

## 「平成28年度オリンピック・パラリンピック教育推進校」実施報告書

【学校名】 つくば市立豊里学園上郷小学校

【テーマ】  I    II    III    IV     V

- I 「オリンピック精神」の活用
- II 「おもてなし」や「ボランティア精神」の醸成
- III 障害者スポーツへの関心の向上
- IV 異文化理解・国際教育の促進
- V スポーツを楽しむ心の醸成

### 【実践研究タイトル】

- 校内持久走大会に向けて、新しい持久走コースのよさや自分の健康、体力について知ろう
- 地域のオリンピックから、オリンピック精神、スポーツに関する職業について聞いたり、オリンピックの種目について知ったりしよう

### 【実施学年】

第1学年～第6学年

### 【目的・ねらい】

- ウッドチップが敷かれた新しい校内の持久走コースを試走する中で、自分の健康や体力について深く知ったり、持久走大会に向けて目標タイム設定をしたりする。
- 1～4年までは、オリンピックからオリンピック精神について、5・6年はキャリア教育の一環として、スポーツに関連した職業について知る。また、オリンピックが出演した種目の実演をしていただいたり、可能な部分は児童も参加して実際に行ったりしてスポーツに親しむ心の育成を図る。

### 【種類】 ※当てはまるものに○・複数可

- 各教科( 体育 )     道徳    ・外国語活動     総合的な学習の時間     特別活動  
 教科以外での取組(業間運動)

### 【実践内容等】

#### 1 校内持久走大会に向けての取り組み

##### (1) オリンピック選手による講演、実技指導の実施

持久走大会(12/10)の前に、筑波大学弘山勉先生、オリンピック陸上競技代表弘山晴美先生をお招きして、講演及び実技指導を行った(12/1)。

講演では、弘山晴美先生のオリンピック出場までの練習の様子や競技を行う中で学んできたことを話していただいた。

実技指導では、全校児童を対象に腕振り、走る姿勢などを指導していただき、音楽に合わせて実際に走りながらフォームを身に付けていった。最後にたすきをつなぎながら走ったり、マラソンの給水体験を行ったりもした。



弘山晴美先生による講演



弘山 勉先生による実技指導



弘山晴美先生による実技指導



マラソンの給水体験

○持久走を走る時のついでわがたこと  
 ~その1~ ☆  
 ○姿勢よく走る! ☆  
 ~その2~ ☆  
 ○うでをよくふる  
 ~その3~ ☆  
 ○わきばらが痛くなったら、息をゆくりし  
 ○オリンピックについて思ったこと  
 ・オリンピックへの道は険しくてつらいけど良い記録が出れば出場できるし、ダメだったらまたオリンピックへ向けてがんばればいい。そんなことを思いました。 出 場 / ダメ  
 ○感想  
 ・2020年にはいよいよオリンピックです。もしもテレビでオリンピックのマラソンを見たら弘山先生たちを思い出すと思います。そして持久走で走る時、弘山先生たちに教えてもらったことを思い出したいです。

児童の感想



したけど、きょうは楽しかったです。  
 もらいました。すっしきんちやう  
 たです。たいけんもやらせて  
 をおしえてもらいうれしかっ  
 をやりました。はしりかた  
 リンピックのときべつじぎょう  
 きょうは、オリンピックペラ

児童の感想

## (2) 持久走大会に向けての練習，持久走大会の実施

大会前には，体育の授業で弘山先生から指導していただいたことをもとにコースの試走を行い，業間運動で5分間走を実施した。

大会は，学校敷地内に設けられたコースで，1・2年生は1km，3・4年生は1.5km，5・6年生は2kmを走って行った。児童は，事前の試走から各自の目標を設定して走った。他の学年や保護者の応援もある中，一人一人の児童が目標に向かって一生懸命に走ることができた。

1～6位に入った児童には賞状，完走した児童には完走証を授与した。また，4，5，6年生は練習をもとに具体的な目標タイムを出し，そのタイムと5秒差以内だった児童には「ピタリ賞」を授与した。

## 2 地域のオリンピックによる講話，実技指導の実施

北京オリンピック柔道代表で，現在筑波大学柔道部監督をされている小野卓志先生による，講話及び実技指導を行った(1/28)。全校児童を，1・2年生と3年生1クラス，3年生1クラスと4～6年生に分けて実施した。内容は，1柔道の紹介，2受け身の指導，3講話の大きく3つに分けて進めた。

小野先生には，スライドや動画を準備していただき，柔道の説明を分かりやすく行っていただいた。また，受け手の方も同行していただいたので，内また，一本背負い等の投げ技を児童の間近で披露していただいた。児童も，豪快に投げている様子や，投げられた後の畳の音をすぐ近くで見たり聞いたりすることができた。

受け身の指導のために，畳約40畳（畳20畳，マット約20畳分）を体育館

に用意した。1学年ずつ45人前後の児童が順番に，ゆりかご，腕を左右に開いて畳をたたき，座った状態からの受け身と段階を追って指導していただいた。

最後の講話では，小学校時代の様子，北京オリンピック出場とその後の選手生活についてお話いただいた。成功だけでなく，挫折したことやその時の周囲の励ましの言葉で，また競技を続けることができた話を聞くことで，児童も多くのことを学ぶことができた。



受け身の練習



小野先生による講話





内またの実演



児童による投げ技の体験

オリンピック・パラリンピック学習 柔道・小野先生

わたしの10歳の道 小野先生の2年間の道

たぶん、でま

これ おれの道 → 小野先生の道

なまえ	わたしは、オリンピック学習で、柔道の小野先生に、おとしと、オリンピックのゆめをもつて、金メダルをえと、もらいました。そして、金メダルを二つ見せてもらいました。すごくうれいでした。小野先生のせいで、おとしと、うちまた、おとしと、か、よかったです。わたしも、めん、な、ふう、に、つよく、か、よ、く、な、げ、た、い、です。
	わたしは、さい、い、に、大、学、生、の、内、田、を、お、し、た、い、お、し、て、な、げ、さ、せ、て、も、う、い、ま、し、た。また、上、ご、う、小、学、校、に、き、て、も、う、ら、って、お、げ、を、お、し、え、て、も、う、ら、い、た、い、です。たの、し、か、た、です。

児童の感想

○柔道について学んだこと (クイズ、映像、投げ技の実演、受け身の体験)

私が受け身の体験をしたら、頭おなかが手がいたくなりました。実際自分がやってみたことで、改めて柔道をやっている人のすごさが分かりました。

投げ技の実演は、すごく近いきりでやってくたさたので、ふつうのきりで見ると、迫力が増えました。きょうな体験が出来て良かったです。

○小野先生の小さい頃、オリンピック出場、出場した後の話から学んだこと

ずっと夢だったオリンピックに出るために、何年も何年もがんばってやると出たけど、5分間で終わってしまったという話を聞いて、自分の夢を叶えるにはものすごいような努力が必要だけど、夢の場所に立てるのは、いっしょんだというのが分かりました。だけど、夢は必ず持ち続けることが大事、ということに学びました。

○感想

私が一番印象に残ったのは、小野先生が、しょうかいしてくれた「ピンチはチャンス」です。テレビや本などで聞いたことはあったけど、オリンピック選手が言う、説得力という色々と感じるものがあって、この言葉を心の力たすみに忘れないように留めておきたいと思っています。

児童の感想

【オリンピック・パラリンピック教育の実施に伴う問題点】

講師の先生との打ち合わせの時間がうまくとれず、メールや電話で連絡を取り合いながら準備を行った。事前の打ち合わせをスムーズに行える手立てがあると、校内での準備も進めやすい。