳んだ回数を競う。各回終了後に記録を伸ばすためにはどうしたらよいか考える作戦タイムを設けた。
- ・最後にクラスで全員跳びに挑戦。

4. まとめ



- ・冒頭に説明したオリンピックバリューが運動の取り組みとどう関係しているのか、次の座学の時間で考えてもらうので、運動の時間に工夫したこと等を思い返しながらか教室までの移動してほしいと伝え、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



- ・競技用具やトリノ大会の映像を見せながらハーフパイプについて紹介。
- ・伏見先生の経験を通じて感じたオリンピックバリューについて「フレンドシップ＝友情、仲間」、「リスペクト＝敬意/尊重、フェアプレー精神、感謝」、「エクセレンス＝卓越、ベストを尽くす」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：運動の時間を振り返り、頑張ったことや工夫し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：「全力」「目標を立てて跳ぶ」「がむしゃらに取り組んだ」「成功につなげるために対策をした」「諦めずに跳んだ」（エクセレンス）
 「苦手な人に合わせる」「励まし合った」「声を掛け合った」「心を一つにした」「息をあわせる」「皆と協力した」（フレンドシップ）
 「縄を回す人に感謝した」「跳びやすい様に回し手が高さや速さを調節した」「良い結果を残すために縄の速度を一定にした」（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選手やスポーツ選手だけのものではなく、皆の日常生活にも活かすことができると伝え、授業終了。

実施内容

■期 日 : 2019年7月4日 (木)

■ク ラ ス : 2年3組 (38名)、2年6組 (39名)

■オリンピアン : 田中 めぐみ 先生 (陸上競技) 【出場オリンピック/シドニー大会、アテネ大会】

■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



・自己紹介後、運動と座学の時間を通してオリンピックについて学ぼうと授業の目的を確認。運動の時間は「エクセレンス＝全力で取り組む」「フレンドシップ＝協力する」「リスペクト＝尊敬する、感謝する」ことを頭に入れながら取り組んでほしい伝え、準備体操に移る。
・準備体操後、長距離の走り方を練習し、その後タッチ鬼を実施。

2. 準備体操



3. 主運動



・6班対抗で障害物ルレーを全2回実施。各回終了後に作戦タイムを設け、より早くゴールする作戦を班毎に話し合う。

4. まとめ



・皆で目標を持って取り組むことは大切であり、同じ目標を持って取り組めたか、作戦タイムでは協力して話し合えたか、感謝の気持ちを持っていたかを確認。次の座学の時間ではオリンピックバリューについて詳しく説明するので、運動の時間のどのようなことにオリンピックバリューが当てはまるか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（4時限、6時限）

1. 自己紹介と授業の目的を確認



- ・現役時代に履いていたスパイクや写真を見せながら競技について紹介。
- ・田中先生の経験を通じて感じたオリンピックバリューについて「エクセレンス＝卓越、努力する、ベストを尽くす」、「フレンドシップ＝友情、信頼する」、「リスペクト＝敬意/尊重、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：夢や目標を叶えるためにできることを、オリンピックバリューに当てはめて考えてみよう。
- 発表：「満足いくまで精一杯頑張る」「1日1個の目標を立て、達成できるように頑張る」「諦めずに努力しつづける」(エクセレンス)
 「教え合い、助け合い、励まし合う」「仲間を信じ、助け合う」「仲間を信頼して共に成長する」(フレンドシップ)
 「身近な人や支えてくれた人に感謝する」「相手を思いやる」「常に感謝の心を持ち続ける」(リスペクト)

4. まとめ



- ・オリンピックバリューは、自分の夢や目標を叶えるためだけでなく、学校生活の様々な場面にも活かせる。努力をすること、自分で考えること、考えたことを行動に移すことが、これからの皆の道を決めるので、日常生活でもオリンピックバリューを意識し、よりよい人生にしてほしいと伝え、授業終了。

実施内容

■期 日 : 2019年7月5日 (金)

■ク ラ ス : 2年2組 (38名)

■オリンピアン : 佐藤 真太郎 先生 (ボブスレー) 【出場オリンピック/ソチ大会】

■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



- ・競技やオリンピックの魅力を伝えていきたいと授業の目的を伝え、オリンピックパリュートとは何かを考えながら運動と座学の時間に臨んでほしいと話し、運動の時間も協力しながらベストを尽くし、ルールを守りながら取り組もうと伝え、準備体操に移る。
- ・準備体操としてストレッチとじゃんけん勝ち抜け、短距離のドリルを実施。

2. 準備体操



3. 主運動



- ・ボール回しを2回実施。生徒がバスケットコートの外周ラインの上に1列に並び、ボールを手渡してコートを1周する時間を測る。
- ・1回目終了後に作戦タイムを設け、タイムを縮めるための作戦をクラス全員で話し合った。



4. まとめ



- ・運動の時間を振り返り、皆で話し合いながら、ルールの中でアイデアを出し合い、ベストを尽くしていた。と生徒を称えた。
- ・何事も失敗から学ぶことがあるため、挑戦して失敗したら改善することを繰り返しながら、何度でも挑戦してほしいと伝え、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



- ・映像や画像を見せながらボブスレー競技について紹介。
- ・佐藤先生の経験を通じて感じたオリンピックバリューについて「エクセレンス＝卓越、ベストを尽くす」、「フレンドシップ＝友情、チームワーク」、「リスペクト＝敬意/尊重、ルールを守る」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：より良いクラスをつくるために何ができるか、オリンピックバリューに当てはめて考えてみよう。
- 発表：「授業中は静かにする」「元気よく挨拶する」「自分で考えて行動する」「授業と休み時間のメリハリをつける」(エクセレンス)
 「友達に優しく接する」「たくさんの友達とコミュニケーションをとる」「周りの友達への気遣い」(フレンドシップ)
 「広い心を持つ」「ロッカーの上に物を置かない、ルールを守る」「ありがとう、ごめんをきちんと伝える」「お互い注意し合う」(リスペクト)

4. まとめ



- ・毎日の積み重ねが将来につながるので、ベストを尽くし、ルールを守って、感謝の気持ちを忘れずに目標に向かって進んでほしい。
- ・皆のなりたい姿になるためにアンテナを張って学びを続けてほしいと伝え、授業終了。

実施内容

■期 日 : 2019年7月5日 (金)

■ク ラ ス : 2年1組 (41名)、2年5組 (38名)

■オリンピアン : 佐藤 久佳 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



- ・今日はオリンピックバリューについて学ぼう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＝目標に向かって限界突破するように頑張る」「フレンドシップ＝友達と力を合わせて協力する」「リスペクト＝相手を思いやり、ルールを守って取り組む」と説明し、バリューを意識しながら取り組んでほしいと伝える。
- ・準備体操としてダイナミックストレッチを実施。

2. 準備体操



3. 主運動



- ・2班ずつ3チームに分かれて8の字跳び (90秒×3回) を実施。引っかけついても続きから数え、制限時間内に跳んだ回数を競う。
- ・各回終了後に回数を増やすための作戦タイムを設けて班毎に話し合う。

4. まとめ



- ・失敗しても諦めずに一生懸命取り組んでいくことが日常生活においても大切であると伝える。
- ・次の座学の時間では、佐藤先生の経験を通してオリンピックバリューについて伝えるが、皆も自分がこれから先どうなりたいかを思い描きながら話を聞いてほしいと予告し、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



- ・北京大会の映像を見せながら、競技について解説。
- ・佐藤先生にとってのオリンピックバリューについて、「エクセレンス＝卓越、目標を決める」、「フレンドシップ＝友情、仲間」、「リスペクト＝敬意/尊重、感謝、思いやり」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運動の時間を振り返ってどのようなことを改善しながら取り組んだかを考えよう。
 ②今後の人生に3つの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：①「縄を短くした」「跳ぶタイミングやスピードを考えた」「全力を尽くす」②「学校行事で全力を尽くす」「努力を怠らない」(エクセレンス)
 ①「励まし合う」「協力」「お互いに支え合うことが大切」②「思いやりを持つ」「お互いを理解する」「仲間を最後まで信じる」(フレンドシップ)
 ①「練習ができることに感謝」②「お互いを尊重しあう」「何事にも敬意を忘れない」(リスペクト)

4. まとめ



・今の自分は、過去の自分の積み重ねによって存在するので、今の自分の状況を把握するためにも、過去を振り返ることは大切である。大きい目標を達成するために、小さい目標を設定し、日々挑戦や努力を続け、オリンピック教室で学んだことをこれからの生活に活かしてほしいと伝え、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



■ 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

