



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

千葉県 大網白里市立白里中学校



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：細田 雄一 先生（トライアスロン）【出場オリンピック／ロンドン2012大会】

■期 日：2024年9月20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



・トライアスロン競技でロンドン2012大会に出場したと自己紹介。今日はオリンピックの価値を皆に伝えたい。運動の時間では楽しむことに集中し、その中で感じたことを座学の時間で一緒に振り返ろう。体育委員の号令でラジオ体操を行った後、体幹を鍛えるプランクを10秒、20秒、30秒と時間を増やして実施。余裕のある人は手を着く位置を前に移動し、難易度を上げた。運動前に1分間でもプランクを行うと体の安定感を向上でき、怪我防止にもなるので日々の運動に取り入れてみようと言った。

○主運動等



・主運動は「風船リフティング」を実施(全4回)。班毎に円を作り、大きさの異なる風船から1つ選び、制限時間120秒間で足や頭を使って風船を落とさずに連続でパスを出来た回数を競う。風船は、同じ人が連続で触ることを禁止とし、床に落とした場合は再度0から数えるルールで実施。各回の開始前に作戦タイムを設ける。2回目からは先生チームも参加。実施後、作戦内容について各班に尋ねると、メインで打つ人とカバーする人で役割を分担した、円を小さくして低く上げた等の回答が挙がる。最後は、制限時間を10秒に変更し、時間が短い中、どのようにすれば回数を稼げるか各班で新たな作戦を立て、挑戦した。



・風船リフティングでは回数を競ったが、皆が一生懸命取り組み思いきり楽しめていたことは、順位や結果よりも大切なことである。作戦タイムで遠慮せずに意見を出し合いチームの改善を努めたことや、他のチームと本気で競ったことは、今日先生が最も伝えたいスポーツの素晴らしさやオリンピックの価値に共通する経験だ。感じたことを言葉に変換することは難しいかもしれないが、次の座学の時間では、先生がオリンピック出場までに経験してきたことを伝え、皆と話し合いたいと伝え、授業終了。

■オリンピック：細田 雄一 先生（トライアスロン）【出場オリンピック／ロンドン2012大会】

■期 日：2024年9月20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



・現在はコーチや解説等の競技に関わる仕事をしながら大会に参加していると改めて自己紹介。中学校2年生で留学したオーストラリアはトライアスロンが盛んで、週末によく参加していた。帰国後、競技とアルバイト中心の生活を始め、国内での順位は1位となりスポンサーもつく。大好きな競技ができる環境に満足していたが、北京2008大会では補欠となり、出場を逃す。自分を応援してくれる人達のためにもロンドン2012大会には絶対に出るという目的が明確になり、一生懸命努力を続け目標を達成した。

○個人ワーク～グループワーク等



発問：運動の時間の作戦内容や結果について、オリンピックバリューに結び付けて考えてみよう。

発表：エクセレンス：「諦めずに継続して努力すること」「反省点を改善し全力で取り組む」「諦めずに全力で取り組む」等
 フレンドシップ「ミスしても励まし合い、すぐ立て直す」「互いを思い合う」「相手の考えを受け止め共有し友情を深める」等
 リスペクト：「互いを思う」「皆の意見を尊重」「個性を尊重し作戦を立てる」「他の班をリスペクト」「フェアプレーの精神」等



・回数を重ねる毎に改善して達成する方法はスポーツだけでなく、勉強や仕事等全てのことに結びついている。1人で諦めずに努力することは難しいが、仲間やライバルがいることで継続して頑張ることができる。何事もやってみないと良いところも悪いところも知ることができない。成功も失敗も大切な経験となるので、失敗を恐れずに繰り返し挑戦し、成長を少しずつ積み重ねよう。今後、他人に自分の夢が否定されることがあっても、自分を信じ努力を続け、楽しんで取り組んでほしいと話し、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

