



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

群馬県 高崎市立並榎中学校



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** : 松野 真奈美 先生 (ボブスレー)
【出場オリンピック/トリノ2006冬季大会、バンクーバー2010冬季大会】
- **期 日** : 2022年12月9日(金)
- **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



・ボブスレーでトリノ2006、バンクーバー2010の両冬季大会に出場したと自己紹介した後、ボブスレーについて、競技写真を見せながら、約1500m前後のコースをそりに乗って滑走し、タイムを競う競技であると説明。オリンピックについて、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、良い結果を出すことも重要だが、オリンピックバリューの3つの価値も重要であると唱えたと話す。オリンピックシンボルについて、5大陸を表し、使用されている5色と背景の白色で各国・地域の国旗が描けること等を説明し、準備運動に移る。

○主運動 等



・準備運動として、「ラダートレーニング」を実施。
 ・主運動として、「トライリレー」を実施(全3回)。班毎に分かれ、カラーコーンの間を①頭上からボールを回す(往路)、②股下からボールを転がして回す(復路)で1往復し、スタート地点まで戻ったら1人ずつ①ドリブル、②ケンケン、③スキップのいずれかの方法で1往復する。全員が座った時点でゴールとした。



・運動の時間を振り返り、オリンピックバリューの3つの価値を感じた場面があったかを問い掛け、「最後にゴールした班を他の班が応援していた」と発表があった。皆が感じてくれたように、オリンピックバリューの3つの価値は日常生活にもたくさん含まれているので、座学の時間では、オリンピックに出場した話を踏まえ、オリンピックバリューをさらに掘り下げて皆で考えていきたいと伝え、授業終了。

- **オリンピック** : 桧野 真奈美 先生 (ボブスレー)
【出場オリンピック/トリノ2006冬季大会、バンクーバー2010冬季大会】
- **期 日** : 2022年12月9日(金)
- **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



●ボブスレーは2人で行う競技であり、1人はハンドルを操作し、もう1人は助走とブレーキを行う。それぞれの役割が異なるので、協力する必要があると説明。中学1年生の時に大怪我を負い、悔しく塞ぎこんでしまったが、一生懸命練習に取り組む仲間を見て、本当の敵は他人ではなく、自分だと気づいた。周りとは比べるのではなく、自分のペースで練習するべきだと感じ、目の前の小さな努力を少しずつ継続する重要性に気付くことができたと話す。

○個人ワーク ~ グループワーク 等



発問：自分の生活の中に当てはまる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：「部活動を頑張る」「どんなことでも一生懸命頑張る」等
 フレンドシップ：「仲間と協力する」「チームワークを大切にする」等
 リスペクト：「お互いに思いやりを持つ」「相手に敬意を払う」等



●運動の時間を振り返り、皆が発表してくれたようにオリンピックバリューの3つの価値はオリンピックに出場した選手だけのものではなく、日常生活の様々な場面で当てはまるので、オリンピックバリューの3つの価値を頭の片隅に置いて生活し、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** : 桧野 真奈美 先生 (ボブスレー)
【出場オリンピック/トリノ2006冬季大会、バンクーバー2010冬季大会】
- **期 日** : 2022年12月9日(金)
- **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



・ボブスレーでトリノ2006、バンクーバー2010の両冬季大会に出場したと自己紹介。ボブスレーについて、競技写真を見せながら、約1500m前後のコースをそりに乗って滑走することは危険を伴うため、18歳から参加できる競技であると説明。近代オリンピックを創設したピエール・ド・クーベルタンは、結果も重要だが、オリンピックバリューの3つの価値も重要であると唱えた。オリンピックシンボルについて、5大陸を表し、使用されている5色と背景の白色で世界各国・地域の国旗が描けること等を説明し、準備運動に移る。

○主運動 等



・準備運動として、「ラダーレーニング」を実施。
 ・主運動として、「トライリレー」を実施(全3回)。班毎に分かれ、カラーコーンの間で①頭上からボールを回す(往路)、②股下からボールを転がして回す(復路)で1往復し、スタート地点まで戻ったら1人ずつ①ドリブル、②ケンケン、③スキップのいずれかの方法で1往復する。全員が座った時点でゴールとした。



・運動の時間を振り返り、オリンピックバリューの3つの価値を感じた場面があったかを問い掛け、エクセレンス：「全力で頑張る」、フレンドシップ：「ボールを渡す相手のことを考えた」、リスペクト：「皆で応援し合った」と発表があった。オリンピックバリューの3つの価値は日常生活でも大切なので、次の座学の時間では、さらに掘り下げてオリンピックバリューを考えていきたいと伝え、授業終了。

- **オリンピック** : 梶野 真奈美 先生 (ボブスレー)
【出場オリンピック/トリノ2006冬季大会、バンクーバー2010冬季大会】
- **期 日** : 2022年12月9日(金)
- **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



●競技写真や競技用具を見せながら、ボブスレーは2人で行う競技で、氷の上をスパイクを履いて約200kgのそりを押し出して滑走し、1人はカーブに合わせハンドルを操作し、もう1人は滑走中は重りとなってゴール時にブレーキをかけると説明。役割が異なるので、お互いに信用し、一つのチームになって行う競技である。19歳の時に競技を始め、先輩に追いつくために少しでも多く練習する等の小さな努力を重ねたことで、競技を始めて3年目で日本一にな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：自分の生活の中に当てはまる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：「誰にも負けないように努力する」等
フレンドシップ：「試合に出られなかった仲間のことを考える」等
リスペクト：「競技用具を買ってくれた親に感謝する」等



●運動の時間を振り返り、皆が発表してくれたようにオリンピックバリューの3つの価値はオリンピックに出場した選手だけのものではなく、日常生活の様々な場面で当てはまるので、何事にも一生懸命取り組み、誰に対しても思いやりを持ちながら過ごし、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** : 勝木 隼人 先生 (陸上競技/競歩) 【出場オリンピック/東京2020大会】

■ **期 日** : 2022年12月8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



●陸上競技/競歩で東京2020大会に出場したと自己紹介した後、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」「一生懸命頑張る」「全力で取り組む」、フレンドシップ：「友情」「仲間を大切にする」「仲間と協力する」、リスペクト：「敬意/尊重」「ルールを守る」「環境を守る」と説明し、運動の時間では、ルールを守りながら、仲間と協力して取り組んでほしいと伝え、準備運動に移る。

○主運動 等



●準備運動として、「新聞紙を使った体ほぐし」を実施。
●主運動として、「新聞紙ボール運びリレー」を実施(全3回)。班毎に分かれ、2人1組で新聞紙を持ち、その上にバスケットボールまたはバレーボールを乗せ、落とさないようにコーンを回り、次の組に手を使わずにボールを渡す。全員がリレーし、座って手を挙げた時点でゴールとした。



●運動の時間を振り返り、冒頭に伝えたオリンピックバリューについて再確認。オリンピックの3つの価値を皆で意識しながら、ルールを守り、仲間と協力し、全力で取り組めたかと問い掛け、全員の手が挙がった。オリンピックバリューはオリンピック選手だけのものではなく、皆の生活の中にも含まれているので、座学の時間では、オリンピックに出場した経験も伝えながら、さらに掘り下げて考える時間にしたいと伝え、授業終了。

■ **オリンピック** : 勝木 隼人 先生 (陸上競技/競歩) 【出場オリンピック/東京2020大会】

■ **期 日** : 2022年12月8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



●スライドを見せながら、現在は自衛隊体育学校に所属しながら競技を続けていると自己紹介。映像を見せながらアジア大会出場時に歩型違反で5分間停止したことで順位を落とし、優勝は絶望的と諦めていたが、優勝は考えず、全力で取り組むことに集中したことで、大逆転し優勝することができた。ベストを尽くして挑戦することで、結果もついてくるので、皆も勝ち負けにこだわり過ぎず、ベストを尽くすことを大事にしてほしいと伝える。

○個人ワーク ~ グループワーク 等



発問：自分の生活の中にある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：「最後まで諦めない」「目標に向かって努力する」等

フレンドシップ：「テスト勉強で分からないところを教え合う」「チームで協力する」等

リスペクト：「応援してくれる人に感謝する」「部活動で指導してくれている先生に感謝する」等



●運動の時間を振り返り、オリンピックバリューの3つの価値を考えながら様々な活動をするので強く生きるための人間力が向上するので、部活動や、勉強等に取り組む時はオリンピックバリューを考えながら取り組み、自分自身の人間力を高め、周りの人たちの人生も豊かにしてほしい。その後、東京2020大会で着用したウェアを披露し、猛暑の中で50kmを歩くには通気性の良いウェアを着用する必要があること等を説明し、授業終了。

■ **オリンピック** : 勝木 隼人 先生 (陸上競技/競歩) 【出場オリンピック/東京2020大会】

■ **期 日** : 2022年12月8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



●陸上競技/競歩で東京2020大会に出場したと自己紹介した後、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」「一生懸命頑張る」「全力で取り組む」、フレンドシップ：「友情」「仲間を大切にする」「仲間と協力する」、リスペクト：「敬意/尊重」「ルールを守る」と説明。スポーツの語源はラテン語の「デポルターレ」という言葉だが、遊びや気晴らし、楽しむ等の意味がある。語源通り、運動の時間はしっかり楽しみ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



●準備運動として、「新聞紙を使った体ほぐし」を実施。
●主運動として、「新聞紙ボール運びリレー」を実施(全3回)。班毎に分かれ、2人1組で新聞紙を持ち、その上にバスケットボールまたはバレーボールを乗せ、落とさないようにコーンを回り、次の組に手を使わずにボールを渡す。全員がリレーし、座って手を挙げた時点でゴールとした。



●運動の時間を振り返り、冒頭で伝えたオリンピックの3つの価値について再確認。オリンピックバリューを意識しながら、ルールを守り、仲間と協力し、全力で取り組むことができたかとの問い掛け、全員の手が挙がった。運動の時間で感じたように、オリンピックバリューの3つの価値は皆の生活の中にも含まれているので、座学の時間では、オリンピックに出場した経験も伝えながら、さらに掘り下げて考える時間にしたいと伝え、授業終了。

■ **オリンピック** : 勝木 隼人 先生 (陸上競技/競歩) 【出場オリンピック/東京2020大会】

■ **期 日** : 2022年12月8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



•スライドを見せながら、現在は自衛隊体育学校に所属しながら競技を続けていると自己紹介した後、国際大会出場時に撮影した各国・地域の代表選手との集合写真を紹介し、試合ではライバルだが、一緒に練習し、練習後にはお互いにアドバイスを送り合い、切磋琢磨しながら試合に挑んでいた。30歳で初めて日本代表になれたが、勝ち負けにこだわらず、どのようにすれば上達するのかを大切に、練習を続けたことで結果もつてきたので、目の前の目標を少しずつ達成することを意識してほしいと伝える。

○個人ワーク～グループワーク等



発問：自分の生活の中にある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：「体育祭でクラスで協力した」「勉強に集中する」等
 フレンドシップ：「バレーボール大会の練習で教え合う」等
 リスペクト：「試合で2位になった時に1位の人を褒めた」「授業をしっかりと聞く」等



•運動の時間を振り返り、オリンピックバリューの3つの価値を考えながら様々な活動をすることで強く生きるための人間力が向上するので、自分自身の人間力を高め、周りの人たちの人生も豊かにしてほしい。不得意なことにも積極的に取り組み、少しずつ上達することで自信に繋がり、能力も向上するので、様々なことに挑戦しながら、より良い学校生活を送ってほしいと伝え、授業終了。

■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

