



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

茨城県 潮来市立日の出中学校



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  
(作戦タイム等を受け、  
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** : 峰 幸代 先生 (ソフトボール) 【出場オリンピック／北京2008大会、東京2020大会】

■ **期 日** : 2023年2月10日(金)

■ **ク ラ ス** : 2年A組／運動の時間

○自己紹介 ～ 授業の目的確認 ～ 準備体操



・ソフトボールで、北京2008大会、東京2020大会に日本代表として出場し、2大会共に金メダルを獲得したと自己紹介。実際に使用していたボールを披露、皆が普段授業等で使用しているボールと比較すると、大きくて硬いと説明。オリンピックバリューについて、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」、リスペクト：「ルールを守る」と説明。運動の時間は、クラスの仲間と楽しみながら体を動かし、オリンピックバリューが皆の身近にあることを知ってもらいたい。希望した生徒1名とキャッチボールを実施。その後、準備体操に移る。

○主運動 等



・準備体操は、伸脚等のストレッチを行った後、目を動かす運動を実施。ソフトボールは動いているボールに反応するスポーツのため、視界を広げるトレーニングが大切だと説明。皆も普段から目を意識的に動かすことを心掛けてほしい。  
 ・主運動は、「ボール取り競争」を実施(全3回)。3つの班ずつに分かれ2か所で実施。中央に置かれたボールを1人ずつ自陣に運び、中央のボールが無くなったら他の班の陣地からボールを獲得することができる。1回目は60秒、2、3回目は90秒の制限時間内に獲ったボールの数を競う。1、2回目はバレーボールを使用。3回目は3種類のボールを使用し、バレーボール1点、サッカーボール2点、バスケットボール3点の配点を付け、合計点数を競う。



・運動の時間を振り返り、オリンピックバリューの「ベストを尽くす」、「思いやり」、「チームワーク」、「ルールを守る」等、意識しながら良くできていた。他の班のボールを獲得際も、邪魔をしたり、ぶつかって怪我をすることもなかった。作戦タイムでは、一生懸命考えてくれたおかげで、たくさんのアイデアが出て、班の特色が出ていただけではなく、皆が楽しんでいる様子は素晴らしい。オリンピックバリューは、皆の身近にあることに気づき、意識することで、新しい発見や学びがあり、クラスの団結が生まれる。座学の時間は、更にオリンピックを身近に感じ、学びを深めてほしいと話し、授業終了。

■ **オリンピック** : 峰 幸代 先生 (ソフトボール) 【出場オリンピック／北京2008大会、東京2020大会】

■ **期 日** : 2023年2月10日(金)

■ **ク ラ ス** : 2年A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



・自己紹介の後、ソフトボールの日本代表選手になるには、300～400人いる選手の中の15人に選ばなければならない。その中で試合に出場するのは9名、他の選手はベンチに残るが、少ない人数で色々な役割を担ってプレーする。個人の技術や能力だけではなく、チームワークが必要であり、その上で結果を残さなければならない難しい競技だ。自身はキャッチャーとしてチームをどうやって動かすか、どんな作戦を立てるかを常に考えていた。近代オリンピックの父と言われる、ピエール・ド・クーベルタンを紹介。オリンピックを開催することで、世界平和を唱えたと説明。

○グループワーク等



発問：オリンピックバリューを学び、充実した学校生活を送るために、どうすればよいかを考える。

発表：エクセレンス：「日々の授業に全力で取り組む」「事前準備をしっかり行いベストな状態でテストに臨む」「何事も100%の気持ちで臨む」等  
フレンドシップ：「クラスメイトの長所を見つけ理解し合う」「教え合う」「誰とも平等に接する」「支え合う」「仲間を信頼する」等  
リスペクト：「悔しい時こそ相手に敬意を払う」「支えてくれる人に感謝の気持ちを持つ」「地域の人への挨拶をきちんと行う」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が大事にするのではなく、皆の身近にあり、学校生活だけではなくこれからの人生に於いても、大事な学びとなる。これからもオリンピックバリューを忘れないでほしい。今後、開催するオリンピックを見る際は、オリンピックバリューを思い出しながら、選手の活躍を応援してほしい。皆がこれから成長し、夢に向かって頑張ることを心から応援している。最後に2つの金メダルを披露し、授業終了。

■ **オリンピック** : 峰 幸代 先生 (ソフトボール) 【出場オリンピック／北京2008大会、東京2020大会】

■ **期 日** : 2023年2月10日(金)

■ **ク ラ ス** : 2年B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、東京2020大会の2つの大会に、ソフトボール日本代表として出場し、2大会連続で金メダルを獲得したと自己紹介。オリンピックバリューについて、エクセレンス:「ベストを尽くす」「全力で取り組む」、フレンドシップ:「チームワーク」「思いやり」、リスペクト:「ルールを守る」と説明。オリンピックバリューを学ぶことで、皆の日常生活にも価値があることを知ってもらい、オリンピックを身近に感じてほしい。代表生徒1名とキャッチボールを行った後、準備体操を実施。サイドステップ等を入れながら体育館をゆっくり走った後、主運動に移る。

○主運動 等



・主運動は、「ボール取り競争」を実施(全3回)。3つの班ずつに分かれ2か所で実施。中央に置かれたボールを1人ずつ自陣に運び、中央のボールが無くなったら他の班の陣地からボールを獲ることができる。1回目は60秒、2、3回目は90秒の制限時間内に獲ったボールの数を競う。1、2回目はバレーボールを使用。3回目は3種類のボールを使用し、バレーボール1点、サッカーボール2点、バスケットボール3点の配点を付け、合計点数を競う。途中作戦タイムを設け、たくさんボールを獲る工夫を各班で話し合う。3回目のルールの中に、相手がボールを獲りにきた際、防御しないルールを追加。



・運動の時間を振り返り、途中でルールの追加があったが、そのルールをきちんと守り、新しい作戦を考え意見交換する姿は素晴らしい。作戦を考えることで、走る事や、ボールを獲る事、得意不得意は関係なく、それぞれの役割があり、皆が活躍できるチャンスがあった。オリンピックバリューのすべての意味を理解し行動できていた。座学の時間は、自身が現役時代の経験談をオリンピックバリューに結び付けて話し、皆もオリンピックバリューについて更に深く理解してほしい。運動の時間同様、元気に張り切って勉強しようと話し、授業終了。



■ **オリンピック** : 峰 幸代 先生 (ソフトボール) 【出場オリンピック／北京2008大会、東京2020大会】

■ **期 日** : 2023年2月10日(金)

■ **ク ラ ス** : 2年B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



・自己紹介の後、ソフトボールの日本代表選手は、300～400人いる選手の中で、たった15人しか選ばれない。性格も得意なことも様々な15人が、色々な役目を分担し、チームとして戦う。それは決して簡単なことではない。皆のいるクラスも1つのチームだ。学校生活の中で行事や日々の出来事を充実させるためには、チームとして助け合い、協力していかなければならない。オリンピックシンボルは、5大陸が団結することを意味し、近代オリンピックの創設者であるピエール・ド・クーベルタンは、スポーツを通じて平和な世界を願い、オリンピックを開催したと説明。

○グループワーク等



発問：オリンピックバリューを学び、充実した学校生活を送るために、どうすればよいかを考える。

発表：エクセレンス：「課題を最後までやりきる」「結果が出なくても頑張る過程を大切にする」「結果を受け止め次に活かす」「ベストを尽くす」等  
 フレンドシップ：「好き嫌いの壁を作らない」「お互いを理解し合う」「自分の思いを伝え、相手の思いも受け止める」「皆で助け合う」等  
 リスペクト：「当たり前と思わず感謝の気持ちを忘れない」「感謝を伝える」「環境にも感謝」「常に礼儀正しくする」「相手との違いを認める」等



・座学の時間を振り返り、「エクセレンス」は、一生懸命頑張ったことの達成感の結果ではなく、取り組んだことの過程である。「フレンドシップ」は、好き嫌いでの人の価値は決まらない。自分と違う部分を認め理解することが大切だ。「リスペクト」は、当たり前前に与えられている時間や場所は、実は当たり前ではないことを理解することだ。これからもオリンピックバリューを大切に、目標や夢に向かって努力してほしい。いつもより心をこめて挨拶する等、小さなことを少しずつレベルアップすることの積み重ねが次への大きなステップになり、成長につながる。最後に2つの金メダルを披露し、授業終了。

■集合写真

・2年A組



・2年B組



■ 記念品贈呈

・2年A組



・2年B組



■ 修了証贈呈

