



競輪の補助事業

この事業は、競輪の補助により実施しています。
<https://hojo.keirin-autorace.or.jp/>

< 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

埼玉県 川越市立福原中学校



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

平成21年4月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4年4月

公益財団法人 日本オリンピック委員会

- 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（JOC）
- 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： 2022年4月～2023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。



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、
今後に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** : 伊藤 華英 先生 (水泳/競泳) 【出場オリンピック/北京2008大会、ロンドン2012大会】

■ **期 日** : 2022年9月20日(水)

■ **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、オリンピックシンボルの5つの輪の意味について問い掛け、5大陸を表していることや、世界が1つになるという意味があると説明。
- オリンピックバリューの3つの価値について、エクセレンス：「ベストを尽くす」「卓越」、フレンドシップ：「友情」、リスペクト：「尊敬」の意味があること、運動の時間では、このオリンピックバリューを意識しながら取り組んでほしいと伝え、準備運動に移る。

○主運動 等



- 準備運動では、じゃんけん勝ち抜け(全5回)を実施。じゃんけんをして勝った人が次のポイントに進む、負けた人が進む等、ルールを変更して実施。
- 主運動では、陸上版メドレーリレー(全3回)を実施。班対抗で、水泳/競泳のメドレーリレー(背泳ぎ、平泳ぎ、バタフライ、自由形)の順番で、各種目の上半身の動きに、下半身は種目により両足ジャンプを合わせながら、速さを競う。



- 運動の時間を振り返り、作戦タイムにおいて、皆で話し合いをしたことによって、工夫し記録を伸ばすことができた。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く、運動の時間において、協力することや体を動かすことで感じるができたと思う。座学の時間ではさらに深く掘り下げて話していきたいと伝え、授業終了。

■オリンピック：伊藤 華英 先生 (水泳/競泳)【出場オリンピック/北京2008大会、ロンドン2012大会】

■期 日：2022年9月20日(水)

■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



・オリンピックシンボルの色にはどのような意味があるかを問い掛け、背景の白を含めた6色で世界中の国旗を描くことができると説明。座学の時間では、オリンピックは競うだけではなく、オリンピズムやオリンピックバリューといった大切な価値が存在していることを知ってもらい授業の目的を確認。写真を見せながら自己紹介をし、競技生活の中で感じたオリンピックバリューは今の自分の生活の中でも役立っていると伝えた。

○個人ワーク～グループワーク等



発問：日常の生活等の中にあるオリンピックバリューを考えよう。

発表：エクセレンス：「課題を持って取り組む」「お互いにアドバイスし合う」「1日の予定や目標を決めて行なう」等

フレンドシップ：「他の人の意見を尊重する」「上下関係を無くして仲良くする」「仲間と協力したり声掛けをする」「周りの人に挨拶する」等

リスペクト：「自分以外の人と比べない」「信頼関係を築く」「小さなことにも感謝する」「相手を責めたりしない」等



・座学の時間を振り返り、皆で考え、意見を出し合ったことは、これからの人生においても大切なことである。オリンピックに出場したことで学んだオリンピックバリューは、今も日々の生活の中でも感じている。オリンピックも周りの人達に支えられたり、応援されたことから一生懸命に頑張ることができた。皆も、何事にも全力で取り組み、挫折する時もあるかもしれないが、周りから応援してもらえる人になってほしい。授業で学んだオリンピックバリューを意識することで、より良い人生になっていくと伝え、授業終了。

■ **オリンピック** : 伊藤 華英 先生 (水泳/競泳) 【出場オリンピック/北京2008大会、ロンドン2012大会】

■ **期 日** : 2022年9月20日(水)

■ **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



・自己紹介の後、オリンピックはオリンピックだけに関わっていると思うが、皆の日常生活の中にも繋がっていることを伝えていきたいと授業の目的を確認。
 ・オリンピックシンボルの5つの輪の意味について問い掛け、5大陸を表し、背景の白を含めた6色で世界中の国旗が描けることや込められた意味を説明。運動の時間では、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つの価値を意識しながら取り組んでほしいと伝え、準備運動に移る。

○主運動等



・準備運動では、じゃんけん勝ち抜け(全4回)を実施。じゃんけんをして勝った人は次のポイントに進む、負けた人が進む等、ルールを変更して実施。
 ・主運動では、陸上版メドレーリレー(全3回)を実施。班対抗で、水泳/競泳のメドレーリレー(背泳ぎ、平泳ぎ、バタフライ、自由形)の順番で、各種目の上半身の動きに、下半身は種目により両足ジャンプを合わせながら、速さを競う。



・運動の時間を振り返り、皆が楽しんで一生懸命に取り組んでいたと拍手で称えあった。主運動の陸上版メドレーリレーでは、順位が出たかもしれないが、結果が全てではなく、ここにオリンピックバリューの3つの価値が存在していることを理解してほしい。皆も、オリンピックバリューであるエクセレンス：「ベストを尽くす」、フレンドシップ：「チームワークを高める」ことが実践できていたと思う。次の座学の時間では、3つの価値をさらに深く掘り下げて話していきたいと伝え、授業終了。

■オリンピック：伊藤 華英 先生 (水泳/競泳)【出場オリンピック/北京2008大会、ロンドン2012大会】

■期 日：2022年9月20日(水)

■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



・写真を見せながら、北京2008大会では背泳ぎ、ロンドン2012大会では自由形で出場したと改めて自己紹介した後、座学の時間では、皆の日常生活とオリンピックバリューが、どのように関わっているのか、オリンピックでの経験を通して伝えていきたいと授業の目的を確認。オリンピック出場という目標を持ち始めてから、自身の生活や考え方が変わっていき、自然とオリンピックバリューが身についていったと伝える。

○個人ワーク～グループワーク等



発問：日常生活等の中にあるオリンピックバリューを考えよう。

発表：エクセレンス：「ベストを尽くしていく」「人の話を聞く」「目標を持って一生懸命取り組む」「前の自分より強くなるために、限界に挑戦する」等

フレンドシップ：「仲間を信じる」「お互いに励まし合う」「仲間を認め合う」「親しい人にも敬意を払うことで仲を深めていく」等

リスペクト：「親や先人への感謝」「自分自身を褒める」「物を大切に使う」「他人の意見を聞いて協力する」「謙虚な気持ちを持つ」等



・座学の時間を振り返り、グループワークで発表してくれた内容は、どれも素晴らしく、今日の話を一生涯懸命聞いてくれたからであるとお礼の気持ちを伝える。オリンピックはオリンピックだけのものではなく、スポーツを通じて、オリンピックバリューを意識した人達が集まり、様々な人に支えられていること、また一生懸命楽しむことによって本当の楽しさを発見することもできる。楽しむ努力を忘れず、何事にもベストを尽くし、応援される人になれるよう努力し、学校生活や将来をより良いものにして楽しんでほしいと伝え、授業終了。

■ **オリンピック** : 櫻井 由香 先生 (バレーボール) 【出場オリンピック／北京2008大会】

■ **期 日** : 2022年9月21日(木)

■ **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



・北京2008大会に、バレーボールの日本代表として出場したと自己紹介した後、オリンピックバリューには、エクセレンス：「ベストを尽くして頑張る心」、フレンドシップ：「友情」「仲間と共に一緒に頑張る」、リスペクト：「お互いに尊重し合う」と意味を説明し、3つの価値を意識しながら、体を動かし、取り組んでいきたいと授業の目的を確認。運動の時間では、班の仲間のそれぞれ良いところを、こんなこともできるんだ、凄いな、といった所を、沢山見つけてほしいと伝え、準備運動に移る。

○主運動等



・準備運動では、バレーボールを使用したストレッチ、手の平でボールを弾ませる動作、最後に両手で頭上にボールをあげるオーバーパスを実施。
 ・主運動では、バスをつないでタイム競争(全3回)を実施。班毎に分かれ、班内でバスを繋ぎながら、折り返し地点を周り、如何に早くゴールできるかタイムを競う。班内で1度もボールに触らない人がいたり、1人が2回連続でボールに触ったり、ボールを落としたり、掴んだりした場合はゴールタイムに2秒加算とするルールで行った。



・運動の時間を振り返り、最後のチームが終わった時に自然と拍手して称え合ったり、他チームが実施している時に、「頑張れ」と、声援を送ったり、自然とできて大変素晴らしかった。授業の冒頭に伝えた、オリンピックバリューの中でも、お互いに仲間に対して敬意、尊重を示していたことはリスペクトに当てはまっていた。次の座学の時間では、運動の時間で取り組んだ中で、クラスの仲間について、このようなところが良かった等、感じたことを振り返りながら、オリンピックバリューについて話していきたいと伝え、授業終了。

■ **オリンピック** : 櫻井 由香 先生 (バレーボール) 【出場オリンピック／北京2008大会】

■ **期 日** : 2022年9月21日(木)

■ **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



・バレーボールのコート内では、お互いに名前を呼び合う時にコートネームをつけていて、自身は「エビ」と呼ばれていたため、皆もエビさんと呼んでほしいと話した後、映像を見せながら、小学5年生よりバレーボールに取り組みはじめ、オリンピックに出場したいという夢を22年間持ち続けながら、一生懸命に頑張り、夢を叶えることができたことは、努力を続けることが無駄ではなかったと思えた瞬間であった。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く、バレーボールというチームスポーツの中で感じたことも多く、これは皆の日常生活の中にも繋がっていると伝える。

○個人ワーク ～ グループワーク 等



発問：誰のどんなところが良かったかを見つけ、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：エクセレンス：「最後まで諦めなかった」「全力でできた」「楽しく頑張れた」等

フレンドシップ：「笑顔で声掛けや名前を呼んだりコミュニケーションがとれた」「協力し合えた」「チームワークがよかった」等

リスペクト：「リーダーの指示がしっかりしていて頼りになった」「ミスをした時に気遣いやカバーができた」等



・座学の授業を振り返り、目標や夢に向かって進む時に、上手いかわからない時もあると思うが、自分ならできる等、言葉にして口に出すことで、自分自身に返ってくることで上手いことができるようになると思うので忘れないでほしい。最後に、皆に伝えたいこととして、自分のことが好きかを問い掛け、何事にも自分が好きじゃないと、周りの人達に対しても思いやる気持ちが出ないので、まずは自分を好きになって、仲間や友達を大切に、貴重な学校生活を過ごしてほしいと伝え、授業終了。

■ **オリンピック** : 櫻井 由香 先生 (バレーボール) 【出場オリンピック／北京2008大会】

■ **期 日** : 2022年9月21日(木)

■ **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



・北京2008大会に、バレーボールの日本代表として出場したと自己紹介した後、運動と座学の時間を通して、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つの価値について、オリンピックだけのものではなく、皆の日常生活にも当てはまっていると感じてほしいと授業の目的を確認。運動の時間では、バレーボールを使い、体を動かしながら、仲間の良いところ等を探してほしいと伝え、準備運動に移る。

○主運動等



・準備体操では、バレーボールを使用したストレッチ、手の平でボールを弾ませる動作、最後に両手で頭上にボールをあげるオーバーパスを実施。
 ・主運動では、パスを繋いでタイム競争(全3回)を実施。班毎に分かれ、班内でパスを繋ぎながら、折り返し地点を周り、如何に早くゴールできるかのタイムを競う。班内で1度もボールに触らない人がいたり、1人が2回連続でボールに触ったり、ボールを落としたり、掴んだりした場合はゴールタイムに2秒加算するルールで行った。



・運動の時間を振り返り、皆が作戦タイムでは、どのようにしたら上手くパスを繋ぐことができるか等、意見を出し合い、練習の時も仲間を思いやりながら一生懸命に頑張っていたと称えた。次の座学の時間では、体を動かしながら仲間の良いところを発見できたと思うので、オリンピックバリューに当てはめながら掘り下げて話していきたいと伝え、授業終了。

■ **オリンピック** : 櫻井 由香 先生 (バレーボール) 【出場オリンピック／北京2008大会】

■ **期 日** : 2022年9月21日(木)

■ **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



・競技映像を見せながら、バレーボールでは、攻撃に参加することができない守備に徹するリベロのポジションをしていたと自己紹介。競技生活の中で感じたオリンピックバリューについて、自分には厳しく納得するまで一生懸命に頑張ること、仲間を気遣い、応援し、尊敬することで様々な場面で助けられたこと、仲間の素晴らしいところを見つけて尊敬することで絆を深めることができたことと伝え、グループワークに移る。

○個人ワーク ～ グループワーク 等



発問：仲間のどのようなところが良かったかを書き出し、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：エクセレンス：「全力で取り組めた」「諦めずにボールを追い掛けられた」「ミスしない方法を真剣に考えた」「弱気にならないようにした」等
 フレンドシップ：「励まし合って、明るく楽しく協力できた」「頑張れ、ナイス等前向きな声掛けができた」「気を遣ってくれた」等
 リスペクト：「皆の意見を尊重できた」「ミスした時に素直に謝った」「仲間のミスがあっても責めずに明るく取り組めた」等



・座学の授業を振り返り、夢や目標に向かって進む中で、上手いかわない時や挫折してしまう時もあるので、頭で考えるだけでなく、自分の口から出す言葉を前向きなものにするなどで、叶えることができるので実践してほしい。最後に、自分のことが好きかを問い掛け、自分のことを気遣うこと、自分のことを応援すること、自分の良いところを沢山見つけて尊敬することで自分を好きになることができ、自然に周りの人達を思いやる気持ち等を持つことができると話し、今しかない学校生活を大切に過ごしてほしいと伝え、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



■ 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

