

# < 実践事例 東大和市立第五中学校 >

## 1. 取組・活動名

「アスリートによる実技指導と交流会」

## 2. 取組・活動のねらい

- オリンピック・パラリンピック教育の一環として陸上競技に関わるアスリートを招待し共に運動をすることで、保健体育科の課題である「持久力」の向上を図る。
- 現役の長距離ランナーと交流することで努力することの大切さを知る。
- 外国人アスリートとの交流を通して豊かな国際感覚を養う。

## 3. 教育課程上の教科名・時数

「保健体育・1時間」 「総合的な学習の時間・2時間」

## 4. 実施上の工夫

- ・オリンピック・パラリンピック教育推進事業「夢・未来プロジェクト」を活用した。
- ・アスリートの実技指導として、保健体育の授業で体験的な取組（補助運動、サーキットトレーニング、アスリートへの挑戦等）を実施した。
- ・講演会ではアスリートと生徒とのトークセッションを企画する。トークセッションは代表生徒を選び、事前に質問事項を準備して本番に臨んだ。
- ・講師のアスリートが代表の学級に行き、共に給食を食べて交流を図った。
- ・保護者や地域にも講演会の案内を配布して当日の参加を募った。

## 5. 本取組・活動の内容



### 「保健体育の授業による実技指導」

- ・ケニア出身のアスリート（長距離選手）が保健体育の授業で持久走に関する実技指導を行った。
- ・生徒はケニアドリル（準備体操）を体験し、持久走に必要な体の動かし方や筋肉の使い方について理解した。
- ・1500m走において中学生がリレー形式で現役のアスリートに挑戦して、世界レベルの実力を体感した。



### アスリートとの給食交流会

- ・ケニア出身のアスリートが、第3学年の代表学級の生徒と共に給食を食べて、和やかに交流する場面ができた。
- ・アスリートと生徒の会話が弾み、日本とケニアの生活や文化などについて互いに意見を交わすことができた。



### 「講演会とトークセッション」

- ・全校生徒を対象にアスリートによる講演会を実施してケニアの生活や日本の印象について話を聞いた。
- ・講演会の後半は代表生徒とアスリートとのトークセッションを実施した。教員が進行役となり、生徒が事前に準備してきた質問事項についてアスリートが回答する展開で交流を深めた。トークセッションの中では、ケニアドリル（準備体操）を生徒に紹介する場面があって、和やかな雰囲気の中で会が終了した。

## 6. 成果

- ・現役の長距離ランナーの実技指導によって、生徒は一流選手の走り方を直に感じることで、走ることに興味や意欲が一層高まった。
- ・スーパーアクティブスクール指定校として、運動能力（特に持久力）を向上させるための要点を押さえることができた。
- ・ケニアの生活や文化の話を聞くことで自分の生活や日本の文化を見直す機会となった。
- ・代表生徒によるトークセッションを実施したことにより、生徒の自主性を引き出すことができた。
- ・授業や給食においてアスリートと生徒が身近に交流することができて生徒のコミュニケーション能力が高まった。
- ・保護者や地域の方々にオリンピック・パラリンピック教育の内容を周知することができた。