



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

兵庫県 神戸市立広陵中学校



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**：岡本 依子 先生 (テコンドー)
【出場オリンピック/シドニー2000大会、アテネ2004大会、北京2008大会】
- **期 日**：2023年2月8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



・テコンドー競技でシドニー2000大会、アテネ2004大会、北京2008大会の3大会に出場したと自己紹介。オリンピックバリューについて、エクセレンス：「卓越」、フレンドシップ：「友情」、リスペクト：「敬意／尊重」と説明。皆の日常生活の中に、オリンピックバリューがどのように存在しているか、一緒に考える時間にしたと授業の目的を確認。板割りのデモンストレーションを披露し、その後、片足立ちのバランス運動等を行う。

○主運動等



・主運動は、「ボール送りリレー」を実施(全4回)。3チームに分かれ、スタートの合図で1列に並ぶ。バスケットボールを使用し、1人ずつ次の人にボールを送り、折り返し地点のコーンを回って戻るまでのタイムを競う。1～3回目は1チームずつ、4回目は3チーム同時に実施。途中、作戦タイムを設け、タイムを縮めるための工夫を各チームで話し合う。



・運動の時間を振り返り、どのチームも最後まで諦めずに取り組んでいて素晴らしかった。4回目は、5・6班のチームが初めて1位になったが、最後まで諦めずに取り組んだことが結果として表れた。何事も最後まで諦めずに取り組むことで結果につながり、そのことはオリンピックバリューにも当てはまる。座学の時間は、自身の経験を話し、皆も運動の時間に感じたことを思い出しながら、オリンピックバリューについて一緒に考えていきたいと伝え、皆で韓国語で号令を掛け、授業終了。

- **オリンピック**：岡本 依子 先生 (テコンドー)
【出場オリンピック/シドニー2000大会、アテネ2004大会、北京2008大会】
- **期 日**：2023年2月8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



- ・自己紹介の後、オリンピックバリューについて、エクセレンス：「卓越」、フレンドシップ：「友情」、リスペクト：「敬意／尊重」と説明。皆の身近にも存在することを知って貰い、一緒に考えていきたいと授業の目的を確認。
- ・テコンドー競技が初めて正式競技となったシドニー2000大会に出場。その後アテネ2004大会、北京2008大会の3つの大会に出場。21歳から競技を始め、世界一の選手になるという夢に向かって毎日努力を重ねた結果、オリンピックに3大会連続で出場することができた。

○個人ワーク～グループワーク等



- 発問：運動の時間に感じた身近なオリンピックバリューを考えてみよう。
- 発表：エクセレンス：「ボールを落としても諦めない」「作戦タイムで意見を出し合う」「ミスした箇所を修正する」「改善点を見つけてベストを尽くす」等
- フレンドシップ：「声を出し合う」「仲間と協力する」「丁寧にパスをする」「仲間を励ます」「走ることが苦手な仲間への思いやりを持つ」等
- リスペクト：「皆で全力で競い合う」「他のチームを応援する」「勝負した相手と拍手を送り合う」「友達の見聞きを受け止める」等



- ・座学の時間を振り返り、皆のグループワークでの話し合いや発表は、普段からオリンピックバリューを自然に感じながら過ごすことができている証拠だ。運動の時間では特に、他のチームが終わった後に自然に拍手を送り合っていたり、ミスをしても責めずに声を掛け合っていた姿は素晴らしかった。オリンピックバリューは、オリンピックも大切にしているが、皆も日常生活の中で大切にしながら、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**：岡本 依子 先生 (テコンドー)
【出場オリンピック/シドニー2000大会、アテネ2004大会、北京2008大会】
- **期 日**：2023年2月8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、オリンピックバリュウについて説明。運動の時間は体を動かしながら、オリンピックバリュウが皆の日常生活にも含まれていることを感じてほしいと授業の目的を確認。皆にもテコンドー競技を知ってほしいと話し、板割りのデモンストレーションを披露。テコンドー競技は韓国発祥の競技だと説明し、韓国語の掛け声で、ストレッチ等を実施。

○主運動 等



・主運動は、「ボール送りリレー」を実施(全4回)。3チームに分かれ、スタートの合図で1列に並ぶ。バスケットボールを使用し、1人ずつ次の人にボールを送り、折り返し地点のコーンを回って戻るまでのタイムを競う。1～3回目は1チームずつ、4回目は3チーム同時に実施。途中、作戦タイムを設け、タイムを縮める方法を各チームで話し合う。



・運動の時間を振り返り、どうすればタイムを縮めることができるか等、チーム毎にしっかりと話し合うことができていた。どのチームもタイムが縮まったことは、最後まで諦めずに取り組んだ結果だ。座学の時間は、運動の時間に皆が感じたことや、自身のオリンピックを通して学んだ経験等が、どのようにオリンピックバリュウに結び付いているかを、一緒に考える時間にしたいと話し、皆で韓国語の号令で授業終了。

- **オリンピック**：岡本 依子 先生 (テコンドー)
【出場オリンピック/シドニー2000大会、アテネ2004大会、北京2008大会】
- **期 日**：2023年2月8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



・競技映像を見ながら、シドニー2000大会、アテネ2004大会、北京2008大会に出場したと自己紹介。オリンピックバリューについて説明し、自身はアメリカ留学がきっかけで競技を始めたが、当時は夢を持つことができず、悩んだ時期もあった。「人間には無限の可能性がある」という、テコンドーのコーチの言葉で、世界一の選手になるという夢を持った。「自分は絶対できる」と、思い続けることで、能力を最大限に発揮することができる。皆も、自分ではできないと思わずに、何事にも恐れずに挑戦してほしい。

○個人ワーク～グループワーク等



発問：運動の時間に感じた身近なオリンピックバリューを考えてみよう。

発表：エクセレンス：「他と比べず、自分たちの記録を伸ばす」「作戦タイムで意見を出し合う」「ボールを落としても諦めない」「失敗を改善する」等
フレンドシップ：「1人1人の長を生かした作戦を考える」「お互いがアドバイスをする」「励まし合う」「指摘し合うことで成長できる」等
リスペクト：「ルールを守る」「相手チームを応援する」「拍手に感謝する」「相手を褒める」「相手の意見を尊重する」「拍手を送る」等



・座学の時間を振り返り、運動の時間は、友達をミス責めず、再スタートになっても皆で声を掛け助け合いながら、最後まで諦めずに取り組んだことは、オリンピックバリューに当てはまる。皆は自然に行動に移せていたことは素晴らしい。オリンピックバリューはオリンピックも大切にしているが、皆も日常生活の中で大切にしたい。オリンピックバリューを意識しながら、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**：中尾 美樹 先生 (水泳/競泳)
【出場オリンピック/アトランタ1996大会、シドニー2000大会】
- **期 日**：2023年2月9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



- ・アトランタ1996大会、シドニー2000大会の2大会に、水泳/競泳で出場したと自己紹介。オリンピックバリューについて、エクセレンス：「一生懸命」、フレンドシップ：「チームワーク」、リスペクト：「感謝」と説明。運動の時間は、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授業の目的を確認。
- ・準備運動は、からだを大きく動かしてじゃんけんを表現する「体を使ったじゃんけん」と、4箇所のポイントを決め2人組でじゃんけんをし、勝ったら次のポイントに進み、40秒以内に何人ゴールできるかを競う「じゃんけん勝ち抜け」を実施。

○主運動等



- ・主運動は、「陸上版メドレーリレー」を実施(全3回)。競泳のメドレーリレーを真似て、背泳ぎ、平泳ぎ、バタフライ、クロールの順番の動きを各班2セット(8往復)行う。上半身は泳ぎと同じ動き、下半身は、後ろ向きで走る(背泳ぎ)、スキップ(平泳ぎ)、両足跳び(バタフライ)、前向きで走る(クロール)。折り返し地点を回り、次の人に繋ぎ、ゴールするまでのタイムを競う。途中、作戦タイムを設け、タイムを縮めるための作戦を各班で話し合う。



- ・運動の時間を振り返り、作戦タイムでは、タイムを縮めるためにどうすればよいかを考える中で、個々の得意不得意も考えながら、皆で話し合っていたことは素晴らしい。授業の最初に話した、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」が自然とできていた。座学の時間は、運動の時間に感じたことを振り返りながら、オリンピックバリューを更に掘り下げて、皆と一緒に考えていきたいと伝え、授業終了。

- **オリンピック**：中尾 美樹 先生 (水泳/競泳)
【出場オリンピック/アトランタ1996大会、シドニー2000大会】
- **期 日**：2023年2月9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



・アトランタ1996大会、シドニー2000大会の2大会に出場したと自己紹介。映像を見ながら、競泳の日本代表選手に選ばれるには、標準記録を突破した上で、同種目の上位2人までしか出場することができないと説明。シドニー2000大会前に練習が辛く、練習を休みたいと思ったこともあったが、練習をやらされているのではなく、目標のために自ら練習していると考えを改めることで、金メダル獲得という目標に向かって、一生懸命ベストを尽くすことができた。

○個人ワーク～グループワーク等



発問：運動の時間に工夫したこと、頑張ったことを挙げてみよう。

発表：エクセレンス：「目標タイムを設定」「足を速く動かすように努力した」「皆のために頑張る」「最後まで諦めない」「個人ができることを優先」等
フレンドシップ：「声掛けを大切に」「アドバイスを」「お互いを知る」「苦手な種目を皆で補う」「団結」「お互いが笑い合う」等
リスペクト：「お互いを称え合う」「ありがとう等のプラスの声掛け」「ライバルがいたから楽しくできた」「得意なことを尊重して役割を決める」等



・座学の時間を振り返り、オリンピックバリューを意識し、常に考えることで、より良い方向に自分自身を変えることができる。日常生活の中でも、自分自身を見つめ直し、目標を達成するために、どうすれば良いかを考えてほしい。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、皆の日常生活の中にもある。これからもオリンピックバリューを意識しながら、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**：中尾 美樹 先生 (水泳/競泳)
【出場オリンピック/アトランタ1996大会、シドニー2000大会】
- **期 日**：2023年2月9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



- ・アトランタ1996大会、シドニー2000大会の2大会に、水泳/競泳で出場したと自己紹介。オリンピックバリューについて、エクセレンス：「一生懸命取り組む」、フレンドシップ：「チームワーク」、リスペクト：「感謝」と説明。運動の時間は、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。
- ・準備体操は、ストレッチをした後、「体を使ったじゃんけん」を実施。その後、4箇所にポイントを設け、じゃんけんに勝ったら次のポイントに進み、40秒間で何人がゴールできるかを競う「じゃんけん勝ち抜け」を実施。

○主運動等



- ・主運動は、「陸上版メドレーリレー」を実施(全3回)。競泳のメドレーリレーを真似て、背泳ぎ、平泳ぎ、バタフライ、クロールの順番の動きを各班2セット(8往復)行う。上半身は泳ぎと同じ動き、下半身は、後ろ向きで走る(背泳ぎ)、スキップ(平泳ぎ)、両足跳び(バタフライ)、前向きで走る(クロール)。折り返し地点を回り、次の人に繋ぎ、ゴールするまでのタイムを競う。途中、作戦タイムを設け、タイムを縮めるための作戦を各班で話し合う。



- ・運動の時間を振り返り、競泳は個人競技だと思われがちだが、主運動で実施したようなメドレーリレーは、チームで戦う種目であり、実際のオリンピックでもチームワークを大切にしないと結果に結びつかない。そのことはオリンピックバリューに共通している。座学の時間は、自身がオリンピック出場での経験や学んだことを話し、皆も運動の時間に感じたオリンピックバリューを、更に詳しく考えていこうと話し、授業終了。

- **オリンピック**：中尾 美樹 先生 (水泳/競泳)
【出場オリンピック/アトランタ1996大会、シドニー2000大会】
- **期 日**：2023年2月9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



・自己紹介の後、オリンピックバリューについて、エクセレンス：「卓越」「ベストを尽くす」、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。映像を見ながら、オリンピック大会で水泳/競泳の試合は、予選を泳ぎ、そのタイムの上位16名までが準決勝に進み、準決勝で泳いだ上位8名だけが決勝で泳ぐことができると説明。オリンピックの舞台に立つまでに、記録が伸び悩んだ時期に、自分自身を見つめ直すことで、周りの方々に支えられた。当たり前が当たり前ではないことに気づき、多くのことを学んだ。

○個人ワーク～グループワーク等



発問：運動の時間に工夫したこと、頑張ったことを挙げてみよう。

発表：エクセレンス：「特技を生かした」「結果にこだわらない」「諦めなかった」「1人1人が一生懸命頑張った」「全力を尽くしたから楽しめた」等
フレンドシップ：「プラスの声掛けをした」「励まし合った」「皆で考え沢山の意見を取り入れた」「皆で応援し合う」「チームワーク」等
リスペクト：「負けても相手を称えた」「負けても笑顔で終わることができた」「一緒に勝負してくれたことに感謝」「皆で考える」「譲り合う」等



・座学の時間を振り返り、グループワークの発表は、沢山の意見や考え方があり素晴らしい。何事もただ取り組むだけではなく、どのように取り組むかを考えることで、それぞれの価値が変わってくる。何かを人に伝える時、直接伝えなければ伝わらないこともある。コミュニケーションを上手く取りながら、相手に伝えるということを大切にしたい。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、皆の日常生活の中にもある。オリンピックバリューを意識しながら、より良い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



・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

