



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

宮城県 蔵王町立宮中学校



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**：田頭 弘毅 先生 (ウエイトリフティング)【出場オリンピック/シドニー2000大会】

■ **期 日**：2022年9月29日(木)

■ **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



●シドニー2000大会にウエイトリフティング競技の日本代表として出場したと自己紹介。ウエイトリフティングには2種類あり、地面から一気に上げる「スナッチ」と、肩幅を持って段階を踏みながら、足の反動を使って上げる「ジャーク」があると、デモンストレーションを交えながら説明。オリンピックバリューの3つの価値「エクセレンス」「フレンドシップ」「リスペクト」について、運動の時間で体を動かしながら体感してほしいと伝え、準備体操に移る。

○主運動等



●準備運動では、じゃんけん勝ち抜け(全3回)を実施。友達とじゃんけんをして勝った人は次のポイントに進み、40秒以内にゴールできた人数を競う。
●主運動では、8の字跳び(全3回)を実施。2班に分かれ、大縄を8の字で跳び、制限時間内に跳べた回数を競う。両チームともに、回を重ねるごとに記録が伸び、どの部分を意識したことでポイントが伸びたかを生徒に問い掛け、「縄の長さや速さ、跳ぶ位置を変えた」「リズムを取るようになった」等の声があがった。



●運動の時間を振り返り、8の字跳びでは2回目と3回目の前に作戦タイムを設け、皆がメンバーと様々な知恵を絞って意見を出し合い工夫した結果、チームワークが深まり、記録が伸びたことは、オリンピックバリューの中のフレンドシップに当てはまる。次の座学の時間では、オリンピックバリューについて更に深掘りしていきながら、今後の目標等を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**：田頭 弘毅 先生 (ウエイトリフティング)【出場オリンピック/シドニー2000大会】

■ **期 日**：2022年9月29日(木)

■ **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



- 運動の時間では、体を動かすことによってオリンピックの価値や大切さを学んできたが、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、運動の時間で体験したことをもとに、経験談を含めて様々な話をしていきたいと授業の目的を確認。
- オリンピックシンボルにはなぜ、輪が5つあるのか生徒へ問い掛けながら、5つの輪が5大陸を表していることを説明。

○個人ワーク～グループワーク等



- 発問：3年生に向けての目標(頑張りたいこと)を達成するために実践したいことをオリンピックバリューに当てはめて考えてみよう。
 発表：エクセレンス：「苦手な教科でも諦めずに取り組む」「部活で目標に向けて全員で頑張る」等
 フレンドシップ：「中総体で優勝するために、お互いを支え合う」「皆で助け合って協力しながら目標達成を目指す」等
 リスペクト：「周りの人に感謝する」等



- 自身が中学2年生の頃は、高校受験のことなど全く考えていなかったが、3年生になって行きたい学校にこのままでは行けないことになり、中学校3年生の2学期から猛勉強をしたことを例に挙げ、早めに目標を立てて、苦手な教科を克服して目標に向けて頑張るのことは大切だ。座学の時間で目標を立てたことは大変重要な事だと話し、英語も基礎さえ習得していれば、海外で知っている単語だけで通じたりするので、苦手なことでも積極的に頑張ってもらいたいと伝え、授業終了。

■ **オリンピック**：田頭 弘毅 先生 (ウエイトリフティング)【出場オリンピック/シドニー2000大会】

■ **期 日**：2022年9月29日(木)

■ **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、ウエイトリフティングは宮城県でも盛んで、部活動で行なっている学校もあるので、皆にも興味を持ってもらいたい。ウエイトリフティングには2種目あり、地面から一気に上まで持ち上げる「スナッチ」、段階を踏んで持ち上げていく「ジャーク」があると説明し、デモンストレーションでフォームを披露しながら、手の力と足の反動で上げていると説明した。運動の時間では、オリンピックバリューの3つの価値を体感しながら体を動かしていきたいと授業の目的を確認し、準備体操に移る。

○主運動 等



•準備運動では、じゃんけん勝ち抜け(全3回)を実施。友達とじゃんけんをして勝った人は次のポイントに進み、40秒以内にゴールできた人数を競う。
 •主運動では、8の字跳び(全3回)を実施。2班に分かれ、大縄を8の字で跳び、制限時間内に跳べた回数を競う。2回目と3回目の前に作戦タイムを設けながら実施し、最終的に各チーム最高記録を更新した。工夫したことを問い掛けしたところ、「縄の長さを短くして、高速で跳べるようにした」「縄を手に巻いて短くした」「跳ぶとき、リズムをゆっくりにした」等の回答が挙がった。



•運動の時間を振り返り、準備運動も主運動も自己記録を更新できており素晴らしかった。チームで話し合いながらチームワークを持って諦めずに取り組んだ結果であり、オリンピックバリューのエクセレンスやフレンドシップに当てはまる。今後、運動会等の際には、今日の運動の時間で学んだチームワークを発揮して頑張してほしいと伝え、授業終了。

■ **オリンピック**：田頭 弘毅 先生 (ウエイトリフティング)【出場オリンピック/シドニー2000大会】

■ **期 日**：2022年9月29日(木)

■ **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



●映像を見ながら、シドニー2000大会にウエイトリフティングの日本代表として出場したと自己紹介。ウエイトリフティングには2種類あり、一気にバーベルを上げる「スナッチ」と、バーベルを一度、胸に持ってきてから持ち上げる「ジャーク」があり、自身は「スナッチ」で日本トップの成績を上げた。実際に使用していた競技用具を披露しながら説明し、ウエイトリフティングを通じて友達が増え、フレンドシップを感じることができたと話す。

○個人ワーク～グループワーク等



発問：3年生に向けての目標(頑張りたいこと)を達成するために実践したいことをオリンピックバリューに当てはめて考えてみよう。

発表：エクセレンス：「受験勉強に励む」「中総体で優勝する」「修学旅行を楽しむ」「何事にもベストを尽くす」等

フレンドシップ：「友情を大切にする」「チームワークを高めて努力する」等

リスペクト：「学校に感謝する」「相手の意見を尊重する」「様々な人に感謝する」等



●座学の時間を振り返り、どの発表も良いポイントを抑えていたと称えた。自身は中学2年生のときにあまり勉強をしなかったため、中学3年生のときに志望校に行くのが難しいと言われ、その後一生懸命勉強し、努力の甲斐もあり志望校に行くことができた。そこでウエイトリフティングに出会い、オリンピックに出場することができた。残り1年は瞬間に過ぎるので、しっかり勉強して周りに感謝しながらより良い人生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



■ 記念品贈呈

・2年1組



・2年2組



■ 修了証贈呈

