



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

広島県 福山市立城西中学校



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6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： 中学校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： 2024年4月～2025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：須佐 勝明 先生（ボクシング）【出場オリンピック／ロンドン2012大会】

■期 日：2024年6月18日(火)

■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



●ロンドン2012大会にボクシング競技で出場したと自己紹介。オリンピックには目的が2つあり、1つはスポーツで競い合うこと、もう1つはオリンピックバリューを学ぶことであると説明。今日は皆にボクシングを直接感じてほしいと話し、代表生徒2名の生徒が実際にグローブを着用し、先生の胴体にパンチするデモンストレーションを実施。その後、ボクシングの準備体操としてウズベキスタン体操を実施。先生の後につき、体育館内をジョギングしながら、体を捻る、腕を振る、ステップ等の動作を行う。

○主運動等



●準備運動は「新聞じゃんけんバランス」を実施。じゃんけんに負けたら畳んだ新聞紙の上にバランスよく立ち、立てなくなるまでじゃんけんを続ける。
●主運動は「パス回しリレー」を実施(全3回)。6チームに分かれ、4種類のボール(バスケットボール、バレーボール、ソフトボール、卓球)を順不同で1つずつ先頭から最後の人までパスを回し、順位を競う。ボールを落とした班は、その場でバーピージャンプを行う。途中で作戦タイムを設け、回すボールの順番やパス方法、班内の並び順について話し合う。



●パス回しリレーでは、皆で協力しながら一生懸命頑張っていたことが素晴らしかった。授業冒頭に伝えたオリンピックバリューをしっかりと意識して取り組んでいたため、いつもよりチームワークを高め、達成感も得られることができたと思う。座学の時間では、先生が競技を通して学んだことを皆に伝え、日常生活の中でオリンピックバリューを応用するためには、どんなことができるのかを深掘りして考えていきたいと話し、授業終了。

■ **オリンピック**：須佐 勝明 先生 (ボクシング) 【出場オリンピック／ロンドン2012大会】

■ **期 日**：2024年6月18日(火)

■ **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



試合映像や写真を見ながら自己紹介。近代オリンピック創始者は誰かと生徒に問いかけ、解答としてピエール・ド・クーベルタンを紹介。オリンピックシンボルの5つの輪は5大陸を表し、世界平和の実現への願いが込められており、背景の白色を含む6色で世界中の国旗が描ける。オリンピックバリューのエクセレンス：「卓越」「全力で取り組む」、フレンドシップ：「友情」、リスペクト：「感謝」と説明。先生はこの3つの価値や、何歳になっても一生新しいことに挑戦し、勉強し続ける姿勢を大切にしている。

○個人ワーク～グループワーク等



発問：運動の時間を振り返り、良かった点をオリンピックバリューに当てはめて考えよう。

発表：エクセレンス：「全力で取り組んだ」「ミスしても諦めず取り組んだ」「ベストを尽くす作戦を考えた」等

フレンドシップ：「得意な人が苦手な人に声掛けをした」「チームの一体感が生まれた」「取りやすいパスを考えた」等

リスペクト：「ルールを守って楽しめた」「相手に敬意をもって挑んだ」「感謝の気持ちを伝え気持ちよく終わった」等



この3つの価値は皆の周りにも存在し、意識して行動することで日常生活をより有意義なものにできることが分かったと思う。先生もボクシングジムを経営する中、周囲へ感謝の気持ちを伝えることを大事にしている。皆も普段から自分の言葉や行動について意識を高め、家族や仲間へ感謝したり先生への挨拶を心掛けると、相手とより深い関係を築くことができるので実行してみよう。その結果、困った時に仲間が助けてくれたり、新しい出会いに繋がる等、可能性を広げることができると話し、授業終了。

- **オリンピック**： 検野 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**： 2024年6月18日(火)
- **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



●ボブスレー競技でトリノ2006冬季大会とバンクーバー2010冬季大会に出場したと自己紹介。ボブスレーでは氷でつくられた約1500mのコースをそりに乗って滑り、タイムを競うと競技について説明。オリンピックシンボルの5つの輪は「アフリカ」「アメリカ」「アジア」「ヨーロッパ」「オセアニア」の世界5大陸を表していると解説。今日の授業を通して、オリンピックが大切にするオリンピックバリューとは、どんな価値なのかを皆に知ってもらいたいと伝え、準備運動のラダートレーニングを実施。

○主運動等



●主運動は「トライリレー」を実施(全3回)。1回3種目のリレーでタイムと着順をチームで競う。1種目目は1列に並び頭上から後ろの人にバスケットボールを渡し折り返し地点まで進む。2種目目は、折り返し地点から1列になり股下から後ろの人にバスケットボールを送りスタート地点に戻る。3種目目はドリブル、片足けんけん、スキップのどれかで1人1往復する。3種目目は各チーム必ずどれも1回ずつ入れるルールで実施。途中作戦タイムを設け、並び順やボールの渡し方等、工夫して取り組む。



●トライリレーでは、全員が一生命取り組み、チームで作戦を立てて協力し合い、途中でボールを落としてもルールを守ってやり直していた。オリンピックバリューを意識するだけでなく、実際に行動に移すことができたと伝える。オリンピックバリューは選手だけのものではなく、皆の学校生活や日常生活に存在しているものである。普段から意識して実行することが大事なため、今日の運動の時間で感じた3つの価値の感覚を、今後のためにも覚えてほしいと伝え、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**： 2024年6月18日(火)
- **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



•ボブスレーの映像を見ながら2人乗りでは前の人がハンドル操作し、後ろの人がゴール後のブレーキの役割があると解説。中学生の時、スピードスケートに本格的に取り組んでいたが、練習中に大きな怪我を負う。入院中は面会を断る程落ち込み、競技から離れる。しかし、一生懸命練習する仲間の姿を見て、自分なりにできることから頑張らなければいけないと気付き、少しずつ努力を積み重ねた。その後も辛いことを経験したが、思考を変えて試練を乗り越えるための行動ができるようになったと話す。

○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よう。

発表：エクセレンス：「苦手な教科も諦めず勉強する」「他人と比べず全力で取り組む」「定期テストを頑張る」「諦めない」等
フレンドシップ：「相手を思いやる」「仲間と協力し学校行事に取り組む」「協力する」「部活動でチームワークを育む」等
リスペクト：「相手を尊重し感謝の気持ちを持つ」「感謝する」「相手の意見を尊重する」「当たり前のことに感謝する」等



•先生は怪我をする前の体の状態に戻らないという辛い経験をしたが、それを乗り越えてオリンピック出場の夢を実現した。皆にはこれから沢山のチャンスがあるので、自分がやりたいことに僅か1%でも可能性があるならば、自分にはできないと考えず、途中辛いことがあったとしても、諦めずに挑戦し続けてほしい。今日学んだオリンピックバリューを活かし、あと1回多く取り組む、あと1秒長く集中してみる等の小さな頑張りを積み重ね、夢に向かって前進してほしいと話し、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**： 2024年6月18日(火)
- **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



●オリンピック冬季大会にボブスレー競技で2回出場したと自己紹介。オリンピックバリューの3つの価値について、エクセレンスは全力で一生涯懸命に取り組む、フレンドシップは友情や仲間を大切にすること、リスペクトは敬意や尊重、ルールを守る等の意味があると紹介。今日の授業ではオリンピックバリューを沢山感じ、感覚を身に付けてほしいと伝え、準備体操に移る。準備運動はラダートレーニングを実施し、初めて取り組む人も上手にできなくてよいので、一生懸命取り組むことに集中しようとする。

○主運動等



●主運動は「トライリレー」を実施(全3回)。1回のリレーで3種目行い、タイムと着順をチームで競う。1種目は1列に並び頭上から後ろの人にバスケットボールを渡し、折り返し地点まで進む。2種目は、折り返し地点から1列になり股下から後ろの人にバスケットボールを送りスタート地点まで戻る。3種目は1人ずつドリブル、片足けんけん、スキップのどれかで1往復する。3種目は各チーム必ずどの走法も1回ずつ入れるルールで実施。途中作戦タイムを設け、並び順やボールの渡し方等、工夫して取り組む。



●トライリレーでは、どのチームもオリンピックバリューを意識して取り組んでいたと伝える。タイムを縮めたことはエクセレンス、応援したことはフレンドシップ、ルールを守ったことはリスペクトに当てはまる。ルールがないスポーツは面白くない。ルールの中で真剣勝負することで感動や快感が生まれる。また、応援してくれる人、審判、道具を準備してくれる人への感謝や尊敬の気持ちを持つことも大切だ。これはスポーツに限らず、皆の学校生活や部活動でも活かしてほしいと伝え、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**： 2024年6月18日(火)
- **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



●競技で使用したヘルメット、スーツ、靴を披露。小学生から中学生まではスピードスケート、高校生では陸上競技に取り組んだが、どちらも入院が必要な程の大怪我を経験し、競技引退と転向を余儀なくされた。しかしその経験から、一生懸命頑張ることの大事さ、仲間やライバルの存在の大切さ、当たり前好きなことをでることへの感謝の気持ちを学んだ。大学生でボブスレーと出会い、それまでに学んだ全てを活かした。努力を重ねることでオリンピック出場の夢を叶え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：運動の時間の中で感じたオリンピックバリューを書き出してみよう。

発表：エクセレンス：「諦めずに最後まで取り組む」「全力で最後まで諦めず頑張る」「失敗しても諦めない」「ベストを尽くす」等
フレンドシップ：「頑張っている人を応援する」「1人1人役割を決める」「声を掛け合う」「苦手な分野を皆でカバーする」等
リスペクト：「ルールを守ってスポーツをする」「仲間の意見を尊重して作戦をたてる」「ルールを守って楽しく取り組む」等



●先生の競技人生では良いことも沢山あったが、人生の糧となったのは辛い時や上手くいかない時に学んだことであった。皆も今後の人生で頑張っているのに報われないと感じる時があるかもしれないが、そんな時は頑張り過ぎず、周囲と比較せずに自分のペースで小さな努力を積み重ねることで、人生に変化を起こせると話す。来月から開催されるパリ2024大会は、選手達がどんな思いで挑んでいるか想像しながら観戦し、様々なオリンピックバリューを感じとってくれたら嬉しいと伝え、授業終了。

■集合写真

・2年1組



・2年2組



■集合写真

・2年3組



■記念品贈呈

・2年1組



・2年2組



・2年3組



■修了証贈呈

