

<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**

**長野県 長野市立更北中学校**





## 「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）

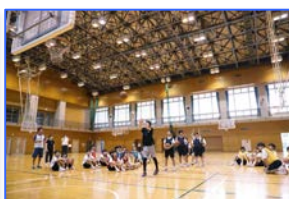
まとめ（5分）



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10月31日 (木)

■ク ラ ス : 2年1組 (33名)、2年2組 (33名)

■オリンピアン : 山田 沙知子 先生 (水泳/競泳)【出場オリンピック/シドニー大会、アテネ大会】

■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、運動の時間は皆で大縄跳びをしたり、この後の座学の時間で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)について触れていくと伝える。

## 2. 準備体操



## 3. 主運動



・大縄跳びを実施。60秒間に跳ぶことができた回数を競う。  
・最後にクラス全員跳びにチャレンジした。



## 4. まとめ



・この後の座学の時間では運動の内容についても触れるので、自分のチームの回数や相談したこと等もしっかり覚えておいてほしいと伝え、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



2. オリンピックの価値を伝える



・自身の経験を通じて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、諦めない、努力する」、「フレンドシップ＝友情、仲間、協力、チームワーク」、「リスペクト＝敬意/尊重、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り、目標回数を達成するために考えた作戦を書き出してみよう。  
 発表：「縄を速く回す、跳ぶ位置を変える、定位置を保つ、回す人を変える」(エクセレンス)  
 「息を合わせて協力を、声を掛け合う、全員で数える、背の高い人を真ん中にする」(フレンドシップ)  
 「間隔を調節する、縄の長さを調整する、1列で跳ぶ、2列で跳ぶ、大きく体全体で回す」(リスペクト)

4. まとめ



・練習メニューを作成してくれるコーチや体のケアをしてくれるトレーナー、所属している会社の同僚等、たくさんの人の支えがあって競技を続けられた。  
 ・自分の考えたことを言葉にして伝えていくことは、オリンピック選手に限らず大切なことである。夢や目標を実現するためにも、少しずつで構わないので自分の考えを人に説明できるように努力して欲しいと伝え、授業終了。



# 実 施 内 容

■期 日 : 2019年10月31日 (木) 11月1日 (金)

■ク ラ ス : 2年3組 (32名)、2年4組 (33名)

■オリンピアン : 山岡 聡子 先生 (スキー/スノーボード) 【出場オリンピック/トリノ大会、バンクーバー大会】

■授業のながれ : 運動の時間 (5時限、1時限)

## 1. 自己紹介～授業の目的確認



・自己紹介の後、今日は運動と座学の時間を通じてオリンピックについて学びながら、皆とオリンピックがどう繋がっているのか、オリンピックのどんなことが日常生活に活かせるのかを考えてほしいと伝える。

## 2. 準備体操



## 3. 主運動



・8の字跳びを実施。制限時間内に跳べた最高回数を競う。  
・4組のみ、最後にクラス全員跳びにチャレンジした。

## 4. まとめ



・全力で取り組めたか、楽しむことができたかを確認し、協力についてもできていたと称えた。次の座学の時間では選手生活で感じたことやオリンピックで体験したこと等を話したい、またオリンピックのイメージ等について皆に聞きたいので考えておいてほしいと話し、授業終了。



■ 授業のながれ：座学の時間（6時限、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



・スライドと映像を見せ競技について、また経験から感じたオリンピックバリューについて「卓越、努力する、諦めない」(エクセレンス)、「友情、チームワーク、お互いを理解する」(フレンドシップ)、「敬意/尊重、ルールを守る、フェアプレー、感謝」(リスペクト)と説明。

3. グループワーク



発問：日常生活で取り組みたいこと、将来の夢や目標を書き出し、それを達成するために何ができるか、何が必要かを考え、各班で共有しオリンピックバリューに当てはめてみよう。

発表：「部活で実験を失敗してもあきらめずチャレンジする、日常的に勉強をしてテストの点数を上げる」(エクセレンス)  
 「吹奏楽部で県大会に出場するために皆で音を合わせる、県大会に出場するためにチームワークを大切にする」(フレンドシップ)  
 「普段部活ができることに感謝する、応援してくれている保護者や先生に感謝する、ルールを守る」(リスペクト)

4. まとめ



・夢や目標を抱いた時は、できる・できないではなく、どうすれば実現できるかを考えてほしい。いつまでになんてなっていたいか想像し、そのために今何をすればよいかを考えてほしい。  
 ・オリンピックバリューは選手だけのものではなく、皆の日常生活にも活かせる。より良い人生を送れるように、オリンピックバリューを意識して生活してほしいと伝え、授業終了。



# 実 施 内 容

■期 日 : 2019年11月1日 (金)

■ク ラ ス : 2年5組 (33名)、2年6組 (33名)

■オリンピアン : 尾西 美咲 先生 (陸上競技) 【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



・自己紹介の後、今日は2時間を通じてオリンピックについて学んでいきたい。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、オリンピックが大切にしていることと話す。

## 2. 準備体操



## 3. 主運動



・障害物リレー (全2回) を実施。3種目をリレーし、速さを競う。



## 4. まとめ



・授業の冒頭で意識してほしいこととして話したことが守れたかを生徒に尋ねると、ほぼ全員が挙手した。座学の時間では、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)について、また、作戦タイムで話し合ったこと、工夫したこと等にも触れるので、覚えておいてほしいと伝え、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



- ・スライドと映像を見せ競技について説明。
- ・経験を通じて感じたオリンピックバリューについて、「卓越、ベストを尽くす」(エクセレンス)、「友情、チームワーク、協力」(フレンドシップ)、「敬意/尊重、ルールを守る、感謝」(リスペクト)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：運動の時間を振り返り、意識したことや工夫したことが、どのオリンピックバリューに当てはまるか考えてみよう。
- 発表：「全力でジャンプしたり走ったりした、負けていても最後まであきらめないで取り組んだ、終わった人から次の準備をした」(エクセレンス)  
 「お互いにボールを入れ合った、走る順番を考えた、リーダーを守った、タイミングを合わせることを意識した、声を掛け合った」(フレンドシップ)  
 「仲間に文句を言わない、反則をしない、ルールを守る、失敗しても責めない、他のチームを応援した、鉢巻きをたたんで返した」(リスペクト)

4. まとめ



- ・今回の授業で皆がオリンピックバリューを感じる事ができたように、日常生活の中にもたくさん見出すことができる。これからの生活に3つのオリンピックバリューを活かして、素敵な人生を歩いてほしい。
- ・東京2020大会では、各選手がオリンピックバリューをどのように体現しているか意識しながら見ることで、勝敗だけを気にして見ていた時よりも楽しく見えることもあると思う。東京2020大会を皆で盛り上げてほしいと伝え、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



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



■ 修了証贈呈

