

<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 狭山市立山王中学校**





## 「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11月21日 (木)

■ク ラ ス : 2年2組 (34名)

■オリンピアン : 谷本 歩実 先生 (柔道) 【出場オリンピック/アテネ大会、北京大会】

■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



・2004年アテネ大会、2008年北京大会の2大会で金メダルを獲得したと自己紹介し、運動の時間ではオリンピック、パラリンピックを体験してもらいながら、心の声に耳を傾けて一緒に楽しんでいきたいと話し、準備体操に移る。  
・準備体操としてストレッチ、谷本先生の動きにすばやく反応する運動を行った。

## 2. 準備体操



## 3. 主運動



・混合リレーを6班に分かれて2回実施。走者毎様々な条件でボールを運びリレー。第1走者は目隠し、第2走者は片手片足のみ、第3走者は両足が使用不可、第4走者は両手が使用不可、第5走者は制約なしで走ってゴール。2回目は走順の変更を可とした。作戦タイムを設けながら実施。

## 4. まとめ



・今後、スポーツや試験等色々な場面で緊張することがあると思うが、それでも立ち向かっていかなければならない。自信を持って取り組んでほしい。  
・皆の中にこの時間で感じたこと、発見したことがあると思う。  
・次の座学の時間では、運動の時間で感じた「心の声」を発表してもらいたいと話し、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



- ・運動の時間を振り返り、座学の時間ではオリンピックについて考えていきたいと、授業の目的を確認。
- ・スライドを見せオリンピックの歴史を説明。
- ・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「卓越、全力で取り組む」(エクセレンス)、「友情、思いやり」(フレンドシップ)、「敬意/尊重、感謝」(リスペクト)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：運動の時間を通して感じ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：「大縄で、できると信じて最後まで全力で取り組んだら成功した、目標を達成するために全員で協力した」(エクセレンス)  
 「友達に応援されたり一緒に応援することが力になる、声掛けや協力することが大切であることを学んだ」(フレンドシップ)  
 「応援してくれる人からの愛を感じて頑張れた、頑張る人を応援した、障害を持っている人たちの大変さを感じた」(リスペクト)

4. まとめ



・オリンピック教室で最も伝えなかったことは、仲間の存在の大切さである。「感謝の反対語を知っているか」と生徒に問い掛け、正解は「当たり前」であると話す。皆が毎日通学できることや、仲間と過ごせることは当たり前ではない。「ありがとう」という気持ちを持って家族や仲間へ接したり、言葉で伝えてほしい。「ありがとう」と言える人にはたくさんの人が手を差し伸べてくれる。周りの協力を得ながら、夢や目標を持って頑張りたいと伝え、授業終了。

# 実 施 内 容

■期 日 : 2019年11月21日 (木)

■ク ラ ス : 2年1組 (32名)、2年3組 (33名)

■オリンピアン : 加藤 和 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 (3時限、5時限)

## 1. 自己紹介～授業の目的確認



・オリンピックには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)の3つの価値があると紹介し、運動の時間はフレンドシップ=友情・仲間を意識して取り組んでほしいと話し、「協力する」「1人1人が考えて行動する」ことを目標として、準備体操に移る。  
・加藤先生が選手時代に行っていた準備体操とじゃんけん勝ち抜けを実施。

## 2. 準備体操



## 3. 主運動



・大縄跳び (90秒×3回) を2班毎3チームで実施。全員跳びか8の字跳びかをチームで選択し、90秒間で引っ掛からずに一番多く跳べた回数を発表する。各回終了後により多く跳ぶ為にはどうしたらよいか作戦タイムを設けて話し合う。

## 4. まとめ



・冒頭に伝えた目標を振り返り、「協力する」「1人1人が考えて行動する」ことができていた。運動が得意な人、苦手な人がいる中で、チームでどうやって取り組みやすいかをしっかり考えた経験を、他でも活かしてほしい。また、目標に向かってチャレンジし、失敗したことを改善して挑戦することは、どの分野でも大切なことであると話した。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話していきたいと伝え、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



- ・オリンピックバリューについて伝えたいと授業の目的を確認し、叶えたい夢がある人はオリンピック教室での学びを今後活かしてほしいと伝える。
- ・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「卓越、全力で取り組む、努力する、ベストを尽くす、諦めない」(エクセレンス)、「友情、協力、仲間、チームワーク、思いやり」(フレンドシップ)、「敬意/尊重、感謝、お互いを理解する、ルールを守る」(リスペクト)と説明。

3. グループワーク



- 発問：運動の時間を振り返って自分や同じチームの人のどの行動がどのオリンピックバリューに当てはまるか考えてみよう。
- 発表：「全員が最後まであきらめずにベストを尽くす、全員が全力で取り組んだ、記録を超えるために一生懸命取り組んだ」(エクセレンス)  
 「引っ掛かったら声を掛けて励ます、お互いに協力して思いやりを持って跳んだ、声を出して全員の息を合わせた」(フレンドシップ)  
 「皆の意見を尊重して作戦を考えた、ルールを守ってお互いに感謝の気持ちを持った、運動の時間を作ってくれたことに感謝した」(リスペクト)

4. まとめ



- ・グループワークを通してオリンピックバリューへの理解が深まったと思う。オリンピックバリューはオリンピックだけではなく、皆の日常生活においても大切な考え方であるため、普段から意識して行動し、夢を実現するために役立ててほしい。
- ・東京2020大会はオリンピックを身近に感じることでできるまたとない機会。自分の好きな競技だけでも興味を持って見てほしいと伝え、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3組



2年2組



■ 修了証贈呈

