

<2021年度 オリンピック・ムーブメント事業>

JOCオリンピック教室

— 実施報告書 —

兵庫県 神戸市立広陵中学校

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。

- 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授業を通して学習してもらう。
- 事業名： 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が選定
- 期間： 2021年4月～2022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

身体を動かしながら生徒との距離を縮め、
チームワーク、フェアプレー、
身体を動かすことの楽しさ等を感じてもらいます。



2コマ目 座学の時間 / 50分

競技者人生を振り返り、
自身が感じたオリンピックの価値を生徒に伝え、
オリンピックをより身近に感じてもらいます。



※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 / 50分

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

座学の時間 / 50分

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、今後活かせるような学習内容

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き「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。

■ **オリンピック** : 永田 睦子 先生 (バスケットボール) 【出場オリンピック / アトランタ大会、アテネ大会】

■ **期 日** : 2021年12月15日(水)

■ **ク ラ ス** : 2年1組 / 運動の時間

○自己紹介 ~ 授業の目的確認 ~ 準備体操



- ・アトランタ大会、アテネ大会の2大会にバスケットボールの日本代表として出場したと自己紹介を行った後、運動の時間では、「自分がオリンピック選手になったつもりで一生懸命やる」、「仲間と協力する」、「ルールを守る」の3つの約束事を意識して参加してほしいと伝え、準備体操に移る。
- ・準備体操では、体を使った後出しじゃんけん、ダブルじゃんけん、シュート練習を行った。

○主運動 等



- ・8の字跳びを実施。班毎に分かれ、60秒間に連続して跳べた回数を競う。ルール説明後、60秒間の作戦・練習タイムを設け、1回目を実施。その後、作戦タイムを設けながら全3回実施した。



- ・運動の時間を振り返り、冒頭に伝えた3つの約束事を覚えているかを生徒に問い掛け、約束事が守ることができていたと思う場合は拍手をしてほしいと話し、生徒からは大きな拍手での返答があった。座学の時間では、オリンピックの歴史やオリンピック出場時の経験談を話し、オリンピックバリューについて、考えていきたいと伝える。
- ・最後に大縄跳びを2班に分かれて挑戦してほしいと伝え、生徒全員で実施し、授業終了。

■ **オリンピック** : 永田 睦子 先生 (バスケットボール) 【出場オリンピック / アトランタ大会、アテネ大会】

■ **期 日** : 2021年12月15日(水)

■ **ク ラ ス** : 2年1組 / 座学の時間

○ 自己紹介 ~ 授業の目的確認 ~ オリンピックの価値を伝える



- ・クーベルタンの写真を紹介し、オリンピックを創設したクーベルタンは戦争を休戦するために武器ではなくスポーツで競い合おうと「人間の体と頭と心の資質をバランスよく高めることを目指す人生哲学」を唱えたと説明。
- ・映像を使用して自己紹介を行った後、1996年アトランタ大会に出場できたが、2000年シドニー大会には出場することができず、練習に集中できないほど落ち込んだが、後輩の前向きな姿勢に感化され、前向きになることができ、2004年アテネ大会への出場を果たすことができたと伝える。

○ 個人ワーク ~ グループワーク 等



- 発問① : 運動の時間に感じたオリンピックバリューを考えてみよう。
 発問② : これからの行事でオリンピックバリューに当てはめてできることを考えてみよう。
 発表 : エクセレンス : 「自分の限界を超える」「諦めない」等
 フレンドシップ : 「声を掛け合う」「勝っても負けても相手と仲よくする」等
 リスペクト : 「失敗しても責めない」「許す心」等



- ・座学の時間を振り返り、皆も発表してくれたが、失敗することは誰もが経験することであり、周りの仲間は失敗を責めたりせず、失敗した本人は失敗を恐れず、失敗したことを、その後どのように生かすことができるかを考えることが重要である。このクラスで過ごす3月までの行事にも積極的に挑戦し、自分の経験として吸収し、より良い学校生活を送ってほしいと伝え、授業終了。

■ **オリンピック** : 永田 睦子 先生 (バスケットボール) 【出場オリンピック / アトランタ大会、アテネ大会】

■ **期 日** : 2021年12月15日(水)

■ **ク ラ ス** : 2年2組 / 運動の時間

○ 自己紹介 ~ 授業の目的確認 ~ 準備体操



- ・アトランタ大会、アテネ大会の2大会にバスケットボールの日本代表として出場したと自己紹介を行った後、オリンピック教室を通して、オリンピックについて理解を深めてほしいと授業の目的を確認。
- ・運動の時間では、「自分がオリンピック選手になったつもりで一生懸命やる」、「仲間と協力する」、「ルールを守る」の3つの約束事を意識して参加してほしいと伝え、準備体操に移る。

○ 主運動 等



- ・8の字跳びを実施。班毎に分かれ、60秒間に連続して跳べた回数を競う。ルール説明後、3分間の作戦・練習タイムを設け、1回目を実施。その後、作戦タイムを設けながら全3回実施した。



- ・運動の時間を振り返り、冒頭に伝えた3つの約束事を覚えているかを生徒に問い掛け、約束事が守ることができていたと思う場合は拍手をしてほしいと話し、生徒からは大きな拍手での返答があった。
- ・大縄跳びを2班に分かれて挑戦してほしいと話し、生徒全員で実施した後、座学の時間では、オリンピックの歴史やオリンピック出場時の経験談を話し、オリンピックバリューについて、考えていきたいと伝え、授業終了。

■ **オリンピック** : 永田 睦子 先生 (バスケットボール) 【出場オリンピック / アトランタ大会、アテネ大会】

■ **期 日** : 2021年12月15日(水)

■ **ク ラ ス** : 2年2組 / 座学の時間

○自己紹介 ~ 授業の目的確認 ~ オリンピックの価値を伝える



・映像を使用して自己紹介を行った後、1996年アトランタ大会に出場できたが、2000年シドニー大会には出場することができず、テレビで観戦することができないほど落ち込んでしまった。練習に集中できないほどだったが、後輩の前向きな姿勢や練習に対する思いに感化され、2004年アテネ大会を目指して前に進むことができるようになり、周りの支えもあって同大会への出場を果たすことができたと伝える。

○個人ワーク ~ グループワーク 等



発問：運動の時間に感じたオリンピックバリューを考えてみよう。
 発表：エクセレンス：「縄をなるべく同じリズムでまわす」「一生懸命集中してできた」等
 フレンドシップ：「声を掛け合い協力できた」「失敗したことをとがめなかった」等
 リスペクト：「チームメイトの意見を尊重できた」「息を合わせた」等



・座学の時間を振り返り、オリンピックバリューの3つの価値に当てはめて考えたことで、皆の中にもオリンピックの精神が芽生えたのではないかと。失敗を恐れずに挑戦することはオリンピックバリューにも当てはまる行動であり、このクラスで過ごす3月までの行事にも積極的に挑戦し、自分の経験として吸収し、より良い学校生活を送ってほしいと伝え、授業終了。

■ **オリンピック** : 西内 洋行 先生 (トライアスロン) 【出場オリンピック / シドニー大会、アテネ大会】

■ **期 日** : 2021年12月16日(木)

■ **ク ラ ス** : 2年3組 / 運動の時間

○ 自己紹介 ~ 授業の目的確認 ~ 準備体操



- ・2000年シドニー大会、2004年アテネ大会にトライアスロン日本代表として出場したと自己紹介を行った後、トライアスロンについて、水泳1.5km、バイク40km、ランニング10kmの3種目を連続で行う競技であると説明。
- ・オリンピックバリューの3つの価値について、エクセレンス=「卓越」「ベストを尽くす」、フレンドシップ=「友情」、リスペクト=「敬意/尊重」と説明し、準備体操に移る。

○ 主運動 等



- ・主運動として、トライアスロントランジションリレーゲームを実施。
班毎に分かれ、5m先のトランジションエリアまで靴を脱いで、帽子を手に持った状態で進み、同エリアで靴を履き、帽子を被る。その状態で自転車の代わりにフラフープを手に持って走り、折り返し地点のコーンを回って同エリアまで戻り、フラフープを置き、帽子を脱いでスタート地点まで戻る競走を各回の間に作戦タイムを設けながら実施した。



- ・運動の時間を振り返り、靴を早く履くためにはどのようにすればよいかなど、班の皆で意見を出し合い、話し合っていたことは素晴らしいと称えた。その後、代表の生徒と実際のヘルメットの装着競争を行い、ヘルメットを装着する時間など、準備の時間を縮めることもトライアスロンでは重要となってくると伝える。
- ・座学の時間では、自身の経験を踏まえ、オリンピックについて紹介し、皆でオリンピックバリューについて考えていきたいと伝え、授業終了。

■ **オリンピック** : 西内 洋行 先生 (トライアスロン) 【出場オリンピック / シドニー大会、アテネ大会】

■ **期 日** : 2021年12月16日(木)

■ **ク ラ ス** : 2年3組 / 座学の時間

○ 自己紹介 ~ 授業の目的確認 ~ オリンピックの価値を伝える



・運動の時間に伝えたオリンピックバリューの3つの価値について覚えているかを生徒に問い掛け、回数を重ねている中で前の記録を超えることができるように努力したり、作戦タイムで意見を出し合うことでチームワークを感じることができたり、他の班を応援したりと、運動を通してオリンピックバリューを感じてもらえたのではないかと伝える。

○ 個人ワーク ~ グループワーク 等



発問：運動の時間の中にあつたオリンピックバリューを書き出してみよう。
 発表：エクセレンス：「全力で取り組めた」「1秒でも早くしようと工夫した」等
 フレンドシップ：「協力してベストを尽くす」「皆で声を掛け合った」等
 リスペクト：「ルールを守る」「フェアプレーをした」等



・座学の時間を振り返り、目標を立てる時は、目標に向かって頑張ると広く決めるのではなく、目標に近づくためには、どのように工夫すればよいか計画を立て、細分化して考えることが重要であると話す。
 ・最後に、現在取り組んでいるアイアンマンレースの映像を紹介し、スイム3.8km、バイク180km、フルマラソン42.195kmで構成されている競技であると説明し、機会があればトライアスロン競技にも挑戦してほしいと話し、授業終了。

■ **オリンピック** : 西内 洋行 先生 (トライアスロン) 【出場オリンピック / シドニー大会、アテネ大会】

■ **期 日** : 2021年12月16日(木)

■ **ク ラ ス** : 2年4組 / 運動の時間

○ 自己紹介 ~ 授業の目的確認 ~ 準備体操



- ・2000年シドニー大会、2004年アテネ大会にトライアスロン日本代表として出場したと自己紹介を行った後、トライアスロンについて、水泳1.5km、バイク40km、ランニング10kmの3種目を連続で行う競技であると説明。
- ・オリンピックバリューの3つの価値について、エクセレンス=「卓越」「自分の能力を超える」、フレンドシップ=「友情」、リスペクト=「敬意/尊重」と説明し、準備体操に移る。

○ 主運動 等



- ・主運動として、トライアスロンランジョンリレーゲームを実施。
班毎に分かれ、5m先のランジョンエリアまで靴を脱いで、帽子を手に持った状態で進み、同エリアで靴を履き、帽子を被る。その状態で自転車の代わりにフラフープを手に持って走り、折り返し地点のコーンを回って同エリアまで戻り、フラフープを置き、帽子を脱いでスタート地点まで戻る競走を各回の間に作戦タイムを設けながら実施した。



- ・運動の時間を振り返り、靴を早く履くためにはどのようにすればよいかなど、班の皆で意見を出し合い、話し合っていたことは素晴らしいと称え、トライアスロンランジョンリレーゲームは災害時にも通ずるものがあり、如何に早く判断し、効率よく対応することができるようになるかが重要である。座学の時間では、自身の経験を踏まえ、オリンピックについて紹介し、皆でオリンピックバリューについて考えていきたいと伝え、授業終了。

■ **オリンピック** : 西内 洋行 先生 (トライアスロン) 【出場オリンピック / シドニー大会、アテネ大会】

■ **期 日** : 2021年12月16日(木)

■ **ク ラ ス** : 2年4組 / 座学の時間

○ 自己紹介 ~ 授業の目的確認 ~ オリンピックの価値を伝える



・運動の時間に伝えたオリンピックバリューの3つの価値について覚えているかを生徒に問い掛け、回数を重ねていく中で前の記録を超えることができるように努力したり、作戦タイムで意見を出し合うことでチームワークを感じることができたり、他の班を応援したりと、運動を通してオリンピックバリューを感じてもらえたのではないかと伝える。

○ 個人ワーク ~ グループワーク 等



発問：運動の時間の中にあつたオリンピックバリューを書き出してみよう。
 発表：エクセレンス：「全力で取り組めた」「最後まで諦めなかった」等
 フレンドシップ：「アイデアを共有し合った」「全員で試行錯誤できた」等
 リスペクト：「ルールを守った」「対戦相手に対して尊重できた」等



・座学の時間を振り返り、皆が発表してくれたようにオリンピックバリューの3つの価値は日常生活に当てはめて考えることができる。将来を幸せに過ごすために小さな努力でも諦めずに続け、目標に向かって進んでほしいと伝える。
 ・最後に、アイアンマンレースの映像を紹介し、スイム3.8km、バイク180km、フルマラソン42.195kmで構成されている競技であると説明し、機会があればトライアスロン競技にも挑戦してほしいと話し、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



■ 記念品贈呈

・2年1組



・2年2組



・2年3組



・2年4組



■ 修了証贈呈

