

<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 三郷市立早稲田中学校**





## 「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19日 (火)

■ク ラ ス : 2年1組 (37名)

■オリンピアン : 野村 智宏 先生 (陸上競技) 【出場オリンピック/アトランタ大会】

■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



- ・今日の授業では「エクセレンス=素晴らしい」、「フレンドシップ=友情・友達」、「リスペクト=尊敬」という3つのオリンピックバリューを意識してほしいと授業の目的を確認。
- ・準備体操として、ストレッチと頭と体を繋げる体操を実施。

## 2. 準備体操



## 3. 主運動



- ・ボール取りゲーム (全3回) を6班対抗で実施。3班ずつに分かれて、5つのボールを1人1個ずつ運び、自陣に3個集められた時点で終了し、ボールの数に応じた得点の合計を競う。
- ・手つなぎだるまさんが転んだを実施。男女2チームに分かれて実施し、最後にクラス全員で挑戦。

## 4. まとめ



- ・オリンピックはメダルを目指して競う競技会でもあるが、参加している人たち全員が1つになるから感動が生まれる。皆の生活も同じで、皆がいるからクラスができ、クラスがあるから学校になる。その中で、ルールを守って、行動に移せるかが大切であると話し、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



2. オリンピックの価値を伝える



- ・アトランタ大会の映像を見せながら競技紹介。クーベルタンやオリンピックの歴史について説明。
- ・野村先生にとってのオリンピックバリューは、「エクセレンス＝卓越、ベストを尽くす、一生懸命頑張る、全力で取り組む、諦めない」、「フレンドシップ＝友情、チームワーク、お互いを理解する、仲間、協力」、「リスペクト＝敬意／尊重、フェアプレー、ルールを守る、感謝、思いやり」と説明。

3. グループワーク



- 発問：合唱コンクールを振り返り、どのようなことができたか。また、取り組んだことや意識したことを書き出してオリンピックバリューに当てはめてみよう。
- 発表：各班の代表者1名が前に出て発表。（抜粋、順不同）
- 「他クラスより練習をがんばった」「他クラスが上手でも諦めなかった」「最後まで諦めずに集中して歌った」(エクセレンス)
  - 「お互いの歌声を理解した」「仲間を信じて歌った」「皆の心をひとつにした」(フレンドシップ)
  - 「会場では静かにした」「パートリーダーに感謝を込めて歌った」「支えてくれた先生方への感謝」「クラス全員への感謝」(リスペクト)

4. まとめ



- ・夢を実現するためには目標が必要であり、次の目標を追い続けることで成長できる。経験がないことにも果敢に挑戦し、様々な知識を得ることで、人とのつながりを増やすことができる。ニュース等から自分の目や耳で情報を取り入れて、知識や選択肢を増やしてほしいと伝え、授業終了。



# 実 施 内 容

■期 日 : 2019年11月19日 (火)

■ク ラ ス : 2年2組 (37名)、2年5組 (36名)

■オリンピアン : 高橋 成美 先生 (スケート/フィギュアスケート) 【出場オリンピック/ソチ大会】

■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、今日はオリンピック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＝卓越・全力・自分を超越る」、「フレンドシップ＝友情・仲間・チームワーク」、「リスペクト＝尊重・尊敬・ルールを守る」と説明し、これら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、ストレッチとタッチ鬼を実施。

## 2. 準備体操



## 3. 主運動



・8の字跳び (1回目/90秒、2回目/120秒間) を実施。引っかけた回数も続きから数えるとして、跳べた回数の合計を競う。引っかけた回数に応じて加減し、各回終了後に作戦タイムを設け、どうしたら回数を伸ばせるかを話し合う。

## 4. まとめ



・冒頭で伝えたオリンピックバリューを運動の時間の中で実践できていたと話し、次の座学の時間では運動の時間を振り返りながら、オリンピックや、高橋先生がフィギュアスケートを始めてからオリンピックに出るまでの生活について話したいと予告し、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



2. オリンピックの価値を伝える



- ・オリンピックの歴史やオリンピックシンボルの意味について説明。
- ・高橋先生にとってのオリンピックバリューは、「エクセレンス＝「卓越、ベストを尽くす、一生懸命頑張る、全力で取り組む、諦めない」、「フレンドシップ＝友情、チームワーク、お互いを理解する、仲間、協力」、「リスペクト＝敬意／尊重、フェアプレー、ルールを守る、感謝、思いやり」と説明。

3. グループワーク



- 発問：運動の時間を振り返って、取り組んだことや意識したことを書き出し、オリンピックバリューに当てはめてみよう。  
 発表：各班の代表者1名が前に出て発表。（抜粋、順不同）  
 「勝つためにベストを尽くして頑張った」「最後まで諦めずに頑張った」「一生懸命取り組めた」(エクセレンス)  
 「全員で声掛けした」「仲間を信じて協力できた」「友情が深まった」「心が1つになった」(フレンドシップ)  
 「ルールを守って回数を正した」「お互いを尊重し合う」「先生の話を目と耳と心で聞いた」(リスペクト)

4. まとめ



- ・オリンピック教室を通じてオリンピックやバリューについて理解を深めてもらえたと思うので、日常生活の中でも自分をリスペクトし、エクセレンス、フレンドシップをより極められるように全力で取り組んでほしい。1つひとつはシンプルな行動だが、日々心掛けることで必ず大きな成果につながる伝え、授業終了。



# 実施内容

■期 日 : 2019年11月20日 (水)

■ク ラ ス : 2年3組 (37名)、2年4組 (36名)

■オリンピアン : 田島 寧子 先生 (水泳/競泳) 【出場オリンピック/シドニー大会】

■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



- ・自己紹介の後、来年東京でオリンピックが開催されるので、今日はオリンピックがどんなことを大切にしている大会なのかを知ってほしいと授業の目的を確認し、運動の時間は自分たちの記録ににチャレンジしながら、楽しく体を動かそうと伝える。
- ・準備体操として、ストレッチとボール運びリレーを実施。

## 2. 準備体操



## 3. 主運動



- ・ヘリウムリング (全3回) を実施。班全員の人差し指の先にフラフープを寄せ、10程先のコーンを回って戻ってくるまでのタイムを競う。1人でも指が離れたり、フラフープを落としてしまったら、その場で全員スクワットジャンプ3回してから再スタート。各回終了後にタイムを縮めるための作戦を話し合う。

## 4. まとめ



- ・各班の作戦を聞くことで、自分たちだけでは気がつけなかったことにも気づくことができ、相手の技術や意見等を自分の中に取り入れてることで、どんどん上達できる。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が、運動の時間の取り組みを振り返りながら授業を進めるので、運動の時間のことを思い返しながら教室に戻ろう伝え、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



- ・スライドを見せながらオリンピックの歴史やクーベルタンについて説明。
- ・田島先生が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、一生懸命頑張る、全力で取り組む、諦めない」、「フレンドシップ＝友情、チームワーク、お互いを理解する、仲間、協力」、「リスペクト＝敬意／尊重、フェアプレー、ルールを守る、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：運動の時間や日常生活を振り返って、どのような行動がオリンピックバリューに当てはまるのか考えてみよう。
- 発表：各班の代表者1名が前に出て発表。（抜粋、順不同）
- 「合唱祭でベストを尽くした」「体育祭の大縄の練習では上手く跳べなかったが本番では素晴らしい結果を残せた」(エクセレンス)
  - 「合唱祭でそれぞれ意見を出し合って協力した」「体育祭の大縄で本番は皆の心を1つにして新記録を出して2位になった」(フレンドシップ)
  - 「体育祭で戦える相手や応援してくれる人に感謝する」「一緒にプレーしてくれる仲間や審判、コーチに感謝」(リスペクト)

4. まとめ



- ・オリンピックに参加するには「出場する」「観戦する」「支える」という3つの方法がある。東京2020大会では海外の選手や観光客も多数訪れるため、困っている人を見かけた時は積極的に助けてあげてほしい。またとない機会なので、どのような形でも良いのでオリンピックに参加してほしいと伝え、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





■ 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



■ 修了証贈呈

