



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

群馬県 高崎市立片岡中学校



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：酒井友之先生(サッカー)【出場オリンピック/シドニー2000大会】

■期 日：2024年12月18日(水)

■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



シドニー2000大会にサッカー競技で出場したと自己紹介。運動の時間は体を動かしながらオリンピックバリューを意識して取り組んでほしい。始めにスキップやサイドステップ等を織り交ぜながらジョギングをした後、その場で足踏みをしながら反応ゲーム(合図にあわせて、下=しゃがんで床を触る、上=声を発しながらジャンプして頭上で手を叩く)を実施。続いて2人1組になり、両足で挟んだボールをジャンプして空中に上げ、相手がキャッチするゲームやドリブル等に挑戦。

○主運動等



主運動の1つ目はボール送りリレーを実施(全2回)。2班1チームで1列に並び、先頭から順番に頭上と股下から交互にボールを送り、ボールを送ったら最後尾に並ぶ。ボールがゴールラインを越え、全員が座り先生にゴールをアピールする速さを競う。2つ目は手つなぎリレーを実施(全4回)。チーム全員が手をつないで走り、折り返しのコーンを回ってゴールするまでの速さを競う。3回目はサッカーボールをパス(ドリブル)しながら進み、全員が必ずボールに触れる。4回目はサッカーボールを2個に増やして実施。



各チーム全員で意見を出し合っ一緒に考え、ルールの中で様々な工夫をして取り組んでいたことが素晴らしかった。また他チームのアイデアを参考にし、それを試すことは非常に良いことで、失敗しても最後まで諦めずに取り組むことが大切である。座学の時間は、オリンピックバリューについて、オリンピック出場までに経験したことも踏まえて、皆が運動の時間に感じたことを振り返りながら一緒に考えていきたいと伝え、授業終了。

■ **オリンピック**：酒井友之先生(サッカー)【出場オリンピック/シドニー2000大会】

■ **期 日**：2024年12月18日(水)

■ **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



映像を見ながらサッカー競技でシドニー2000大会に出場したと自己紹介。選手選考合宿から1次予選、2次予選、最終予選と、最後まで決して諦めないという強い気持ちで挑み続けた。仲間でありライバルでもある他の選手も含め、自分にできることは何かを常に考え、切磋琢磨し、チーム一丸となって努力し続けた結果、決勝トーナメントに進出しベスト8という結果を残すことができた。仲間と助け合い、そしてチームを支えてくれた多くの方々を含めてのチームワークであり、全てに感謝している。

○個人ワーク～グループワーク等



発問：運動の時間でどんな行動、考え、想いがあつたかを振り返り、どのオリンピックバリューにつながるかを考えよう。
 発表：エクセレンス：「ボールを落としても諦めずに続ける」「全力で取り組む」「最後まで気を抜かない」「改善案を考える」等
 フレンドシップ：「ミスを責めない」「皆で助け合う」「1位を全力で喜び合う」「仲間を思いやる」「声を掛け合う」等
 リスペクト：「ルールを最後まで守る」「仲間に感謝を伝える」「相手チームに全力で挑む」「公平に競う」「フェアプレー」等



夢や目標に向かって努力しても自分が望む結果を得られないこともあるが、諦めずに努力し続ける姿勢が大切である。その姿勢は他のことに対しても同じ姿勢で取り組める力になる。これから様々な困難に直面すると思うが、大きな困難は乗り越えた時の達成感や喜びも大きくなり、乗り越えた壁は自分を守ってくれる盾になる。これからも全てのこと感謝し、周囲の人に支えられて日常生活が送れていることを忘れず、何事も途中で諦めずに努力を継続してほしいと伝え、授業終了。

- **オリンピック**：寺村 美穂 先生 (水泳／競泳)
【出場オリンピック／リオデジャネイロ2016大会、東京2020大会】
- **期 日**：2024年12月18日(水)
- **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



水泳／競泳競技でリオデジャネイロ2016大会と東京2020大会の2大会に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、運動の時間はこの3つの価値を意識して取り組んでほしい。生徒の掛け声で体育館を3周ジョギングし、ストレッチをした後、体を使ったじゃんけんを実施。最後に何人残れるかに挑戦し、1回目はじゃんけんで先生に勝つ、2回目は後出しじゃんけんで勝つ、3回目は後出しじゃんけんで負けるルールで実施。

○主運動等



主運動は8の字跳びを実施(全3回)。2班1チームで3チームに分かれ、左右から8の字を描くように1人ずつ跳び、縄に引っ掛かったら1から数え直す。制限時間90秒の間に連続で何回跳べるかに挑戦する。各回開始前に作戦タイムを設ける。作戦を尋ねると、皆で数える、1人1人が声を出す等の回答があった。3回目の前に記録更新のためにチームで目標回数の設定と作戦を話し合う。3回目終了後、各チームで全員跳びを実施(全1回)。全員で1列に並び、制限時間60秒の間に連続で何回跳べるかに挑戦する。



スポーツには順位や結果がつきものだが結果だけではなく、皆が決められたルールの中で仲間と意見を出し合ったことや声を掛け合っていたことは素晴らしく、一生懸命な気持ちが伝わってきた。色々なことを自然に実践していたと思うが、その行動の全てがオリンピックバリューに当てはまる。座学の時間は、運動の時間のどのような場面で3つの価値を感じられたかを振り返りながら一緒に考えていきたいと話し、授業終了。

- **オリンピック**：寺村 美穂 先生 (水泳/競泳)
【出場オリンピック/リオデジャネイロ2016大会、東京2020大会】
- **期 日**：2024年12月18日(水)
- **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



映像を見ながらリオデジャネイロ2016大会と東京2020大会に水泳/競泳競技で出場したと自己紹介。高校生の時に手術が必要なほど膝を痛めてしまった。大好きな水泳を頑張りたい気持ちと、このまま続けるべきかを悩んだ。勇気を出して家族に打ち明けたことで、1人で抱えていた苦しさや大きな不安から解放され、続ける決心と頑張る勇気を家族から貰い、家族と共に乗り越えることができました。皆も周りで支えてくれ応援してくれる人が必ずいることを忘れずに、常に感謝の気持ちを持ち続けてほしい。

○個人ワーク～グループワーク等



発問：運動の時間や日常生活を振り返り、自分の行動や意識したことが、どのオリンピックバリューに当てはまるか考えよう。
 発表：エクセレンス：「目標を達成するために頑張る」「引っ掛かっても最後まで跳び続ける」「仲間と協力してベストを尽くす」等
 フレンドシップ：「協力して作戦を考える」「苦手な人をサポートする」「引っ掛かった人への声掛け」「チームで話し合う」等
 リスペクト：「縄の回し手に感謝」「教えてくれる人に感謝する」「スポーツマンシップのある行動をする」「ずるをしない」等



自分は目標や努力したいと思えることを大切にしている。目標に向かって1人で頑張るには限界があるが、周りに自分の夢や目標を伝えることで、仲間や応援してくれる方、支えてくれる方と一緒に努力することができる。支えてくれる方への感謝の気持ちを持つことで、さらに仲間が増えていく等、3つの価値の全てが繋がっていく。まだ夢や目標が見つからない人は小さい目標から見つけ、オリンピックバリューを大切にしながら行動し、夢に向かって頑張りたいと話し、授業終了。

- **オリンピック**：寺村 美穂 先生 (水泳/競泳)
【出場オリンピック/リオデジャネイロ2016大会、東京2020大会】
- **期 日**：2024年12月18日(水)
- **ク ラ ス**：2年3組/運動の時間

○自己紹介～授業の目的確認～準備体操



水泳/競泳競技でリオデジャネイロ2016大会と東京2020大会の2大会に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、運動の時間は体を動かしながらこの3つの価値がどのようにつながっているかを考えながら取り組んでほしい。生徒の掛け声で体育館をゆっくりジョギングで3周し、準備体操を行った後、体を使ったじゃんけんを実施。最後に何人残れるかに挑戦し、1回目はじゃんけんで先生に勝つ、2回目は後出しじゃんけんで勝つ、3回目は後出しじゃんけんで負けるルールで実施。

○主運動等



主運動は8の字跳びを実施(全3回)。2班1チームで3チームに分かれ、左右から8の字を描くように1人ずつ跳び、縄に引っ掛かったら1から数え直す。制限時間90秒の間に連続で何回跳べるかに挑戦する。各回の開始前に作戦と練習タイムを設ける。3回目の前には各チームの目標回数を話し合ってから決める。3回目終了後、チーム毎に全員跳びを実施(全1回)。全員が1列に並び、制限時間60秒の間に連続で何回跳べるかに挑戦する。



8の字跳びでは回を重ねる毎に記録が更新され、皆が最後まで諦めずに取り組んだ結果が回数に表れていた。目標達成に向けて工夫したり、声を掛け合っていたこと等、その行動の全てがオリンピックバリューに当てはまる。この3つの価値はスポーツだけではなく、学校生活や日常生活にも活かすことができる。座学の時間は、運動の時間に感じたことを振り返り、オリンピックバリューが今後どう活かせるかを一緒に考える時間にしたいと話し、授業終了。

- **オリンピック**：寺村 美穂 先生 (水泳/競泳)
【出場オリンピック/リオデジャネイロ2016大会、東京2020大会】
- **期 日**：2024年12月18日(水)
- **ク ラ ス**：2年3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水泳/競泳競技でリオデジャネイロ2016大会と東京2020大会の2大会に出場したと自己紹介。オリンピックで着用したジャージを披露。3歳から水泳を始め、小学生の時から目の前の目標(記録更新)を常に意識し、達成したら次の目標に挑戦することを繰り返し頑張っていた。中学校2年生の時に初めて出場した日本選手権でオリンピック選手の泳ぎを目の当たりにし、自分もいつかオリンピック選手になると目標を掲げ、常に意識しながら練習に取り組んだ。

○個人ワーク～グループワーク等



発問：運動の時間を振り返り、意識したことや感じたことを、オリンピックバリューに当てはめて考えてみよう。
 発表：エクセレンス：「長縄回しを全力で頑張る」「諦めずに何度もチャレンジする」「目標100回に向けて諦めずに取り組む」等
 フレンドシップ：「タイミングが分からない人に声を掛ける」「前後の人のことを考えて跳ぶ」「皆と協力し話し合う」等
 リスペクト：「自分勝手にならず感謝する」「失敗しても責めない」「結果発表でお互いに拍手し合う」「ルールを守る」等



主運動では縄に引っ掛かっても諦めずに跳び続けたこと、声を掛けて跳ぶタイミングをアドバイスしたこと、失敗を責めないこと等、全てがオリンピックバリューを意識して取り組んでいた証だ。頑張りたいことや目標がある人はそれに向かって、まだ見つかっていない人は小さい目標から見つけ、夢に向かって頑張してほしい。今後の学校生活や日常生活でも、更にオリンピックバリューを意識しながら努力することで大きな夢につながっていくので諦めずに頑張してほしいと話し、授業終了。

■集合写真

・2年1組



・2年2組



■集合写真

・2年3組



■記念品贈呈

・2年1組



・2年2組



・2年3組



■修了証贈呈

