

<平成28年度 ハローオリンピズム事業>

オリンピック教室

実施報告書

千葉県浦安市立浦安中学校





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る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。
- 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** : 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 : 平成28年6月28日 (火)
- ク ラ ス : 2年1組 (35名)、2年6組 (36名)
- オリンピック : 三宅 諒 先生 (フェンシング)
- 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、フェンシング競技の3種目 (エペ、フルーレ、サーブル) について説明。体育教諭の胴体に風船を5個つけ、背中につけた風船も割ることができるほど剣がしなる様子を披露。
- ・今日はフェンシングを通してオリンピックバリューを伝えていくと話し、準備体操に入る。

2. 準備体操



3. 主運動



- ・フェンシングの基本動作であるオンガード (基本の構え)、マルシェ (一歩前に出ること)、ロンベ (後ろに下がること) の動きを練習。
- ・ロープフェンシングを実施。2人組で向かい合って立ち、鉢巻の端をそれぞれ持つ。左側の列を①、右側を②とし、三宅先生が言った数字に反応して動く。
「1」: ①の左側の人がロンベで下がり、鉢巻を引き抜く。「2」: ②の右側の人がロンベで下がり、鉢巻を引き抜く。※間違った動きをしたら負け。
「3」: 鉢巻から手を離す (先に手を離れた方の勝ち)。「4」: 鉢巻を引き抜く (早くとれた方の勝ち)。

4. まとめ



- ・ロープフェンシングで1ペアずつ勝負をすると、見られている緊張感や勝ちたいという気持ちが湧いてきたのではないかと問いかける。
- ・オリンピックの精神は、スポーツだけではなく、身近な生活の中にもあると話し、次の座学の時間ではオリンピックバリューについて話をすると予告して授業終了。



実 施 内 容

■ 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



- ・三宅先生から自己紹介をした後、フェンシングを始めたきっかけやロンドン大会出場時のエピソードを紹介。
- ・ロンドン大会では多くの観客に注目される重圧を感じ、日本人選手は個人でメダルをとることができなかった。太田雄貴選手から「なんとしても団体戦でメダルをしがみとるぞ」と言われ、次第にその言葉の意味を理解し、覚悟を決めることができた。任された人にしかできないことがあり、それは選ばれた人が最後までやりきらなければならないと話し、これはスポーツに限らず、委員会や係活動等でも同様であると伝える。

2. オリンピックの価値を伝える



3. グループワーク



- ・個人ワークの後、グループワークに移行。①自分の目標や夢を考える、②自分が今達成できていること、達成できていないこと、これから必要なことを考える（夢を叶えるための現状分析）。警察官になるために責任感や正義感を持っているので能力や体力をつける必要がある、薬剤師になるために知識や技術を身につける必要がある等の意見が挙げられた。
- ・班の中で話してもらった夢について、相手の夢をどう応援できるか、補えることはあるか、自分の夢と相手の夢が重なる部分はどこかを考える。

4. まとめ



- ・ロンドン大会の団体戦でメダルが取れたこと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）が関わっていて、このバリューは目標を達成するために役立つと話す。三宅先生はフェンシングで結果を出すためにバリューを実践してきたが、バリューはみんなの普通の生活や、成長して大人になる過程でも活かせることだと伝える。
- ・2020年には東京でオリンピックが開催されるが、オリンピックはアスリートだけのものではなく、みんなが日本代表として自分がどんな人間かを言えるように、また夢や目標を叶えるために今日の授業の内容を心に留めてほしいと伝え、授業終了



- 期 日 : 平成28年6月29日 (水)
- ク ラ ス : 2年4組 (36名)、2年3組 (35名)
- オリンピアン : 小口 貴久 先生 (リュージュ)
- 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



- ・自己紹介した後、リュージュ競技を知っているか問いかけ、実際にボブスレー、リュージュ、スケルトンの滑走姿勢を生徒に体験させる。
- ・今日の授業ではオリンピックとは何か、なぜ作られたのかを知ろうと授業の目的を確認し、運動の時間は3つのゲームをするので、考えながら体を動かして楽しんでほしいと伝え、準備体操に入る。

2. 準備体操



3. 主運動



- ・①縄ぐり (30秒×3回戦)、2班ずつ3チームに分かれ、長縄を跳ばずにぐる。ルールを3つ (1.縄を回して床につける、2.30秒で正確な数を数えること、3.間が空いてもいいが、引っかかったり縄を跳んだら0から数えなおす) 決め、各回終了後、回数と考えた工夫を発表する。
- ・②ボール陣地入れ (45秒×3回)、1人1個ボールを持って、ステージ前のラインをスタートし、反対側の壁付近に置かれたフラフープ5つの中に全てのボールを入れる。ルールを3つ設定 (1.45秒以内に全てのボールをフラフープに入れる、2.足の速い生徒3名と小口先生の4人が鬼となり、ボールを持っている人に1人でもタッチできたら終了、3.ゲーム中以外にボールを床についたらクラス全員で罰ゲーム/腕立て伏せ5回)。3回目は鬼を追加して実施。

4. まとめ



- ・ルールを守りながら、その中で何ができるかを考えることが大切だと伝える。次の座学の時間では、小口先生の経験を交えてオリンピックについて話すとし、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



- ・オリンピックについて知ろうと授業の目的を伝え、オリンピックと聞いて思い浮かぶものを生徒に質問。オリンピックはスポーツを通して、世界中の人が集まり、スポーツ競技大会ではあるが、オリンピックがスポーツを通じて世界平和を目指していることを、オリンピックシンボルの意味を説明しながら伝える。
- ・今日のテーマ「考える」を振り返り、オリンピックを目指す上で小口先生が実践したことを紹介し、オリンピックバリューについて説明。

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。運動の時間を振り返り、自分たちができていたオリンピックバリューを考える。各班の代表者がその内容（みんなで話し合って作戦を立てられた、声を出してリズムを合わせた、皆で楽しくできた、皆の意見を聞き入れた等）を発表。
- ・自分の夢や、やりたいこと、クラス目標などを叶えるために、これからどんなことに取り組んで行きたいかを考える。各班から意見（英語の先生になるため外国に行つて交流を図る、勉強をする、笑顔を絶やさない、礼儀を大切に等）を発表した。

4. まとめ



- ・改めてオリンピックバリューはオリンピックだけのものではないと話し、普段からあたりまえに実践していることがオリンピックバリューである。日ごろの生活の中で少しずつ意識して実践することが、夢の実現につながり、世界平和にもつながっている。今日の授業をきっかけに日ごろから心がけてほしいと伝える。
- ・4年後の東京2020大会に、このクラスからも出場する選手が出ることを楽しみにしていると伝え、授業終了。



実 施 内 容

- 期 日 : 平成28年6月30日 (木)
- ク ラ ス : 2年5組 (36名)
- オリンピック : 伊藤 華英 先生 (水泳・競泳)
- 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



2. 準備体操



・伊藤先生から自己紹介をした後、ホワイトボードに掲示した3つのオリンピックバリューを皆で発音し、意味を確認。オリンピックとどうつながるのか、また皆の生活とどのような関係があるかを運動と座学の時間を通して伝えたいと話して、準備体操に入る。

3. 主運動



・3グループに分かれて8の字跳びを実施。バストを尽くすこと、もし失敗したとしても皆で助け合って頑張ることを意識してほしいと伝える。制限時間は90秒間、引っ掛かったら0から数えなおす、制限時間内で最も多く跳べた回数を発表することをルールとし、伊藤先生は各班を回りながら「チームワークよく！」等の声をかけた。各回終了後、回数と工夫した点を発表。最後にクラス全員跳びに挑戦。

4. まとめ



・楽しく取り組むことが一番大切であり、一生懸命頑張っていたことはエクセレンスにつながる。スポーツは、体と心を頭を使うことでバランスをとることができることを伝える。

・次の時間は更にオリンピックについて学ぼうと予告し、授業を終了。



実 施 内 容

■授業のながれ：座学の時間（2時限）

1. 自己紹介～オリンピックの紹介



2. オリンピックの価値を伝える



- ・伊藤先生がオリンピックに出場した時の写真を見ながら競技や大会に出場した時のエピソードを紹介。チームのために皆が頑張り、力いっぱい応援し、自分の役割を果たすことは、輝かしく、格好良い瞬間であり、何かを得るために頑張る、努力することそのものが大事なことだと話す。
- ・オリンピックが心・体・頭全てのバランスの取れた人を育てることに役立ち、さらには世界中の人が集まって互いを知ることで世界平和につながるという願いも込められていると伝える。

3. グループワーク



- ・皆の生活の中にあるオリンピックバリューを考える。班毎に話し合っ、各班全員が前に出て発表。
- ・勉強を毎日少しずつ頑張る、毎日元気に登校する、何事にも積極的に取り組む、部活を休まない、苦手な教科でも妥協しない、挨拶を徹底する、自分の意見をはっきり言う、今やるべきことに真剣に全力で取り組む、自分の言ったことに責任を持つ、アドバイスし合う、協力し合う、素直に感謝の気持ちを伝える、頑張っている人を支える、挨拶を徹底する等の意見が挙げられた。

4. まとめ



- ・オリンピックバリューはオリンピックに出た人にだけ関係するものではなく、皆の生活の周りであることを改めて伝え、この中からオリンピックに出る人がいるかもしれないけれど、オリンピックには出場する以外にも関われるチャンスがたくさんあると話す。
- ・頑張ることがスタートラインだから皆も目標に向かって頑張ろうと伝えて、授業を終了。



実 施 内 容

- 期 日 : 平成28年6月30日 (木)
- ク ラ ス : 2年7組 (35名)、2年2組 (36名)
- オリンピアン : 三科 真澄 先生 (ソフトボール)
- 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



・自己紹介の後、運動と座学の時間を通してオリンピックバリューを感じ、知ってもらいたいと目的を確認。今日の授業では①大きな声で返事をする、②三科先生のことはミッシェ先生と呼ぶ、③「手拍子3回」と先生が言ったら全員の気持ちを合わせて手拍子を3回することを約束し、準備体操に入る。

2. 準備体操



3. 主運動



・6グループに分かれ、ソフトボールを使ったパスリレーを実施。2人1組でパスをしながら1往復し、グループ全員がゴールしたら座る。3回実施し、各回終了後、作戦タイムを設ける。次に同様に床にボールを転がすゴロでボールをパスしながらリレー。折り返す際には2人でカラーコーンにタッチすることとし、全3回実施。



4. まとめ



・テストも運動も楽しく、勝負にもこだわって頑張ることも大事だと伝え、運動の時間の皆の頑張りを拍手で称える。最後に、三科先生がソフトボール部員とキャッチボールを実施。



・授業の冒頭で触れたオリンピックバリューについて、次の座学の時間により詳しく話すことを伝え、運動の時間を終了。



実施内容

■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



- ・運動の時間に気付き、感じたことをオリンピックにつなげて考えてみようとする目的を確認し、座学の授業をスタート。はじめに北京大会の映像を紹介。
- ・オリンピックバリューは、オリンピックに出場した人だけのものではなく、皆の日常生活でも大事なものであり、大切にすることでよりよい生活を送ることができる伝える。

2. オリンピックの価値を伝える



3. グループワーク



- ・学校生活とクラスをよりよくするためにはどうしたらいいかを考える。各班で話し合った内容を代表生徒が発表。
- ・相手のことを考えて行動する、仲間を大切にする、みんなが過ごしやすい環境を作る、前向きに思いやりを持って何事にも一生懸命取り組む、苦手なことから逃げない、先生や友達に感謝の気持ちを持って生活する、オリンピックの輪のようにみんなで協力し合う、エクセレンス・フレンドシップ・リスペクトの気持ち全てを大切にする、失敗しても励まし合って次頑張る等の意見が挙げられた。

4. まとめ



- ・オリンピックバリューは身近にあることを意識することで、これからの学校生活だけでなく、よりよい人生を送ることができる伝える。
- ・隣にいる仲間を大切に、支えてくれる両親や先生、地域の人等に対する感謝の気持ち、自分の頑張る気持ち、一生懸命取り組む気持ちを大切に、3つのオリンピックバリューを実践して、頑張ってきたことを次に再会した時にお互い報告し合えるようにしたいと話して、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



2年6組





■ 集 合 写 真

2年7組



■ 記 念 品 贈 呈

(2年1組)



(2年2組)



■ 記念品贈呈

(2年3組)



(2年4組)



(2年5組)



(2年6組)





■ 記念品贈呈

(2年7組)



■ 証明書贈呈

