



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

岐阜県 下呂市立小坂中学校



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5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： 2023年4月～2024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く「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**：橘 雅子 先生 (水泳/シンクロナイズドスイミング※)  
【出場オリンピック/北京2008大会】 ※現：水泳/アーティスティックスイミング
- **期 日**：2024年2月9日(金)
- **ク ラ ス**：2年A組/運動の時間

○自己紹介～授業の目的確認～準備体操



・北京2008大会のシンクロナイズドスイミング競技に出場したと自己紹介。現在はアーティスティックスイミング競技に名称が変更した。オリンピックバリューについて説明し、運動の時間は体を動かしながら仲間と協力し合って取り組んでほしい。準備運動は、体の各部を意識したストレッチを行った後、スキップや手足を動かしながら体育館を2周する。その後、腹筋を鍛えるトレーニングを行い、最後に先生のじゃんけんの後に体を大きく使って表現する後出しじゃんけんゲームを実施。

○主運動等



・主運動は風船リフティングを実施(全3回)。班毎にハチマキを使って円を作り、手を使わずに風船を落とさず連続してリフティングできた回数を競う。制限時間は2分間とし、風船を落とした場合は1から数え直す。大小サイズの違う風船を用意しどちらかの大きさを選ぶ。途中作戦タイムを設け回数を増やす工夫を話し合う。作戦を尋ねると、できるだけハチマキを短く持ち円を小さくする、風船を頭上に上げ過ぎない、次にパスする人の名前を呼ぶ等、工夫した点を答える。



・運動の時間を振り返り、良い結果を出すために一生懸命取り組み、仲間と話し合い協力したことは、オリンピックバリューに当てはまる。アーティスティックスイミング競技は8人の仲間と一緒に演技するため、チームワークや絆がとても大切な競技だ。皆も学校行事等で1つのもを作り上げる際、1人だけが頑張っても上手くいかない。クラスの皆が協力するから成功する。座学の時間はオリンピックバリューが、皆の生活にどんな意味を持つかを考えたい。最後に整理体操を行い、授業終了。

- **オリンピック**：橘 雅子 先生 (水泳/シンクロナイズドスイミング※)  
【出場オリンピック/北京2008大会】 ※現：水泳/アーティスティックスイミング
- **期 日**：2024年2月9日(金)
- **ク ラ ス**：2年A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



・映像を見ながら競技の説明と自己紹介。実際に着用した水着と髪飾りを披露。現在アーティスティックスイミング競技は男子選手の参加も認められ、幅広い層の人たちが取り組んでいる。皆も水泳やダンスが好きな人はぜひアーティスティックスイミング競技に挑戦してほしい。チームワークを高めるために、毎回練習毎に1つの目標を立て必ずそれをチーム全員が達成できるように努力した。1つの目標を達成できると次の目標ができる。その繰り返しで大きな目標を叶えることができる。

○個人ワーク～グループワーク等



発問：日常生活の中でオリンピックバリューに結び付く行動はどんなことだろう。

発表：エクセレンス：「勉強での小さい目標を立て、最後に大きな目標を達成できるように頑張る」等

フレンドシップ：「お互いに言い合える関係をつくる」「仲間と小さな課題を見つける」「本音で話す」「相手を知る」等

リスペクト：「周りの人や環境等の支えを当たり前と思わない」「返事をする事で思いを伝える」「与える人になる」等



・座学の時間を振り返り、皆は自分の意見を相手にしっかり伝えることができ素晴らしい。目標に向かって小さなことからコツコツ努力することで大きな目標を達成することができる。努力を積み重ねることは自分の自信につながる。頑張ったことが全て成功する訳ではないが、無駄になることは無い。これからもオリンピックバリューを忘れずに、努力することを続けてほしい。そして興味を持ったことは積極的にチャレンジしてほしいと話し、授業終了。

■集合写真

・2年A組



■記念品贈呈

・2年A組



■修了証贈呈

