

< 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 福山市立精華中学校

「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等は、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7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： 2025年4月～2026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

※実施校の時間割に準じて対応いたします。

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

※実施校の時間割に準じて対応いたします。

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)



写真・映像等を使用
した自己紹介
学習内容の確認



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：西内 洋行 先生（トライアスロン）
 【出場オリンピック／シドニー2000大会、アテネ2004大会】
- 期 日：2025年10月15日(水)
- ク ラ ス：2年A・B組／運動の時間

○自己紹介 ～ 授業の目的確認 ～ 準備体操



シドニー2000、アテネ2004大会の2大会にトライアスロン競技で出場したと自己紹介。トライアスロン競技は水泳1.5km、自転車40km、ランニング10kmを1人で行う。シューズを履いたりヘルメットを被る時間も競技に含まれるため、普段から早くシューズを履く練習等もする。運動の時間は、トライアスロンをイメージし、途中で種目を変える運動を体験してほしい。ストレッチを行った後、班毎に並んで自由に体育館を走り体を温める。先生の合図で先頭走者を交代する。

○主運動 等



主運動はトライアスロントランジションリレーを実施(全3回)。靴を履かずにスタートし、2m先のトランジションエリアで靴を素早く履く。その場に置いてあるフラフープを持ちコースを1周走る。1周したらフラフープを置き、コースをもう1周走る。次の走者にタスキを渡しリレーをする。1回目終了後にオリンピックバリューを説明し、それを意識しながら取り組んでほしい。途中作戦タイムを設け、タイムを縮める工夫やシューズを履く際の工夫等を班で話し合う。



トライアスロントランジットリレーでは、途中フラフープを置く位置を指定したことで、投げずに丁寧に道具を扱い、次の人が取り易いように置き仲間を思いやることができていた。つい夢中になって走っていると他の人にぶつかったり、自分も滑ってしまうことがある。オリンピックでも怪我をしてしまうと失格になってしまうので皆も怪我をしないようにしてほしい。各班タイムを縮めることができ、他のチームを全員で応援することができたことは素晴らしい。

- オリンピック：西内 洋行 先生（トライアスロン）
 【出場オリンピック／シドニー2000大会、アテネ2004大会】
 ■期 日：2025年10月15日(水)
 ■ク ラ ス：2年A・B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



映像を見ながら自己紹介と競技説明をする。トライアスロン競技は順位も大切だが、完走することに意義がある。成績だけではなく、見ている観客に感動を与えることや選手同士が仲良くなり尊敬し合うことが大事だ。福島県南相馬市出身で2011年の東日本大震災の時は世界大会に参加していたため日本にはいなかった。数年後に地元で開催された大会ではボロボロになった日の丸の応援旗を見て改めて震災の大変さを感じたが、自分ができることをしようと改めて感じた。

○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書き出し、自分の目標達成のためにどう活かせるかを考えよう。

発表：エクセレンス：「一生懸命頑張る」「何事も諦めない」「全力で行動する」「諦めない心を持つ」「優しい人になる」等

フレンドシップ：「積極的に話し合う」「思いやりを持ちお互いを理解する」「友達を大切にする」「全力で応援する」等

リスペクト：「ルールを守り平等に行動する」「対戦相手に敬意を持つ」「道具を大切に扱う」「敵チームも応援する」等



運動の時間を振り返り、途中で転んでしまったりぶつかりそうになっても最後まで諦めずに走り、それを仲間が応援する姿や、コースにはみ出したフラフープを邪魔にならないように片付ける様子は、お互いをリスペクトする気持ちがあるからだ。今日の授業を通して感じた気持ちを忘れずに、これからどんな気持ちを持ち、どのような行動をとるかが大切だ。挑戦することに間違いないので、自分の感じたことを前向きに捉え、日々の生活を楽しく頑張ってほしいと話し、授業終了。

■集合写真



■記念品贈呈



■修了証贈呈

