

<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

神奈川県 川崎市立犬蔵中学校





## 「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 : 2020年1月21日 (火)

■ク ラ ス : 2年2組 (38名)

■オリンピアン : 三好 智弘 先生 (水泳/競泳) 【出場オリンピック/バルセロナ大会】

■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



- ・バルセロナ大会に出場したと自己紹介し、今日は2時間の授業を通してオリンピックについて考えていきたい、オリンピック出場までの経験を皆に伝えながら、一緒に楽しく学んでいきたい、まずは体を動かすことで「何か」得られるものと伝える。
- ・準備体操として、ストレッチとピス投げを実施。

## 2. 準備体操



## 3. 主運動



- ・6班に分かれて風船リフティングを実施。(3分×3回)班毎に円になり、手を使わず1人1回リフティングして、時計回りで隣の人にパス。風船は大中小の中から選ぶ。落としてしまった場合は1から数え直し、連続で続いた回数を競う。優勝した班から「なるべく低い位置で風船を隣の人にパスすることを続けた」と作戦が発表され、全員で拍手を送った。

## 4. まとめ



- ・風船リフティングは単純なゲームだが、皆で協力し合い、工夫しながら全力で取り組むことで楽しかったと思う。運動の時間を通して「何か」を掴んだはずなので、次の座学の授業の中ではその「何か」を理解し、オリンピックからどのようなことを学べるのか説明したいと伝え、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



- ・オリンピックには3つのオリンピックバリューがあると話し、「エクセレンス」「フレンドシップ」「リスペクト」のそれぞれの意味について生徒と一緒に確認。
- ・自身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、優秀、長所、+1の法則」「リスペクト＝敬意／尊重、受け入れる」「フレンドシップ＝友情、チームワーク」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：運動の授業でグループで話し合っ工夫したことを書き出してみよう。  
 発表①：「1人1人が声を出した」「相手のことを思いやっって動いた」「積極的に動いた」「良いところを褒める」  
 発問②：運動の時間に頑張っていた人を1人挙げて理由も発表しよう。  
 発表②：「足を伸ばして風船をよく拾っていた」「声を出していた(名前、褒め言葉)」

4. まとめ



- ・オリンピックバリューは日常生活の中にも見出すことができる。それに気付くことで成長のスピードが加速すること、そして気付いた時には自分を褒めることを覚えておいてほしい。クラスや部活動、塾等でオリンピックバリューを実践している自分に気づき、その時に「素晴らしい」「格好いい」と自分を褒めることで、新しい自分に進化できる。オリンピックバリューの実践によって大きく進化した未来の自分に期待してほしいと伝え、授業終了。

# 実施内容

■期日：2020年1月21日（火）

■クラス：2年3組（37名）、2年4組（43名）

■オリンピアン：齋藤 里香 先生（ウエイトリフティング）【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、今日の授業を通じて皆と一緒にオリンピックについて学んでいきたいと授業の目的を確認。ウエイトリフティング競技のデモンストレーションを行う。ウエイトリフティング選手の跳躍力について説明し、今日はジャンプを取り入れた様々な運動に取り組んでほしいと伝える。
- ・準備体操として、ストレッチ、体全体を使ったじゃんけんなどを実施。

## 2. 準備体操



## 3. 主運動



- ・8の字跳び(90秒×3回)を2班毎3チームに分かれて実施。引っ掛かっても続きから数え、制限時間内に跳んだ回数を競う。終了後、結果発表し、拍手を送る。自分達の記録を超えるために皆頑張っていたと称え、自分のチームの最初の記録をどうやって超えるか、皆で話し合い、工夫することが大切だと話す。

## 4. まとめ



- ・皆で話し合い、作戦を立てて取り組んだことがオリンピックバリューと関係している。運動の時間で工夫したこと、良かったことを振り返りながら次の授業に取り組んでほしいと伝え、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



2. オリンピックの価値を伝える



- ・自身の競技経験を基に、オリンピックやオリンピックバリューについてさらに詳しく説明していく話す。北京大会の映像を見せながら、競技のルール等について解説。
- ・自身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、一生懸命頑張る、ベストを尽くす」「フレンドシップ＝友情、仲間、チームワーク」「リスペクト＝敬意／尊重、思いやり、ルールを守る、感謝」と説明。

3. グループワーク



- 発問：生活に活かせるオリンピックバリューを考えてみよう。
- 発表：「毎日の努力をかかさない」「テストで良い点をとるために毎日勉強する」「部活等で練習から手を抜かない」(エクセレンス)  
 「班での活動」「失敗したら励まし合う」「仲間同士の情報共有」「指摘し合う」「アドバイスをもらう」(フレンドシップ)  
 「挨拶をする」「学校のルール等をしっかり守る」「言葉遣いに気を付けて思いやりを持つ」「感謝も込めて、ご飯を残さない」(リスペクト)

4. まとめ



- ・今までオリンピックは遠い存在に感じていたかもしれないが、オリンピック教室を通して少し近くに感じられるようになったのではないかと感じる。
- ・オリンピックバリューは皆の日常生活でも活用できる大切な価値観であると学んでもらえたと思う。東京2020大会では、アスリートがどのようにオリンピックバリューを体現しているか考えながら、競技する姿を見てほしいと伝え、授業終了。

# 実施内容

■期日：2020年1月22日（水）

■クラス：2年1組（38名）、2年5組（36名）

■オリンピック：足立 夢実 先生（水泳/シンクロナイズドスイミング 現:水泳/アーティスティックスイミング）【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、3時限）

## 1. 自己紹介～授業の目的確認



## 2. 準備体操



- ・ロンドン大会に出場したと自己紹介し、今日は2時間の授業を通じて、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）について一緒に学んでいきたいと授業の目的を確認。今日は寒いのでしっかり体を動かそうと伝える。
- ・準備体操として、ストレッチ、音楽に合わせて足立先生の動きを真似する運動を実施。

## 3. 主運動



- ・ボール送り、ボールころがし、ドリブルの3種混合リレーを班対抗で3回実施。各回ごとにどうしたらより速く、タイムが縮められるかを話し合う。終了後、「次の人が取りやすいように間隔を調整して渡した」「なるべく前に出すドリブルをした」「コーンを回る時、減速してボールコントロールした」等の作戦が発表された。

## 4. まとめ



- ・1人でボールを扱っているのではなく、班の皆で行っているのが、次の人のことも考えてボールを渡していくことが大切である。皆で声を掛け合って、お互いに応援しながら取り組んでいたのがとても良かった。次の座学の時間では、運動の時間で学んだことがオリンピックバリューにどう繋がるかを話し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



- ・スライドや映像を見せながら、ロンドン大会の様子や競技のルール、一昨年よりシンクロナイズドスイミングからアーティスティックスイミングに名称が変わり、東京2020大会でもこの名称で競技が行われること等について解説。
- ・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、努力する、諦めない、一生懸命頑張る、ベストを尽くす」「フレンドシップ＝友情、仲間、お互いを理解する、チームワーク、協力、思いやり」、「リスペクト＝敬意／尊重、思いやり、ルールを守る、フェアプレー、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：クラスの限られた残りの時間をより充実させるために、意識した方が良いことをオリンピックバリューに当てはめて書き出そう。
- 発表：「3年生を送る会で意見が分かれたりすること等があっても、気持ちよく送り出すために1人1人が最後まで諦めない」「常に全力」(エクセレンス)  
 「バズル39(5組の学級目標)通り、1人1人の個性を認める」「思いやりの心を持つ」「信頼する」(フレンドシップ)  
 「朝の挨拶をする」「感謝することを忘れない」「公共の場のルールを守る」「当たり前のことからしっかり行う」(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だけのものではなく、皆も日常生活の中で学ぶことができる。人生をより良く充実させるために、オリンピックバリューを心に留めて、残りの中学校生活を楽しんでほしい。オリンピックは出場する選手だけではなく、観客として応援したり、運営側として支える全員が参加者であり、オリンピックバリューを感じることでできる大会である。皆も積極的に東京2020大会に参加してほしいと伝え、授業終了。