



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 北区立都の北学園



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**：山田 沙知子 先生 (水泳/競泳)
【出場オリンピック/シドニー2000大会、アテネ2004大会】
- **期 日**：2024年10月8日(火)
- **ク ラ ス**：8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、アテネ2004大会の競泳競技で、400mと800m自由形種目に出場したと自己紹介。800m種目の記録は20年が経った現在も日本記録として残っている。オリンピックバリューについて説明した後、肩回りを動かすストレッチ等を実施。その後、1人1枚新聞紙を足元に広げ、じゃんけんに負けたら新聞紙を半分に折り、片足でその上に立つゲームを行う。誰が最後まで新聞紙の上に立ってられるかを競う。

○主運動等



・主運動は新聞紙でボール運びリレーを実施(全3回)。2人組になり広げた新聞紙の上にバレーボールを乗せて走る。折り返し地点のコーンを回って戻り、次のペアに手を使わずにボールを渡す。2つの班を合わせ3チーム対抗でタイムと順位を競う。各順位にはポイント(1位5点、2位3点、3位1点)を付け、3回の合計点数を競う。3回目はボーナスポイント(1位10点、2位5点、3位3点)を付ける。途中、作戦タイムを設けタイムを縮めるための工夫をチームで話し合う。



・運動の時間を振り返り、各チーム共に最後まで一生懸命に取り組み、回数を重ねる毎にタイムを縮めることができた。2人組のペアを変更したり、ボールの受け渡し方法を工夫したりする等、チームで意見を出し合い話し合った成果が出ていた。また、友達同士お互いを理解し尊重し合う様子は素晴らしい。全てオリンピックバリューに当てはまる。座学の時間は、オリンピックバリューについて、皆にとって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：山田 沙知子 先生（水泳／競泳）
【出場オリンピック／シドニー2000大会、アテネ2004大会】
- 期 日：2024年10月8日(火)
- ク ラ ス：8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



・自己紹介の後、オリンピックと聞くと凄い人や遠い存在と感ずるかもしれないが、自分は決して最初から何事も上手くできた訳ではなく、自分が取り組んできたことが、好きなことで、それを突き詰めた結果がオリンピック出場だった。皆がこれから好きなことややりたいことを見つけることと同じなので、自分事として聞いてほしい。競技を始めた頃から、練習ノートを毎日書くことや、挨拶やお礼はしっかり相手に伝えること等、自然にやってきたことは、とても大切なことで今の自分に活かしている。

○個人ワーク～グループワーク等



発問：運動の時間に工夫したことや挑戦して成功したことをオリンピックバリューに当てはめてみよう。また、合唱コンクールに活かせるオリンピックバリューを考えよう。

発表：エクセレンス：「難しいことにも挑戦」「何事も楽しむ」「スピードを落とし丁寧にボールを渡す」「回り方を工夫」「全力」等
フレンドシップ：「ペアの相手を信じる」「ボールを受け取るのが苦手な人を最初にする」「教え合う」「息を合わせる」等
リスペクト：「全員で話し合えた」「応援できた」「意思疎通を図る」「自分を持つ」「他の人の気持ちを考える」等



・夢や目標を達成するためには、毎日コツコツと努力を積み重ねること、そしてそれを継続することが大切である。全てのことを最後まで諦めずに努力することは難しいが、決して無駄ではない。運動と座学の時間を通して、とてもチームワークが良いクラスだと感じた。これからもオリンピックバリューを意識しながら、仲間と友情を深め、相手を尊重しお互いを理解し合うことで、よりチームワークが高まる。合唱コンクールでは、今の気持ちを忘れずに取り組んでほしいと話し、授業終了。

- **オリンピック**：山田 沙知子 先生 (水泳/競泳)
【出場オリンピック/シドニー2000大会、アテネ2004大会】
- **期 日**：2024年10月8日(火)
- **ク ラ ス**：8年2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大会とアテネ2004大会の競泳競技に2大会連続で出場したと自己紹介。出場した800m自由形は25mプールを32回繰り返し続けて泳ぐ。オリンピックバリューについて説明し、運動が得意不得意があると思うが、友達同士お互いを理解し合い、協力して楽しんで取り組んでほしい。ストレッチ運動を行った後、1人1枚新聞紙を足元に広げ、じゃんけんに負けたら新聞紙を半分に折り、片足でその上に立つゲームを行う。誰が最後まで新聞紙の上に立っていられるかを競う。

○主運動等



・主運動は新聞紙でボール運びリレーを実施(全3回)。2人組になり広げた新聞紙の上にバレーボールを乗せて走る。折り返し地点のコーンを回って戻り、次のペアに手を使わずにボールを渡す。2つの班を合わせ3チーム対抗でタイムと順位を競う。各順位にはポイント(1位5点、2位3点、3位1点)を付け、3回の合計点数を競う。3回目はバスケットボールに変更し、ボーナスポイント(1位10点、2位5点、3位3点)を付ける。途中、作戦タイムを設けタイムを縮めるための工夫をチームで話し合う。



・主運動の3回目はバスケットボールに変更したことで難易度が上がったが、どのチームも1回目より記録を伸ばすことができた。チームで意見を出し合い、考えた作戦を実践した結果である。運動が得意ではない仲間をフォローしたり、相手が受け取りやすいようにボールを渡す等、常に思いやりの気持ちを持って取り組んでいたことは素晴らしく、オリンピックバリューに当てはまる。座学の時間は、オリンピックバリューが今後の皆にとって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**：山田 沙知子 先生 (水泳/競泳)
【出場オリンピック/シドニー2000大会、アテネ2004大会】
- **期 日**：2024年10月8日(火)
- **ク ラ ス**：8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



・オリンピックシンボルの5つの輪は、背景の白色を合わせた6色で世界中の国旗が描ける。スライドを見ながら自己紹介。3歳からスイミングスクールに通ったが、最初はプールに行くのが嫌だった。好きな水着を着ることができるようになり、やっと楽しさや目標を見つけ頑張る努力が徐々にできるようになった。自分の良いところは、何事にもチャレンジすること、スケジュール管理が得意なところ、面倒見が良いところだと思う。皆も自分の良いところを書き出し、グループワークにつなげようとする。

○個人ワーク～グループワーク等



発問：運動の時間に工夫したことや挑戦したことをオリンピックバリューに当てはめてみよう。また、合唱コンクールに活かせるオリンピックバリューを考えよう。

発表：エクセレンス：「ペアの背の高さを合わせた」「新聞紙をしっかりと持つ」「全力で声を出す」「足の速い人が外側を走る」等
フレンドシップ：「ペアの相手を思いやる心を持つ」「得意な人がチームをリードする」「渡し方の失敗を次回に活かす」等
リスペクト：「協調性を大事にした」「工夫する点を1人1人から聞き改善点を全員で考える」「チームワークを重視」等



・自分の強みや長所は見つけるのが難しいと思うが、仲間の良いところをお互いに伝え合うことで、自分を知ることができる。そしてそれが自信につながる。オリンピックバリューは、スポーツに限らず皆の日常生活の中にあり、とても大事なことなので、合唱コンクール等にも活かしてほしい。これからも様々なことにチャレンジし、その過程で壁にぶつかることもあると思うが、積み重ねた経験は糧となり、壁を乗り越えるための選択肢として必ず役に立つので覚えておいてほしいと伝え、授業終了。

■修了証贈呈

