

<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 —

千葉県 松戸市立新松戸南中学校

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：高橋 成美 先生 (スケート / フィギュアスケート) 【出場オリンピック / ソチ大会】

■期 日：2021年12月2日(木)

■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



- ・自己紹介の後、オリンピックバリューの「エクセレンス」「フレンドシップ」「リスペクト」の3つの価値を、運動の時間では体を動かしながら体感してもらい、座学の時間では、それを深掘りして考えていきたいと、授業の目的を確認。
- ・フィギュアスケートをする際のスケート靴を見せ、靴の底にはブレードが付いていて、氷を削りながら滑ると説明。1回転、2回転ジャンプを皆で体験した後、新聞じゃんけんバランスに移る。

○主運動 等



- ・主運動では、8の字跳びを実施(全2回)。フィギュアスケートはショートとフリーの2つのプログラムがあり、それぞれの点数を加点する。そのルールを真似て、制限時間を1回目が60秒、2回目が120秒とし、縄に引っかかって回数のカウントは続ける。また、ミスした回数によってポイント点を加え、合計回数を競う。



- ・運動の時間を振り返り、どのくらい全力を出せたか、どのように自分を越えることができたか、仲間と協力することができたか、ルールを守ることができたか等、どのオリンピックバリューに当てはまるかを整理しておいてほしい。座学の時間では、オリンピックバリューについて、詳しく話し、皆で考えていくと伝える。最後に、スケートで使う挨拶を紹介し、皆で挨拶のポーズを行い、授業終了。

■ **オリンピック** : 高橋 成美 先生 (スケート / フィギュアスケート) 【出場オリンピック / ソチ大会】

■ **期 日** : 2021年12月2日(木)

■ **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



・松戸市出身で近くの中学校に通っていたが、親の転勤で海外に住んだ際に、ペア種目を始めた。カナダ人とペアを組んでいたが、オリンピックに出場するために、日本人とペアを組み出場することができた。現在は、日本オリンピック委員会理事を務めながら、スケートのコーチや解説の仕事をしている。今日は「なる先生」と呼んでほしい。

・オリンピックは、4年に1度開催され、スポーツを通して人間性と世界平和を究極の目的とした、世界的なスポーツの祭典であると説明。

○個人ワーク 等



発問：運動の時間を振り返り、取り組んだことや、意識したことをオリンピックバリューに当てはめてみよう。

発表：エクセレンス：「8の字跳びでミスを0回(ノミス)で跳ぶことができた」「なる先生が一生懸命授業をしてくれたことに拍手をした」等

フレンドシップ：「チームで役割を決めて取り組んだ」「仲間を信じて跳んだ」等

リスペクト：「ルールを守り、正々堂々とできた」「たくさん拍手した」等



・座学の時間を振り返り、3つのオリンピックバリューは、道具を大事にすることと同じで、日々やらないと身に付かない。オリンピックはその3つの価値を兼ね備えた人が多い。自分が全力でやったことは、どんなことでも、どんな遠回りしても、自分の力になる。自分で決めたことを全力で取り組んでほしいと伝え、授業終了。

■ **オリンピック** : 高橋 成美 先生 (スケート / フィギュアスケート) 【出場オリンピック / ソチ大会】

■ **期 日** : 2021年12月2日(木)

■ **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



- ・フィギュアスケートのペア種目でソチ大会に出場したと自己紹介。今日は「なる先生」と呼んでほしい。オリンピックバリューの「エクセレンス」「フレンドシップ」「リスペクト」について、運動の時間に考え、座学の時間には、自分たちはどんなことができたかを皆で話し合ってもらい、授業の目的を伝える。
- ・フィギュアスケートの回転の方法を説明し、皆で体験する。

○ 主運動 等



- ・準備運動では、新聞じゃんけんバランスを実施。
- ・主運動では、8の字跳びを実施(全2回、1回目60秒、2回目90秒)。フィギュアスケートのルールを取り入れ、跳んだ回数にポイント点を足すルールとする。ノーマスは30点、1~3回の失敗は10点、4~6回の失敗は8点、7回以上はポイント点なしとし、合計点数を競う。



- ・作戦タイムで色々考え、一生懸命やってくれて素晴らしいと話し、運動の時間を振り返り、オリンピックバリューに当てはまることを覚えておいてほしい。座学の時間では、そのことを皆で一緒に考えていくと伝え、授業終了。

■オリンピック：高橋 成美 先生 (スケート / フィギュアスケート) 【出場オリンピック / ソチ大会】

■期 日：2021年12月2日(木)

■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



- ・松戸市出身で近くの中学校に通っていたが、親の転勤で海外に行った時にフィギュアスケートのペア種目に出会う。現在は、日本オリンピック委員会理事を務めながら、スケートのコーチや解説の仕事をしていると自己紹介する。
- ・近代オリンピック創始者のピエール・ド・クーベルタンが、1896年に第1回近代オリンピックをギリシャのアテネで開催したと説明。オリンピックは人間育成のひとつの手段だと伝える。

○個人ワーク～グループワーク 等



- 発問：運動の時間を振り返り、取り組んだこと、意識したことをオリンピックバリューに当てはめてみよう
 発表：エクセレンス：「全力で出来た」「ミスしてもすぐ再開できた」「1回目よりも2回目の記録をどうやって伸ばすかを考え、全力で取り組んだ」等
 フレンドシップ：「ミスをした人にドンマイと声を掛けた」「誰かがミスしても責めない」等
 リスペクト：「ルールを守り、皆で楽しんだ」「他の班の結果に対し、拍手ができて良かった」等



- ・座学の時間を振り返り、オリンピックバリューについて、理解が深まったと思う。日ごろからオリンピックバリューを意識して生活してほしい。小さな努力の積み重ねが大きな夢に繋がる。自分で決めた目標を口に出して言うことは大切であり、自分の意志でアクションを起こしてほしい。そうすることで夢を叶えるための人間力が付くと話し、授業終了。

■ **オリンピック** : 村上 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】

■ **期 日** : 2021年12月1日(水)

■ **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



- ・バスケットボールでアトランタオリンピックに出場したと自己紹介。先生を「ミッチー」と呼んでほしいと伝える。運動の時間では、「ルールを守りどんなことも全力で行う」「思いやりを持って友達と声を掛け合う」「アイデアを出し合いチームで工夫しチャレンジする」と、3つの約束を伝える。
- ・準備運動は、バスケットボールを使用したストレッチやハンドリングを行った後、2人組でパス、ドリブル練習、その後シュート練習を実施。

○ 主運動 等



- ・主運動は、シュート競争を実施(全2回)。班毎に2個のボールを持ち、1人ずつシュートする。シュートする場所により得点が違い、シュートが成功したら、その場所に置いてあるマーカーを持って班に戻る。シュートが入らなかった場合は、次の人にボールを渡す。制限時間は1分30秒とし、合計得点を競う。



- ・運動の時間を振り返り、各班で意見を出し合いながら、より多くの点を獲得するにはどうしたら良いかを考えてくれた。得点が高い位置からシュートをする等、チャレンジしていて素晴らしかった。
- ・座学の時間はオリンピックバリューの3つの価値について、運動の時間を振り返りながら皆で考える時間にしたいと伝え、授業終了。

■オリンピック：村上 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】

■期 日：2021年12月1日(水)

■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



- ・座学の時間は、バスケットボールを通じて経験したことを話し、オリンピックバリューについて皆と学んでいきたいと、授業の目的を確認。
- ・東京2020大会での女子バスケットボールチームの活躍は素晴らしかった。観戦チケットが取れていたが、無観客になってしまい残念だと話し、チケットを披露する。
- ・近代オリンピックはクーベルタンによって、スポーツを通して平和でより良い世界構築を目指すことを目的に開催されたと説明。

○個人ワーク～グループワーク 等



発問：日常生活をより良く充実したものにするために、何ができるか考えてみよう。

発表：エクセレンス：「試合に負けてもくじけず、強い気持ちを持つ」「自主的な行動をとる」「諦めない」等

フレンドシップ：「授業でお互いが教え合う」「仲間を信じる」「声を掛け合う」「挨拶をする」等

リスペクト：「引退した先輩たちが教えてくれたこと」「先生への感謝」「対戦相手、練習場所や試合会場を提供してくれた人に感謝」等



- ・座学の時間を振り返り、皆でオリンピックバリューについて意見を出し、考え、気付くことができとても嬉しい。オリンピックバリューはオリンピック選手だけのものではなく、皆の日常生活の中にある。3つのバリューを頭に置いて前向きに行動してほしい。中学3年生の学習でオリンピックについてより多くの事を学んでほしいと伝え、授業終了。

■ **オリンピック** : 村上 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】

■ **期 日** : 2021年12月1日(水)

■ **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



- ・バスケットボールでアトランタオリンピックに出場したと自己紹介。運動の時間では、「ルールを守りどんなことも全力で行う」「思いやりを持って友達と声を掛け合う」「アイデアを出し合いチームで工夫しチャレンジする」と、3つの約束を伝える。
- ・先生を「ミッチー」と呼んでほしいと伝え、準備運動では、バスケットボールを使用したストレッチやハンドリングを行った後、2人組でパス・ドリブル練習、その後シュート練習を実施。

○ 主運動 等



- ・主運動は、シュート競争を実施(全2回)。班毎に2個のボールを持ち、1人ずつシュートする。シュートする場所により得点が違い、シュートが成功したら、その場所に置いてあるマーカーを持って班に戻る。シュートが入らなかった場合は、次の人にボールを渡す。制限時間は1分30秒とし、合計得点を競う。



- ・運動の時間を振り返り、各班で意見を出し合いながら、1回目より2回目の得点を増やすにはどうしたら良いのかをしっかりと考えてくれた。シュートが不得意な人も、チャレンジしてくれたことは素晴らしい。一歩踏み出さないと何も始まらないと話す。
- ・座学の時間では、オリンピックバリューの3つの価値について、運動の時間で感じたことを皆で振り返り、考えていく時間にすると伝え、授業終了。

■ **オリンピック** : 村上 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】

■ **期 日** : 2021年12月1日(水)

■ **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



- ・東京2020大会をテレビで観戦したかを尋ね、無事に開催でき、たくさん感動することができた。特に女子バスケットボールチームが銀メダルを獲得できたことは素晴らしかった。実際に見に行くことは出来なかったが、当選した観戦チケットを披露する。
- ・先生の経験を通して、オリンピックバリューについて皆と学んでいきたいと、授業の目的を伝える。
- ・近代オリンピックはクーベルタンによって、スポーツを通して平和でより良い世界構築を目指すことを目的に開催されたと説明。

○ 個人ワーク ~ グループワーク 等



発問：日常生活をより良く充実したものにするために、何ができるのか考えてみよう。

- 発表：エクセレンス：「周りの人の動きを参考にする」「色々なことにチャレンジする」「部活で高いレベルを目指す」「自主練」等
 フレンドシップ：「友達同士で声を掛け合う」「ミスした人を励ます」「勉強を教え合う」等
 リスペクト：「先生や両親への感謝」「大会運営者に感謝」「友達の良いところを真似する」「礼儀をしっかりする」等



- ・座学の時間を振り返り、オリンピックバリューはオリンピック選手だけのものではなく、皆の日常生活の中にある。「エクセレンス」「フレンドシップ」「リスペクト」を意識しながら生活することで自分のプラスになる。人間一人では生きていけないので、周りの人の協力や友達、仲間、両親に感謝しながら生活してほしい。中学3年生になり、オリンピックについて学ぶ際には、今日のこの時間を思い出してくれたら嬉しいと話し、授業終了。

■ 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

