



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

岐阜県 下呂市立萩原北中学校



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：伊藤 俊介 先生（水泳／競泳）【出場オリンピック／アトランタ1996大会】

■期 日：2025年2月28日（金）

■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



アトランタ1996大会に競泳競技で出場し、100mと200m自由形の短距離種目とメドレーリレーを泳いだと自己紹介。運動の時間は体を動かしながらかオリンピックバリューを意識してほしい。準備体操の後、肩のストレッチを紹介。その後、2人組になり1人が上下左右の4方向で手を叩き、もう1人は相手が手を叩いた方向にジャンプをする。ジャンプの合間には必ず真ん中に戻る。2人で交代しながらテンポを速め素早く動くことに挑戦する。

○主運動等



主運動は陸上版メドレーリレーを実施(全3回)。競泳競技のメドレーリレーをイメージした動きを入れて走り、折り返し地点を回って戻る。背泳ぎ、平泳ぎ、バタフライ、クロール、平泳ぎ、クロールの順番で6人が走る。それぞれの動きに特徴があるため、どの動きで誰が走るかを班で相談し決める。6人目がゴールし全員が座ったタイムで順位を競う。同じ人が2回続けて走らないルールを伝える。途中作戦タイムを設け、タイムを縮める工夫を話し合う。



陸上版メドレーリレーでは、仲間を応援する声がよく出ていた。また、作戦タイムでは積極的に話し合う姿勢が素晴らしく、2回目実施の前に円陣を組む様子はとても良いクラスだと感じた。楽しみながら本気で取り組んでくれたことを嬉しく思う。皆の行動の1つ1つがオリンピックバリューに当てはまる。座学の時間は、自分のオリンピックに出場するまでの経験を話し、皆が今後の生活にオリンピックバリューをどのように活かせるかを考える時間にしたいと話し、授業終了。

■オリンピック：伊藤 俊介 先生（水泳／競泳）【出場オリンピック／アトランタ1996大会】

■期 日：2025年2月28日（金）

■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



スライドを見ながら自己紹介。幼少期から双子の弟と一緒に泳ぎ、常に切磋琢磨するライバルでもあった。それと同時に弟に勝てない時期もあり苦しい経験もした。だからこそうすれば1秒でも速く泳げるかを常に研究しコツコツと日々の練習を頑張った。競技生活の9割は苦しかったが、残り1割は達成感や勝負の世界の面白さを感じていた。オリンピック出場の賞状とアジア大会優勝のメダルを披露。この授業を通して皆がこれからどのようになりたいかを考えるきっかけになれば嬉しい。

○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、行動したこと、考えたこと、思ったこと等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：「一生懸命取り組む」「最後までベストを尽くす」「力を出し切る」「諦めない」「楽しむことができた」等  
 フレンドシップ：「皆で意見を出し合った」「円陣を組んだ」「声を掛け合った」「お互いを理解した」「笑顔でいた」等  
 リスペクト：「負けても拍手できた」「ルールを守る」「信じ合えた」「友達の得意なことを認める」等



スポーツのどんな競技でも、皆の日常生活の行動でも全て努力が大切であり、その努力は決して無駄にならない。結果が出るかどうかはやってみなければわからないが、諦めずに挑戦し続けることが大切だ。結果を残すために努力をするのではなく、何事も本気で取り組んでほしい。仲間や家族、先生等の周りで支えてくれる人を大切にし困難な時は相談すると良い。自分を信じて挑戦しどんな目標でも努力を積み重ねることで達成できる可能性がある。これからも頑張ってもらいたいと話し、授業終了。

■集合写真

・2年A組



■記念品贈呈

・2年A組



■修了証贈呈

