



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

東京都 文京区立第三中学校



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：太田 陽子 先生（陸上競技 走高跳）【出場オリンピック／シドニー2000大会】

■期 日：2024年12月23日(月)

■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



シドニー2000大会に陸上競技の走高跳で出場したと自己紹介。運動の時間はベストを尽くし仲間と協力してルールを守って取り組んでほしい。体の柔軟性を高めるために、足を揃え一度しゃがみ、ゆっくり膝を伸ばしながら腿裏を伸ばすジャックナイフストレッチを実施。その後、4箇所ポイントを設け、じゃんけんに勝ったら次のポイントにスキップで進むゲームを行う。制限時間40秒間に何人が最後のポイントまで進めるかを競う。3回目はじゃんけんに負けたら次のポイントに進むルールに変更して実施。

○主運動等



主運動は立ち幅跳りレーを実施(全2回)。班毎に分かれ、1人目が立ち幅跳を行い、着地した場所から次の人が跳び、班の全員が跳んだ距離を競う。跳んだ後は踵に棒状のマーカーを置く。次の人はそのマーカーをひっくり返し、マーカーの位置につま先を合わせて跳ぶ。着地した際に手やお尻が後ろに着いてしまった場合はその位置をマークする。2回目は、1回目の記録を伸ばすことを目標に実施。



運動の時間を振り返り、決められたルールをしっかり守ったこと、班の仲間と協力して一生懸命に頑張ったことは、オリンピックバリューに当てはまる。学校生活の中で、自分のことだけを考えるのではなく、周囲を良く見て、仲間を思いやる気持ちや協力する気持ちを持ってほしい。これから様々なことに挑戦していく中で、上手いかずに失敗することもあるが、失敗を積み重ねることでヒントを得ることができ、自分自身の成長につながる。決して諦めずに頑張ってもらいたいと伝え、授業終了。

■ **オリンピック**：太田 陽子 先生 (陸上競技 走高跳) 【出場オリンピック/シドニー2000大会】

■ **期 日**：2024年12月23日(月)

■ **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



映像を見ながら自己紹介と競技説明。実際に跳んだ1m94cmを示すメジャーを教室に貼る。現役時代、ライバルとして切磋琢磨した友人とは今でも交流がある。その友人のお陰で競技を続けられ、オリンピックに出場する夢も叶えることができた。オリンピックシンボルは、5つの輪の色と背景の白色を合わせた6色で世界の国旗を描くことができる。近代オリンピックの創始者であるピエール・ド・クーベルタンと、日本に於けるオリンピックの父と言われる嘉納治五郎について紹介する。

○個人ワーク～グループワーク等



発問：校外学習(鎌倉)に参加する際の必要な行動や意識の中にオリンピックバリューを探してみよう。
 発表：エクセレンス：「鎌倉について事前に知る」「全力で楽しむ」「はしゃぎ過ぎずに平常心でいる」「準備から積極的に行う」等
 フレンドシップ：「役割分担をする」「皆が楽しめる計画を立てる」「朝起きられない友達を起こす」等
 リスペクト：「挨拶や身だしなみに注意」「地元の人達に迷惑を掛けない」「時間を守る」「鎌倉の伝統や文化に敬意を払う」等



オリンピックと聞くと遠い存在に感じるかもしれないが、今日学んだオリンピックバリューは皆の身近にある。また、選手だけではなく、競技用具を作る人、スポーツトレーナーやドクター等沢山の人が関わってオリンピックは成り立っている。将来、選手としてだけではなく、オリンピックやスポーツを支える側になってくれたら嬉しい。何をしても失敗は悪いことではない。これからの日常生活で、オリンピックバリューを意識しながら全力で取り組み、努力し続けてほしいと話し、授業終了。

■修了証贈呈

