

Olympic
Movement

<平成28年度 ハローオリピズム事業>

オリンピック教室

実施報告書

群馬県高崎市立箕郷中学校



公益財団法人日本オリンピック委員会



現行の学習指導要領は平成21年（2009）4月に公示され、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明確化されました。そこには、中学校3年生の保健体育の「体育理論」の学習内容に、「オリンピックや他の国際的なスポーツ大会等は、国際親善や世界平和に大きな役割を果たしていること」とオリンピックの意義が明示されております。

これを受けて日本オリンピック委員会（JOC）では、平成23年度（2011）から、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、「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」を実施しております。

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。日本代表として実際にオリンピックに出場した選手（オリンピック）は、その栄誉を自覚し、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ております。このような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も期待しております。

「オリンピック教室」の授業は、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）及びオリンピック精神の教育的価値等を伝えます。また同時に、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からこそオリンピックに価値があることを生徒自身に学習してもらうこともねらいとしております。

平成23年に施行された「スポーツ基本法」の前文の一部に「スポーツは、世界共通の人類の文化であり、次代を担う青少年の体力を向上させるとともに、他者を尊重しこれと協同する精神、公正さと規律を尊ぶ態度や克己心を培い実践的な思考力や判断力を育む等人格の形成に大きな影響を及ぼすものである」との記述があります。生徒のみなさんが「オリンピック教室」で学習する内容は、まさにこの基本法に記された精神や態度等を日常生活の中へ具現化することを後押しするものであると考えています。



- 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、オリンピアン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アン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
- 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）
※派遣オリンピアンはJOC側にて選定
- 期 間** : 平成28年4月～平成29年3月 ※原則、平日開催
- 実施校数** : 40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）

準備運動（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



準備運動



主運動
（作戦タイム等を受け、
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

- 期 日 : 平成28年6月1日 (水)
- ク ラ ス : 2年1組 (36名) ・2組 (35名)
- オリンピアン : 荻原 次晴 先生 (スキー・ノルディック複合)
- 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



・荻原先生から自己紹介。長野大会出場時の写真を用いてスキー競技(ノルディック複合)やその魅力について説明した後、準備運動を実施。

2. 準備体操



3. 主運動



- ・8の字跳び(90秒×2回)、3班に分かれ、制限時間内に跳べた合計回数を競う。引っかけってしまった後も続きから数え始めることとする。
- ・1班ずつ挑戦し、他の2班は回数を数えながら応援。各班実施後、練習 & 作戦タイムを設け、荻原先生は各班を回ってアドバイスを送る。

4. まとめ



- ・成績を発表し、拍手でお互いの頑張りを称える。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)のパネルを示し、座学の時間ではオリンピックについて皆と意見交換したいと伝え、運動の時間を終了。



■ 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



2. オリンピックの価値を伝える



・まず運動の時間を振り返り、8の字跳びで皆の心がひとつになったと印象を伝えた後、映像を見せながら競技と双子の兄健司氏について紹介。オリンピック出場を目指ようになったきっかけや、出場するまでの経緯を説明。

3. グループワーク



・個人ワークの後、グループワークを実施。学校や日常生活の中で感じるオリンピックバリューについて考える。
 ・班毎に代表者が発表（部活や勉強で結果を残す、友達と遊んだり話をする、親や先輩を尊敬する、自分の夢を叶えた荻原先生を尊敬する等）。各班の発表に対し、荻原先生含めクラス全員が拍手で称えた。

4. まとめ



・双子の兄が活躍したことで、沢山嫌な思いをしたが、兄のおかげで自分もオリンピックに出場しようという大きな夢を持ち、それを叶えることができた。当初、後ろ向きなことばかりを考えていたが、自分を双子に生んで育ててくれた両親への感謝や兄が努力して活躍してくれてよかったと思えるようになった。
 ・様々なことに取り組んでいる中で思い通りに行かないこと、悔しいと思う瞬間があると思うが、自分が成長している瞬間でもあり、諦めずに努力してほしい。大事なことは常に前向き(プラス思考)になること。吐くという漢字は口に+と-と書く。マイナス思考を取り除くことで夢を叶えることができる。
 ・今日のことを思い出して2020年の東京オリンピックを迎えてもらいたい、と伝え授業を終えた。



- 期 日 : 平成28年6月1日 (水)、2日 (木)
- ク ラ ス : 2年4組 (35名)、2年3組 (35名)
- オリンピック : 池田 信太郎 先生 (バドミントン)
- 授業のながれ : 運動の時間 (1日目: 5時限、2日目: 1時限)

1. 自己紹介～授業の目的確認



2. 準備体操



・池田先生より自己紹介とバドミントン競技について説明をした後、今日の授業の目的を確認し、運動の時間ではやるからには一生懸命やること、ベストを尽くすことの2点を約束してほしいと話し、準備運動に移る。

3. 主運動



・6班に分かれてバドミントンのラケットを用いたリレーを実施。2人1組のペアを作り、1人1本のラケットを持つ。2本のラケットの間にシャトルや風船等を挟み、ステージ前からスタート、反対側の壁付近に置いたマーカーを1周して戻ってくる。挟むものは風船(大中小)、卓球ボール、シャトル、バレーボール、ソフトテニスボール、野球ボール、バスケットボールの中から選択し、挟んだものを落としたり落とした地点まで戻ること、ラケットはグリップを持ち、挟むものを手で押さえないことをルールとした。

4. まとめ



・チームで話し合って回答を出し、それを一生懸命実践したことがオリンピックバリューにつながっていると話し、座学の時間にそのつながりを考えようと予告。
 ・ベストを尽くして取り組んでくれたことを称えて全員で拍手し、運動の時間を終了。



■ 授業のながれ： 座学の時間（1日目：6時限、2日目：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



- ・現役時代の映像を見せながら、競技を始めたきっかけや自身の競技人生、バドミントン競技について紹介。
- ・座学の時間では運動の時間に感じたことを思い出しながら、オリンピックバリューとのつながりを考えようと授業の目的を再確認。オリンピックと学校生活を結び付け、日常生活にどう活かせるかを考えてほしいと話す。

3. グループワーク



- ・個人ワークの後、グループワークを実施。学校や日常生活の中で感じるオリンピックバリューについて考えてみる。
- ・班毎に代表者が発表（勉強と部活でベストを尽くす、友達と仲良くする、目上の人への態度を正す、精一杯自分ができることを最後までやり通す、辛くても諦めない、協力して助け合う、感謝して挨拶する、困っている人を見つけたら相談に乗る等）。

4. まとめ



- ・3つのバリューを別々に考えていたかもしれないが、諦めずに努力を続ける過程において、一緒に頑張り続ける仲間が横にいて、そこに友情が生まれ、お互いを助け合い、尊敬するようになる等、3つのバリューは常に寄り添って存在している。
- ・2020年には東京でオリンピックが開催されるが、オリンピックバリューを頭の片隅に入れて、試合を見たり、テレビで応援したり、ボランティア等として関わってほしい。オリンピックは遠いものだと思うが、皆の日常の中にも存在していることを忘れずに、2020年の東京オリンピックを迎えてほしいと伝え、授業を終えた。



- 期 日 : 平成28年6月2日 (木)
- ク ラ ス : 2年5組 (35名)・6組 (35名)
- オリンピアン : 宮下 純一 先生 (水泳・競泳)
- 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



- ・宮下先生から簡単な自己紹介をした後、水泳(背泳ぎ)を知っているか、オリンピアンに会った経験やオリンピックシンボルの意味について等を質問。
- ・今日はオリンピックのことを織り交ぜながら運動と座学の時間を進めていきたいと話し、準備運動に入る。

2. 準備体操



3. 主運動



- ・大縄跳びを実施。跳び方は8の字跳びまたは全員跳びのどちらでも構わないが途中で変更することは不可。全員跳びは跳んだ回数に人数を掛けた数を、8の字跳びは跳んだ回数をポイントとすること、引っ掛かったらゼロから数えなおすこと、60秒間で獲得したポイント数を競うことを基本ルールとした。
- 1回目、2回目の合計ポイントが多かった上位2チームが決勝戦に進出すること、1回目と2回目では跳び方は変えてもよいことを伝え、オリンピック同様に勝ったチームが決勝に進出し、負けてしまったチームは決勝に進出したチーム(仲間)を全力で応援することとした。



4. まとめ



- ・皆は沢山話し合いを重ねて、色々な作戦を立て臨んだ。作戦通りできなかったとしても皆で知恵を出し合ったことが、さらに自分を高めていくことにつながり、今の自分を越えることができるようになる。次の座学の時間では、オリンピックを通して学んだこと等を紹介したいと伝え、運動の時間を終了。





■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



・運動の時間を通し、2クラス共に温かみのある雰囲気の良いクラスであると感想を述べる。続いて、8年前の北京大会のレース映像を見ながら、水泳をはじめたきっかけを紹介。自分にとってオリンピックは夢であったが皆にとっては何のようなものかを質問。生徒からは、見るもの、楽しいもの、4年経過したと月日を感じるもの、夢のまた夢等の意見が挙がった。

3. グループワーク



・個人ワークの後、グループワークを実施。学校や日常生活の中で感じるオリンピックバリューについて考えてみる。
 ・班毎に代表者が発表(できなかったことができるようになった、失敗したときに励ましあった、仲間を応援した、友達に助けられた、普通の生活ができていくことへの感謝、親の助けに感謝、先生への敬意、できないことを努力する等)。

4. まとめ



・皆は普段からオリンピックバリューを感じながら生活していることが理解できたと思う。親の助け(送り迎え等)も当たり前のようなのだが、少し考えてみるだけで感謝の気持ちかわいてくる。オリンピックバリューは意識して行動すると意識していないのでは大きな違いがある。運動と座学の時間を通して、3つの言葉を中心に授業を進めたが、リオデジャネイロ大会を見るときに、オリンピックが何に挑戦して、何を乗り越えてその舞台に立っているのか等、オリンピックにとってのバリューにも注目しながらオリンピックを見てほしい。学生時代は長くはないので、後悔の無いように思い切り頑張ってもらいたいと伝え、授業を終えた。

■ 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



2年6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



■ 2年6組



■ 証明書贈呈

