

< 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 福山市立至誠中学校

「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)



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。

実施内容

JOCオリムピック教室

- オリンピック：佐伯美香先生（バレーボール・ビーチバレーボール）
【出場オリンピック／アトランタ1996大会、シドニー2000大会、北京2008大会】
- 期 日：2025年10月16日(木)
- 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



アトランタ1996大会にバレーボール競技で、シドニー2000大会と北京2008大会にはビーチバレーボール競技で出場したと自己紹介。オリンピックバリューについて説明し、運動の時間は諦めずに挑戦すること、グループで協力し合うこと、お互いに励まし合うことを意識しながら取り組んでほしい。ストレッチを実施後、1人1個バレーボールを持ち、ボールを頭上に投げる間に体の部位を触ってからキャッチする等、ボールに慣れるための運動を行う。その後、2人組でパス練習を実施。

○主運動等



主運動はパス回し競争を実施(全3回)。班毎に円陣を作り、バレーボールを落とさずに連続してパスをする。途中でボールが落ちたら最初から数え直し、2分間で最も多くパスが続いた回数を競う。2回連続で同じ人がボールを触っても良い。途中作戦タイムを設け、回数を増やす工夫を班毎に話し合う。各班に作戦を尋ねると、ボールを高く上げる、次に取ってほしい人の名前を呼ぶ、それぞれが積極的に動く、なるべくオーバーハンドパスでつなぐ等と答える。



運動の時間を振り返り、積極的にボールを取ることや、チームで協力し合うこと、お互いに声を掛け合うこと等は、全てオリンピックバリューに当てはまる。3回目に目標回数を決めて取り組んだが、目標を決めずに行うよりも明確な目標がある方が一生懸命できていた。座学の時間は、競技経験の中で感じたことを皆に伝え、オリンピックバリューについて更に理解を深めて貰いたいと伝え、授業終了。

- オリンピック：佐伯美香先生（バレーボール・ビーチバレーボール）
 【出場オリンピック／アトランタ1996大会、シドニー2000大会、北京2008大会】
 ■期 日：2025年10月16日(木)
 ■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



映像を見ながら自己紹介。小学校5年生からバレーボール競技を始め、中学生の時には全国大会にも出場した。3度のオリンピックに出場した中で、結婚や出産で一度は競技から離れたが、負けず嫌いな性格だったため、バレーボール競技からビーチバレーボール競技に転向する挑戦を選んだ。それは決して簡単なことではなかったが、仲間と共に努力を重ね、諦めなかったから実現できた。そして周囲の理解と協力があったから出来たことに感謝している。

○個人ワーク～グループワーク等



発問：夢や目標、挑戦したいことの実現のためにどのように取り組むか、オリンピックバリューに当てはめて考えてみよう。
 発表：エクセレンス：「勝利を目指し一生懸命練習する」「何度も諦めずに練習をする」「挑戦する」「夢を諦めずに勉強をする」等
 フレンドシップ：「仲間を大切に協力する」「友達と仲良くする」「チームワークを高める」「相手を考え行動する」等
 リスペクト：「相手に感謝する」「周囲の支えてくれる人に感謝する」「その場に合ったルールを守る」「感謝を伝える」等



グループワークの発表ではそれぞれの夢や目標を書いて発表してもらうことで、自分自身を振り返る機会にもなったと思う。夢を発信することは恥ずかしく感じるかもしれないが、自分も現役時代に取材を受けた際、夢や目標をはっきりと伝えた。人に話すことで周囲に応援してもらい、それが励みにもなった。夢を発信して有言実行を目指すことは達成するための近道だ。オリンピックバリューは皆の生活の中で必ず役に立つので、これからも意識しながら頑張っていきたいと話し、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

