



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

広島県 福山市立加茂中学校



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。

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：高尾 千穂 先生 (スキー／フリースタイル)【出場オリンピック／ソチ2014冬季大会】

■期 日：2022年11月9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



- ・スキー／フリースタイルのスロープスタイルでソチ2014冬季大会に出場したと自己紹介し、オリンピックバリューの3つの価値であるエクセレンス、フレンドシップ、リスペクトについて「ベストを尽くすこと」「チームで協力すること」「目的意識を持つこと」を意識して取り組んでほしいと授業の目的を伝える。
- ・準備運動として、現役時に実施していたストレッチ、ジャンプを取り入れた運動、ラダートレーニングを実施。ラダートレーニングでは、ラダーを踏んだり、引っ張ったりしないように、正確な動きで、速く行うことを意識して取り組んでほしいと伝える。

○主運動 等



- ・主運動として「新聞紙でボール運びリレー」を実施(全3回)。各チーム2人1組で新聞紙を1枚広げて持ち、新聞紙の上にボールを乗せてリレーを行う。
- ・作戦タイムでは、1回目より良い結果を出すために、「ボールをパスする際、丁寧に、そつと渡すよう心掛けた」等、様々な作戦の発表があった。



- ・運動の時間を振り返り、主運動のリレーでは作戦タイムを活用し、練習に時間をあてたり、新聞紙の形や持ち方を変える等、様々な工夫が見受けられ、皆がタイムを縮めるという同じ目的意識を持ち、取り組むことができていた。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、さらに深く考える時間にしたいと伝え、授業終了。

■ **オリンピック**：高尾 千穂 先生 (スキー／フリースタイル) 【出場オリンピック／ソチ2014冬季大会】

■ **期 日**：2022年11月9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



・スキー競技を始めた時期が遅かったが、初めて出場した国際大会で4位になったことがきっかけで、もっと上手になりたいと思い、日々の練習では必ず1日の目標を立て、昨日の自分を超越することを常に意識し、練習に励んだ。スキーを通して出会えた仲間やライバルとは引退後も交流があり、自分にとってかけがえのない存在となっている。ソチ2014冬季大会直前で大怪我を負い、当日は満足のいく演技はできなかったが、結果や演技の内容に関係なく声援や拍手を送ってくれる方々の存在に救われたと振り返る。

○個人ワーク～グループワーク等



発問：皆の生活の中にあるオリンピックバリューを書き出してみよう。

発表：エクセレンス：「マラソンの練習で、最後まで諦めずに走り切った」「部活動で大会へ向け練習に励んだ」等

フレンドシップ：「友達が体調を気遣う声を掛けてくれたり、手伝ってくれた」「部活動で仲間を応援する」「コンクールへ向け仲間と協力した」等

リスペクト：「部活動、試合等でミスをした時に励まし合う」「周りの方々のサポートに感謝する」等



・座学の時間を振り返り、オリンピックバリューの3つの価値は、身近な日常生活の中で多く存在することを感じられたと思うが、意識することが大切である。この3つの価値を忘れず、部活動だけではなく、勉強や学校生活等、様々なことに置き換えて、よく考え、自分の取り組んでいること、興味のあることに対し、全力で進んでいってほしいと伝え、授業終了。

■ **オリンピック**：江里口 匡史 先生 (陸上競技／短距離)【出場オリンピック／ロンドン2012大会】

■ **期 日**：2022年11月9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



●陸上競技/短距離でロンドン2012大会に出場したと自己紹介。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：「卓越」「ものすごく優れていること」、フレンドシップ：「友情」、リスペクト：「敬意/尊重」と説明し、これらを意識し運動に取り組むことで、オリンピックバリューは決して特別なものではなく、普段の皆の生活の中に身近に感じられるということを知ってほしいと授業の目的を伝える。

○主運動等



●準備運動として4種のラダートレーニングを実施。焦らずリズム良く丁寧に両足でしっかりと上に跳ぶことを意識してほしいと伝える。
●主運動として、「新聞紙を使った体ほぐし・リレー」を実施(全3回)。1人1枚新聞紙を持ち、新聞紙を使用した3種類の走り方でリレーを行う。作戦タイムでは、走順や誰が2回走るか、どのようにリレーするとスムーズか等具体的に考え、意見を出し合っほしい。また、各回で江里口先生が伝えたルールを正しく守ることも意識して取り組んでほしいと伝えた。



●運動の時間を振り返り、主運動のリレーでは最後まで諦めず一生懸命取り組み、各班どのようにすればより良い結果に繋がるか作戦タイムで意見を出し合い、皆がゴールした後にはお互いに拍手を送ることができていた。座学の時間ではオリンピックバリューの3つの価値が身近な存在であることを自身の競技人生を交えて紹介し、さらに深く掘り下げる時間にしたいと伝え、授業終了。

■ **オリンピック**：江里口 匡史 先生 (陸上競技／短距離)【出場オリンピック／ロンドン2012大会】

■ **期 日**：2022年11月9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



- 陸上競技／短距離でロンドン2012大会に男子100m、男子4×100mリレーの2種目で出場したと自己紹介し、運動の時間に感じたオリンピックバリューの3つの価値について、さらに深掘りしていきたいと授業の目的を確認。
- 少しでも速く走るために体を見直し、何が自分にとって良く、反対に悪いことは何なのかを知ろうとし、自分の頑張る方向性を決めて努力したからこそ、オリンピック出場という結果につながった。リレーでは4位となり、惜しくもメダルには届かなかったが、満足のいく走りができた振り返った。

○個人ワーク～グループワーク等



- 発問：皆の知っているオリンピックの言葉や行動、運動の時間に感じたことを思い出し、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：「水泳選手が病気になっても諦めずに努力していた」「フィギュアスケート選手が震災で被災しても努力していた」等
 フレンドシップ：「運動の時間、班の皆でよく話し合い、作戦を立てた」「運動の時間に、協力し合うことができた」等
 リスペクト：「運動の時間に、ルールを守り楽しんで取り組むことができた」「スキージャンプ団体戦で失格となった選手を誰も責めなかった」等



- 座学の時間を振り返り、オリンピックバリューの3つの価値は、普段の生活や活動の中に多く含まれている。何気ない日常を送ることができるのは家族や先生等、様々な人の支えがあってのことであることに感謝の気持ちを忘れずに、何事に対しても途中で諦めずに一生懸命頑張ることが非常に大切である。クラスの仲間と、今しかない時間を大切に、より良い学校生活を送ってほしいと伝え、授業終了。

■ **オリンピック**：江里口 匡史 先生 (陸上競技／短距離)【出場オリンピック／ロンドン2012大会】

■ **期 日**：2022年11月9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



●陸上競技／短距離でロンドン2012大会に出場したと自己紹介。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：「卓越」「ものすごく優れていること」「一生懸命頑張る」「努力する」、フレンドシップ：「友情」「チームワーク」、リスペクト：「敬意／尊重」「感謝」と説明し、これらを意識して、運動に取り組むことで、オリンピックバリューは決して特別なものではなく、普段の皆の生活の中でも身近に感じられるものであることを知ってほしい。また、楽しく、積極的に取り組むことを心掛けてほしいと授業の目的を伝える。

○主運動等



●準備運動として、4種のラダートレーニングを実施。焦らずリズムよく丁寧に両足でしっかりと上に跳ぶことを意識してほしいと伝える。
●主運動として、「新聞紙を使った体ほぐし・リレー」を実施(全3回)。1人1枚新聞紙を持ち、新聞紙を使用した3種類の走り方でリレーを行う。作戦タイムでは、走順や誰が2回走るか、コーンを周る際のコツ、次の走者がどのように待っていればスムーズに進むか等、具体的に考え、意見を出し合ってもらい。また、ルールを正しく守ることも意識して取り組んでほしいと伝えた。



●運動の時間を振り返り、上手くできないことでも真面目に楽しみながら取り組む姿勢が素晴らしく、笑顔を沢山見ることができて大変嬉しい。また、様々な工夫を3回のリレーで実践し、各回終了後には順位に関係なく、お互いの頑張り拍手を送ることができており、オリンピックバリューの3つの価値であるエクセレンス、フレンドシップ、リスペクトを運動の時間を通して、自然に感じられたと思う。座学の時間では、オリンピックバリューの3つの価値が身近な存在であることを、自分の競技人生を交え、さらに深く掘り下げる時間にしたいと伝え、授業終了。

■ **オリンピック**：江里口 匡史 先生 (陸上競技／短距離)【出場オリンピック／ロンドン2012大会】

■ **期 日**：2022年11月9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



●陸上競技／短距離でロンドン2012大会に男子100m、男子4×100mリレーの2種目で出場したと自己紹介。運動の時間に感じたオリンピックバリューの3つの価値について、さらに深掘りしていきたいと授業の目的を確認。少しでもよい結果を出すために、どのようなトレーニングや走り方が自分にとって良いのか、どのように努力すれば目標が達成できるのかと自分の頑張る方向性を決めて努力したからこそ結果につなげることができた。リレーでの結果は4位となり、惜しくもメダル獲得には届かなかったが、チームで力を出し切ることができたと振り返った。

○個人ワーク～グループワーク等



発問：皆の知っているオリンピックの言葉や行動、運動の時間に感じたことを思い出し、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：「フィギュアスケート選手が何度優勝しても努力し続けていた」等

フレンドシップ：「運動の時間に、皆で協力し合うことができた」「スピードスケート選手がレース後、ライバル選手を抱き寄せていた」等

リスペクト：「フィギュアスケート選手が演技後、感謝の意味を込めた礼をする」「バスケットボール選手が試合中、仲間に声を掛けていた」等



●座学の時間を振り返り、オリンピックバリューの3つの価値は、普段の生活や活動の中に多く含まれていると話す。オリンピックバリューを意識し、何事にも挑戦する姿勢を忘れず、成長して欲しい。目標に向かって努力し、一生懸命頑張ることは、必ず今後の人生の財産になる。このクラスの仲間と過ごす、今しかない時間を大切にして学生生活を送ってほしいと伝え、授業終了。

■集合写真

・2年1組



・2年2組



■ 集合写真

・2年3組



■ 記念品贈呈

・2年1組



・2年2組



・2年3組



■ 修了証贈呈

