



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 高崎市立吉井西中学校



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)

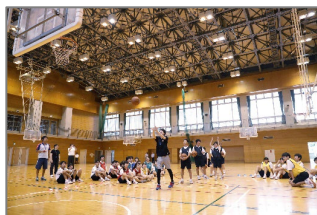
まとめ(5分)



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**：逸見 佳代 先生 (スキー／フリースタイル)
【出場オリンピック／トリノ2006冬季大会】
- **期 日**：2024年1月17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



•自己紹介の後に、オリンピックバリューについて説明。今日は全力で一生懸命に取り組むこと、皆で仲良くチームワークを大切にすること、ルールを守って取り組むことの3つを意識して取り組むようにと授業の目的を伝え、準備体操に移る。スキー／フリースタイルのエアリアル種目は、空中で何回転もして演技を行う。体の柔軟性や自分の体の位置を把握して体をコントロールすることが重要であると話す。体のコントロールを意識した柔軟体操や、足に乗せた靴を落とさないで寝返りする運動に挑戦。

○主運動 等



•準備運動で「ボール送りリレー」を実施(全2回)。1列に並び、頭上と股下でボールを交互に送る。2回目は目を閉じて挑戦。
•主運動は、「8の字跳び」(全3回)と「全員跳び」(全1回)を2チーム対抗で実施。縄に引っ掛った場合は1回から数え直し、8の字跳びは90秒間、全員跳びは60秒間で連続して跳べた回数を競う。作戦タイムを設け、より多くの回数を跳べる方法を考える。生徒達は、縄の回し方を工夫、リズムカルに跳ぶ、急いで跳ばなくても大丈夫と声を掛け合う等の作戦を考えて実践した。8の字跳びが苦手な人が確実に跳べるように、落ち着いたタイミングで縄に入れるようにしたことは、思いやりのあるアイデアだと話す。



•授業冒頭で伝えた約束事を守りながら、一生懸命取り組んでくれていたと運動の時間を振り返る。全力で挑戦しても上手く行かないこともあれば、伸びていくこともあり、失敗や成功を経験していくことで先のステージに進んでいける。勝敗に関係なく、今日皆で一生懸命取り組んだという事実は変わらない。目標に向かう過程でどのように取り組んだかが大切だと話す。座学の時間では、皆の運動の時間での行動がどのようにオリンピックバリューにつながっているかを考えようと話し、授業終了。

- **オリンピック**：逸見 佳代 先生 (スキー／フリースタイル)
【出場オリンピック／トリノ2006冬季大会】
- **期 日**：2024年1月17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



•競技映像を見ながら、スキー/フリースタイルのエアリアル種目でトリノ2006冬季大会に出場したと自己紹介。映像の中で跳んでいたジャンプ台は3m80cmあり、空中で何回転もした後に着地し、技の難易度や着地の完成度を競う。ピエール・ド・クーベルタンが考案したオリンピックシンボルは5大陸を象徴し、世界平和への願いが表現されている。先生が現役時代に競技に向き合い試練を乗り越えてきたことや、現在の指導者としての経験も全てがオリンピックバリューに深くつながっていると話す。

○個人ワーク～グループワーク等



発問：運動の時間に感じたことを、オリンピックバリューに当てはめてみよう。
 発表：エクセレンス：「全力で縄を回した」「失敗してもあきらめず最後まで頑張った」「難しいことにも何度もチャレンジした」等
 フレンドシップ：「お互いにアドバイスした」「大丈夫等の励ましの声掛け」「皆で声を出してタイミングを合わせた」等
 リスペクト：「ルールや時間を守って行動した」「お互いを拍手等で称え合えた」「負けても仲間を責めない」等



•今日の授業を通し、これらの価値は選手だけのものではなく、皆の日常生活の中に溶け込んでいるということが分かったと思う。クーベルタンはスポーツやオリンピックバリューを通じて、よりよい社会を作りたいと強い信念を持ち、オリンピックをスタートさせた。皆も今後の人生をより楽しく豊かなものにするため、日常からオリンピックバリューを根付かせてみよう。失敗を恐れずに様々なことに挑戦し、目標に向かって前進して欲しいと伝え、授業終了。

- **オリンピック**：逸見 佳代 先生 (スキー／フリースタイル)
【出場オリンピック／トリノ2006冬季大会】
- **期 日**：2024年1月17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



・トリノ2006冬季大会にスキーで出場したと自己紹介し、3つのオリンピックバリューについて説明。エクセレンスは一生懸命全力で取り組むこと、フレンドシップはチームワークや皆で仲良く取り組むこと、リスペクトはルールを守ることである。この3つを意識して、楽しく取り組もうと伝える。フリースタイルのエアリアル種目では空中回転をするので、自分の体の位置を正確に把握して上手く体をコントロールする必要があると説明。その後、頭と体を同時に使う柔軟体操やスキップ運動を実施した。

○主運動 等



・準備運動で「ボール送りリレー」を実施(全2回)。1列に並び頭上と股下でボールを交互に送る。2回目は目を閉じて挑戦。
 ・主運動は、「8の字跳び」(全3回)と「全員跳び」(全1回)を3チーム対抗で実施。縄に引っ掛った場合は1回から数え直し、8の字跳びは90秒間、全員跳びは60秒間で連続して跳べた回数を競う。作戦タイムを設け、より多くの回数を跳ぶ方法を考える。生徒たちは、沢山励まし合う、速度を跳ぶ人に合わせる、縄の長さを跳びやすいように調整する、掛け声を出す等の作戦を考え実施した。上手く行かない原因を考えることは改善につながるので、失敗があっても次のステップに進むチャンスを得たと考えようと話す。



・運動の時間を振り返り、皆が3つの約束事を守りながら、一生懸命取り組んでいる様子が素晴らしかったと話す。運動の時間に皆が取り組んだことは、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」に全てに当てはまっている。次の座学の時間では、オリンピックバリューについて皆でより深く考え、話し合いたいので、運動の時間での取り組みから、どのようなオリンピックバリューを発見できたか頭の中で整理しておいてほしいと話し、授業終了。

- **オリンピック**：逸見 佳代 先生 (スキー／フリースタイル)
【出場オリンピック／トリノ2006冬季大会】
- **期 日**：2024年1月17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



・大会直前で怪我に遭い、幼い頃からの夢であるオリンピック出場を2度逃し、悔しい思いをした。目標としたことを絶対に諦めないと決断し、更に4年間努力を続け、トリノ2006冬季大会で出場を叶えた経験は、「エクセレンス」である。現在はコーチをしており、昔のライバル選手達と試合会場で同じ立場で再会することもある。今では、競技のため、また互いの選手達がベストを尽くせるよう、天候やコースの雪の状態について情報を共有し合える仲間であり、「フレンドシップ」「リスペクト」を感じている。

○個人ワーク～グループワーク等



発問：運動の時間に感じたことを、オリンピックバリューに当てはめてみよう。
 発表：エクセレンス：「あきらめずに最後まで頑張った」「失敗しても何度も挑戦した」「良い結果を目指しベストを尽くした」等
 フレンドシップ：「仲間と協力し意見を出し合った」「励まし合った」「声掛けと手拍子で跳ぶタイミングを合わせた」等
 リスペクト：「ルールを守り、仲間に感謝する」「不正をせずフェアプレーをした」「仲間の意見を尊重して聞いた」等



・オリンピックバリューは選手だけのものではなく、皆の日常生活の中でも共有できる考えだと話す。日常生活でも、その価値を基に行動を積み重ねていくことで、皆の今後の人生をより豊かなものにできる。何かに挑戦し成功したり失敗することは、原因や改善を考えるきっかけであり、1段階上のステップに進むための通り道となる。今日の授業では、運動や発表等、苦手なこともあったと思うが、諦めず一生懸命取り組んでくれ、良い雰囲気の中で授業を行うことができて嬉しかったと伝え、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

