

<2020年度 オリンピック・ムーブメント事業>

# オリンピック教室

実施報告書

広島県 福山市立加茂中学校

Olympic  
Movement



公益財団法人日本オリンピック委員会



## 「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「オリンピック・ムーブメント事業」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2年4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でき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** : 2020年4月～2021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コマ目  
運動の時間(50分)



2コマ目  
座学の時間(50分)



※学校の通常の授業時間に実施

※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コマ目

### 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  
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)



運動の時間のまとめ

## 2コマ目

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



個人またはグループワーク  
で話し合った内容を発表



全体のまとめ  
記念撮影(クラス写真)

※時間は目安です  
※内容はオリンピックによって変動する場合があります

#### ●時間割について

- ・1クラスにつき、運動の時間・座学の時間の順に、2時間連続で実施します。
- ・1コマ目の運動の時間は体育館で、2コマ目の座学の時間は当該クラスの教室で行います。
- ・原則1クラスの場合は3-4時限目、2クラスの場合は3-6時限目、3クラスの場合は1-6時限目の調整となります。
- ・1日に実施できるクラス数は最大3クラスまでです。4クラス以上実施する場合は2日間以上での調整となります。
- ・同じ時間に複数クラスを実施することはできません。

# 実施内容

■期 日 : 2020年11月19日(木)

■ク ラ ス : 2年1組(39名)

■オリンピアン : 橘 雅子 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/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



・自己紹介の後、3つのオリンピックバリューについて、「エクセレンス」=卓越、挑戦する、「フレンドシップ」=友情、仲間、絆、「リスペクト」=尊敬・敬意をもつと説明。準備体操では、腹筋トレーニングを紹介。体幹を意識した運動をした後、主運動に移る。

## 2. 準備体操



## 3. 主運動



・風船リフティングを実施(2分間×3回)。班毎に手を繋ぐ代わりに、隣の人とタオルの端を持って円になる。風船が落ちないようにリフティングし、回数の多い班の勝利。作戦タイムを設け、円の大きさを変えたり、風船の大きさを変える等、工夫しながら行った。

## 4. まとめ



・1回目は皆で協力した、2回目は各班の作戦を参考にした、3回目は皆が集中して行うことができ、中でも声掛けが良くできていたことが一番良かったと話す。アーティスティックスイミングもチーム競技なので、力を合わせることも大切。座学の時間では、皆と3つの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」について考えていきたいと伝え、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



2. オリンピックの価値を伝える



・「エクセレンス」：卓越、全力で取り組む、一生懸命頑張る、ベストを尽くす、諦めない、努力する、「フレンドシップ」：友情、チームワーク、協力、仲間思いやり、「リスペクト」：敬意/尊重、感謝。北京大会でメダルを獲得することはできなかったが、生きていく中で大切なことを学べた。皆にとって、友達とはどんな存在かを考えようと、グループワークに移る。

3. グループワーク



発問：休校期間が終わり、友達とはどんな存在だと感じたか考えてみよう。

発表：「友情は普通に見えて、なくてはならないもの」「心強い、安心した」「勇気を与えてくれ、いつも味方でいてくれる」「明るくてくれる」等

4. まとめ



・世の中が色々変わっていく中でも、変わらない力強い存在、支えてくれる存在がいるので、友達に感謝の気持ちを持とう。オリンピック教室で学んだことを忘れずに、皆がこの学校から様々な世界に羽ばたいて欲しいと話し、授業終了。

# 実 施 内 容

■期 日 : 2020年11月19日(木)

■ク ラ ス : 2年2組(39名)、2年3組(36名)

■オリンピアン : 兼松 由香 先生(ラグビーフットボール)【出場オリンピック/リオデジャネイロ大会】

■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



## 2. 準備体操



・自己紹介の後、ラグビーを通してオリンピックバリューについて学んでいくと授業の目的を確認。3つのオリンピックバリューについて、「エクセレンス=卓越」とは、ラグビーを通して最後まで諦めずに一生懸命頑張ること、「フレンドシップ=友情」とは、皆でボールをしっかり繋ぎ、協力して得点を取るように頑張ること、「リスペクト=敬意/尊重」とは、対戦相手に対し一緒に戦ってくれてありがとうと、感謝の気持ちを持つことと話す。

## 3. 主運動



・タグラグビーの試合を実施(1試合2分間×6試合)。6班を2つに分け、3班毎のリーグ戦とする。ボールを持って自由に走り回る、後ろの人に投げる、タグを取ることの3つをしっかりできるようにしよう。常に「前に走る」こと、タグを取られても試合は終わっていないのであきらめないこと。全試合終了後は拍手でお互いを称え合った。

## 4. まとめ



・ボールを持って走るスポーツは少ないので、初めて経験した人もいたと思うが、ボールを繋ぎ、積極的に前に出ている人はトライが獲れていた。ゲームの中にオリンピックバリューがあったか、また自分たちの班にあったかを思い返しながら、座学の時間に臨んで欲しいと伝え、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



- ・エクセレンス＝「卓越」：母親になっても選手として活躍する「ママさんラガー」になりたいと思った。
- フレンドシップ＝「友情」：大怪我を乗り越えた後に、娘に「一緒にオリンピックに行こう」と言われ、大きな力になった。
- リスペクト＝「敬意/尊重」：ライバルであるカザフスタンの選手に、オリンピック出場を祝福してもらい、出場できなくても真のオリンピックだと感じたと話す。

3. グループワーク



- 発問：駅伝、マラソン大会で何を大切にしたいか、オリンピックバリューに当てはめて考えてみよう。
- 発表：エクセレンス：「最後まで走る」「諦めずにベストを尽くせるように頑張る」等
- フレンドシップ：「チームで協力して襷を繋げる」「仲間と協力してタイムを縮める」等
- リスペクト：「負けても相手を尊重する」「応援してくれた人に感謝する」等

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が感じる価値ではなく、皆の日常生活の中でも感じられる。コロナ禍でスポーツをすることも難しい状況の中、皆のためにマラソン大会の準備をしてくれる先生や、応援してくれる人達への感謝の気持ちを忘れないことが、リスペクトにつながる。皆がこれから夢や目標に向かう中で、苦しいと思う瞬間が訪れた時は、オリンピックバリューを思い出して欲しいと伝え、授業終了。

■ 集合写真



■ 記念品贈呈



■ 修了証贈呈

