



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

茨城県 潮来市立潮来第二中学校



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、
 オリンピアン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アン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）※派遣オリンピアンは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**：千葉 真子 先生（陸上競技 長距離）【出場オリンピック／アトランタ1996大会】

■ **期 日**：2024年11月15日(金)

■ **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大会に陸上競技の長距離で出場したと自己紹介。パリ2024大会で印象に残った選手は誰かと生徒に尋ねると、柔道やスケートボードの選手の名前が挙がる。現役時代に行っていた柔軟体操を行った後、速く走るためには、基本姿勢、腕の振り方、呼吸法が重要であると話し、先生と体育館をジョギングして実践。オリンピックが大切にする価値とは、ベストを尽くすこと、相手を理解しサポートすること、フェアプレー精神や相手に敬意を示すこと等があり、皆も日々活用できる考え方だ。

○主運動等



- ・チーム対抗で「きずなりレー」を実施(全2回)。2人組でハチマキの両端を持って進み、15m、折り返しの30m、45mコーンを1周する。スタート地点へ戻り、次のペアにハチマキを渡して交代し、ゴールまでの速さを競う。1回目終了後、オリンピックバリューについて説明。生徒はエクセレンス、フレンドシップ、リスペクトの3つの価値を基に作戦を立て、2回目を実施。
- ・ボールを使った「だるまさんが転んだ」を先生と全員で実施(全5回)。先生がボールを持ち、手からボールが離れている間は生徒は動くことができ、ボールを持っている時は動くことができない。全員がゴールラインを越えることができるかに挑戦し、成功。



運動の時間では、オリンピックバリューを上手に取り入れ、リレーやだるまさん転んだに取り組んでくれていたと振り返る。仲間と協力し、ルールを守りながら、一人一人が丁寧に一生懸命に走っていた。また、全員が仲が良く、話し合ったり、力を合わせることが得意なクラスだと感じた。座学の時間では、先生が現役時代にどのようにオリンピックバリューを活かしてきたのかを伝えるので、皆が2年生の内に達成したい目標をオリンピックバリューを活用して一緒に考えようと言え、授業終了。

■ **オリンピック**：千葉 真子 先生（陸上競技 長距離）【出場オリンピック／アトランタ1996大会】

■ **期 日**：2024年11月15日(金)

■ **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



競技映像を見ながら陸上競技でアトランタ1996大会に出場したと自己紹介。先生は中学生の時、ソフトテニス部に所属し、高校から陸上競技に本格的に取り組み始めた。初めから良い成績を残せたのではなく、小さな目標の達成をコツコツと積み重ね、何をすべきかを考えて本気で取り組んだ結果、世界の舞台で活躍した。つまり、オリンピックは決して生まれつき特別な人という訳ではない。皆も周囲の仲間感謝の気持ちを持つことを忘れずに、何かに失敗してもあきらめず、夢や目標を達成してほしい。

○個人ワーク～グループワーク等



発問：①文化祭や校外学習で感じたことをオリンピックバリューに当てはめて考えてみよう。

②2学期と3学期の目標をオリンピックバリューに繋げて具体的に考えてみよう。

発表：エクセレンス：「体験で一生命取り組んだ」「団の仲間と協力し、練習から全力で取り組んだ」「提出率を上げる」等
 フレンドシップ：「文化祭でチームワークが生まれて協力できた」「お互いを理解し思いやりを持つ」「全員で協力する」等
 リスペクト：「ルールを守る」「何事にも相手ヘリスペクトを持って取り組む」「誰にでも敬意と感謝を持って生活」等



座学の時間を振り返り、皆それぞれの得意なところを適材適所で活かし、協力し合っていた様子から、一人一人が授業に参加できる素晴らしいクラスだったということが感じられたと話す。日常にある当たり前のことを1つずつ丁寧に積み重ねていくことで、チャンスが生まれ未来が変わっていくことを忘れないでほしい。今後、勉強や頑張っていることが上手いはずなのに苦しい時、オリンピックバリューを思い出すと、生きる力に変えることができるので、頑張っ乗り越えてほしいと話し、授業終了。

■オリンピック：千葉真子先生（陸上競技 長距離）【出場オリンピック／アトランタ1996大会】

■期 日：2024年11月15日(金)

■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



陸上競技の10,000m長距離種目で1996年のアトランタ大会に出場したと自己紹介。2003年の世界陸上競技大会のマラソン種目で獲得したメダルを披露する。運動の時間では一緒に体を動かしながら、オリンピックバリューについて考えたい。準備運動では、速く走るための方法として、背筋を伸ばし深く息を吸える姿勢で体幹を意識し、速さに応じて腕の振り方を変えること、息を吐き出すことを強調して呼吸をすることの3つのポイントを伝え、体育館をジョギングする。

○主運動等



チーム対抗で「きずなリレー」を実施(全2回)。2人組でハチマキの両端を持って進み、15m、折り返しの30m、45mコーンを1周する。スタート地点へ戻り、次のペアにハチマキを渡して交代し、ゴールまでの速さを競う。1回目終了後、オリンピックバリューについて紹介し、尊敬する選手は誰か、その人から感じられるオリンピックバリューは何かと生徒に尋ねる。柔道、野球、サッカーの選手の名前と、「諦めない」「一生懸命頑張る」「全力で頑張る」「チームワーク」「リスペクト」等の言葉が挙がる。その後、エクセレンス、フレンドシップ、リスペクトの3つの価値を基に作戦を立て、2回目を実施。



リレーで実践したオリンピックバリューを取り入れた作戦について尋ねると、生徒からは、「ミスしても諦めなかった」「思いやりを持って気を付けてタスキを渡した」との回答が出る。仲間と協力し合い、それぞれの得意なところを活かしながやる気を前面に出して一生懸命頑張っていたことが素晴らしいと伝える。次の座学の時間は、自分がオリンピックバリューをどのように活用し、世界で競ってきたのかを話したい。皆には2学期と3学期の目標を発表してもらいたいと伝え、授業終了。

■ **オリンピック**：千葉 真子 先生（陸上競技 長距離）【出場オリンピック／アトランタ1996大会】

■ **期 日**：2024年11月15日(金)

■ **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



高校生で陸上競技を始め、毎日努力を重ね、駅伝のレギュラーになるが、本番では力を発揮できずチームは優勝を逃してしまっただけで、ひどく落ち込んだが仲間が励ましてくれ、この失敗を未来に活かさなければと感じ、競技を続けることを決意。その後、自分のペースで目の前の小さな目標を1つずつ達成することに集中し、時間は掛かったがオリンピック出場の夢を達成できた。レース後に仲間と最高の笑顔で喜び合いたいと感謝の気持ちを込めた「ベストスマイル」という言葉を掲げて走っていたと話す。

○個人ワーク～グループワーク等



発問：①文化祭や校外学習で感じたことをオリンピックバリューに当てはめて考えてみよう。

②2学期と3学期の目標をオリンピックバリューに繋げて具体的に考えてみよう。

発表：エクセレンス：「仲間と協力して全力で取り組む」「あきらめない」「最後までやりきる」「提出物に全力で取り組む」等
フレンドシップ：「団長を中心にチームワークを深めた」「お互いを理解する」「友達を大切にする」「声をかける」等
リスペクト：「時間等ルールを守る」「感謝を形にする」「相手を尊重する」「男女関係なく交流」等



グループワークの発表では、皆が身近で活かせるオリンピックバリューを沢山挙げてもらった。パリ2024大会では、苦しい場面でも最後まで諦めなかったことで、金メダルを獲得した選手がいる。誰でも調子が良い時は頑張ることができるが、苦しい時や辛い時にこそ、今日学んだオリンピックバリューを思い出してほしい。今後、スポーツを観戦するときには、選手達がどんな努力をしてきたのか、試練を乗り越えてきたのかを想像し、頑張る勇気や生きる力に変えていってほしいと話し、授業終了。

■集合写真

・2年1組



・2年2組



■記念品贈呈

・2年1組



・2年2組



■修了証贈呈

