



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 神戸市立大沢中学校



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：オリンピック（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：オリンピック（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**：鈴木 祐美子 先生 (カヌー/スプリント)  
【出場オリンピック/アテネ2004大会、北京2008大会】
- **期 日**：2023年2月3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



- ・カヌー/スプリント競技でアテネ2004大会、北京2008大会に出場したと自己紹介。今日は「やってみよう」をテーマに運動の時間は全力で取り組んでほしいと授業の目的を確認。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」と説明し、運動の時間と座学の時間を通してオリンピックバリューを感じてもらい、今後の人生に活かしてほしい。
- ・準備体操は、代表生徒1名が前に出て、号令を掛け合いながら、ラジオ体操、柔軟等のストレッチを実施。

○主運動等



- ・準備運動は、ジョギングやダッシュ等のウォーミングアップ、バランス感覚を鍛える体幹トレーニングを実施。
- ・カヌー/スラローム競技は、激流を下りながら、コースに設置された複数のゲートに体が触れないように通過し、ゴールを目指す競技である。主運動は皆にもカヌー競技を体験してもらうために、「人間スラロームターン」を実施(全3回)。間隔を開けて座り、その間をS字に走り抜け、ゴールを目指すタイムを競う。



- ・運動の時間を振り返り、主運動では、次の人がスタートしやすいように合図を出す工夫をしたり、タイムを上げるという一つの目標に向かって全員で協力し取り組む姿勢が素晴らしかった。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について更に深く皆で考える時間にしたいと伝え、授業終了。

- **オリンピック**：鈴木 祐美子 先生 (カヌー/スプリント)  
【出場オリンピック/アテネ2004大会、北京2008大会】
- **期 日**：2023年2月3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



- ・自己紹介の後、自身の経験を皆と共有し、オリンピックバリューが日常生活にどのようなつながっているかを一緒に考え、学ぶ時間にしたいと説明。
- ・カヌーの強豪国であるドイツへ単身渡り、練習に参加する中で、自分に合う練習や食事について考え、行動したことが、自分を深く知り、自分自身を作っていくことだと気付いた。人と比べずに自分の内なる声に耳を傾け、信じて行動に移すことが重要だ。

○個人ワーク～グループワーク等



- 発問：運動の時間に感じた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：「声だけの指示では聞き難いため、手で合図をした」「同じ目標に向かい意見を出し合うことでタイムを縮めることができた」等  
フレンドシップ：「掛け声を掛けた」「皆で協力し作戦を立てたことで、班が一つにまとまった」等  
リスペクト：「ルールを守って楽しんで取り組むことができた」「相手を尊重しお互いを理解し合うことで、世界平和につながる感じた」等



- ・グループワークの発表を聞いて、皆が優しさに溢れていると感じた。暖かい気持ちをお忘れず、自分のことだけでなく、周りの人も大切に、自分が本当に何を求めているのかに気付くことで、なりたい自分に近付く。様々なことにチャレンジする時、オリンピックバリューを思い出し、能力を伸ばし、自分の魅力に気付いて、楽し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



■ 記念品贈呈

・2年1組



■ 修了証贈呈

