



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

山梨県 富士吉田市立吉田中学校



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などは、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**：佐藤久佳先生（水泳／競泳）【出場オリンピック／北京2008大会】

■ **期 日**：2024年6月12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



・水泳／競泳競技で北京2008大会に出場し、4×100mリレーで銅メダルを獲得したと自己紹介。オリンピックバリューの3つの価値について、エクセレンスは卓越、一生懸命頑張る、諦めずに挑戦する、フレンドシップは友情、協力する、リスペクトは敬意／尊重、相手を思いやると説明。運動の時間は、言われた通りに取り組むだけではなく、オリンピックバリューを頭の片隅に置き、友達と協力して一生懸命頑張ることを意識してほしいと伝え、準備体操のダイナミックストレッチに移る。

○主運動等



・2班毎3チームに分かれ、左右から交互に8の字を描くように跳び、90秒間で跳んだ合計回数を競う（全3回）。縄に引っ掛かっても続けて数える。オリンピックバリューを意識して、失敗を恐れずにチームの仲間と協力しながら、最後まで諦めずに一生懸命取り組んでほしいと伝える。チーム毎に回し手を決め、縄の長さを調整して、練習する時間を60秒間設けた。2回目以降は2分間の作戦タイムを設け、前回の記録を更新できるようにチームで考え、高い目標に挑戦し、一生懸命取り組んだことを称えた。



・目標を達成することは大切だが、目標に向かって努力する過程がより重要である。目的を持って具体的に考えながら取り組むことの重要性を体感できたのではないかと。8の字跳びを通して、個人が頑張るだけではなく、チーム全体のことを考えて声を掛け合いながら協力することで目標に近づくことができるといった経験ができた。運動の時間に体感したオリンピックバリューは、皆の日常生活や学校生活、そして人生においても大切なので、これからも忘れずに日々を過ごしてほしいと伝え、授業終了。

■ **オリンピック**：佐藤 久佳 先生 (水泳/競泳) 【出場オリンピック/北京2008大会】

■ **期 日**：2024年6月12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



・北京2008大会の映像を見ながら、メドレーリレーは背泳ぎ、平泳ぎ、バタフライ、クロールの順に泳ぎ、自身は最終泳者のクロールでロシアと3着を競い合い、競り勝つことができたという自己紹介。オリンピックに出場してメダルを獲得するという目標に向かって、どのようなことを考えて努力を重ねてきたかを、オリンピックバリューの3つの価値を元に伝えた後、グループワークを通して学びを深めることを授業の目的とした。

○個人ワーク～グループワーク等



発問：これからの人生で生かしていくオリンピックバリューについて考えてみよう。

発表：エクセレンス：「諦めずに最後までやり遂げる」「目標に向かって頑張る」「諦めないでずっと続ける」等
 フレンドシップ：「お互いを理解し合う」「仲間を大切にする」「思いやりを持つ」「相手に敬意や尊重を持つ」等
 リスペクト：「ルールを守る」「感謝の気持ちを持つ」「頑張っている人を応援する」「敬意を示す」等



・座学の時間を振り返り、皆がグループワークで考えて発表したことは全てが正解であり、どのようにすれば自分達をより良くできるかを考えることが大切である。より高みを目指して前進するためには失敗を恐れないこと、失敗したとしても諦めない気持ちが必要である。壁を乗り越えた先には大きく成長した自分が待っているという積極的な気持ちを持って挑戦してほしい。今日学んだオリンピックバリューを意識して、楽しむことも忘れずにより良い人生を歩んでほしいと伝え、授業終了。

- **オリンピック**：萩原 次晴 先生 (スキー／ノルディック複合)
【出場オリンピック／長野1998冬季大会】
- **期 日**：2024年6月12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



・スキー／ノルディック複合競技で長野1998冬季大会に出場したと自己紹介。ノルディック複合とはどのような競技か知っているかを問い掛け、スキージャンプとスキー板を履いたままマラソンを行うクロスカントリーという2つの競技を1人で行う競技であると説明。運動の時間では、スキーの滑る動きを取り入れて楽しんでもらいながら、オリンピックと同じように競い合うことも経験してほしいと伝え、準備体操に移る。

○主運動等



・片足にモップシューズを履き、床から離さず滑るように走る。折り返し地点のコーンを回り、スタート地点で次の人にタッチして次走者がスタートする滑走リレーを実施(全2回)。滑る感覚を理解してもらうために練習タイムと走順を決めるため60秒間の作戦タイムを設ける。人数が少ない班は2回滑走する人を決め、楽しみながらルールをきちんと守り、順位を競い合ってもらいと伝え、1回目を実施。2回目は折り返し地点で、モップシューズを逆足に履き替えて実施。



・運動の時間を振り返り、自分が今取り組んでいるスポーツだけではなく違うスポーツも体験してみると、眠っていたセンサーが目覚めて、それが自分のスポーツに生きてくることもある。時には違うスポーツを経験したり、違う動きにチャレンジすることもよいので、色々なスポーツ、動きに挑戦してほしい。各チームで声を掛け合うように指示した時に、円陣を組んで気合いを入れている姿にはとても感心し、チームワークの良さを感じたと伝え、授業終了。

- **オリンピック**：萩原 次晴 先生 (スキー／ノルディック複合)
【出場オリンピック／長野1998冬季大会】
- **期 日**：2024年6月12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



・スキー／ノルディック複合競技で長野1998冬季大会に出場したと自己紹介。映像を見ながら、双子の兄がいることや夏でもタイヤが付いたスキーで練習できること等を説明。長野大会のレースは、とても辛く苦しかったと振り返る。オリンピックに出場している選手達は苦しさを通り越して、さらに進んでいく人達であり、眩暈がして倒れそうなほど苦しかったが、最後まで走り抜き、結果的に入賞することができた。

○個人ワーク～グループワーク等



- 発問：普段の生活で、オリンピックバリューに当てはまる瞬間や出来事について書き出してみよう。
- 発表：エクセレンス：「勝った時や、目標を成し遂げた時」「部活動や習い事をがんばる」等
- フレンドシップ：「目標を達成した時の声掛け」「困っている時に助ける」「一緒にいると喜びを分かち合える」等
- リスペクト：「無理なことでも諦めないで成し遂げる姿」「目上の方に敬意を払う」「自分のために何かしてくれること」等



・座学の時間を振り返り、皆の心の中にも様々なオリンピックバリューが存在していることが認識できてとても嬉しく思う。オリンピック競技大会とは、世界中の人にオリンピックバリューの意味を伝えるための大会でもあるので、世界中の人達が頑張っている姿を目に焼き付けながら、日本選手の活躍と一緒に応援してほしい。オリンピックを観戦している時に、今日の授業を思い出したら、オリンピックバリューについても改めて考えてもらえると嬉しいと伝え、授業終了。

- **オリンピック**：萩原 次晴 先生（スキー／ノルディック複合）
【出場オリンピック／長野1998冬季大会】
- **期 日**：2024年6月12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



•次のオリンピックまであと何日かを問い掛け、自身はスキー／ノルディック複合競技で長野1998冬季大会に出場したと自己紹介。スキージャンプとスキー板を履いたままマラソンを行うクロスカントリーという2つの競技を1で行うスポーツであると写真を見せながら説明。運動の時間では、スキーの滑る動きを取り入れて、楽しんでもらいながら、オリンピックと同じように競い合うことも経験してほしい。準備体操は体育館をゆっくり走った後、ストレッチ等を実施。

○主運動等



•片足にモップシューズを履き、床から離さず滑るように走る。折り返し地点のコーンを回り、スタート地点で次の人にタッチして次走者がスタートする滑走リレーを実施(全2回)。2班で1チームとし、人数を揃えるために2回滑走する人と、走順を決めるため60秒間の作戦タイムを設ける。気持ちをひとつにして順位を競い合っていると伝え、1回目を実施。2回目は折り返し地点で、モップシューズを逆足に履き替えて実施した。



•運動の時間を振り返り、自分が今取り組んでいるスポーツだけではなく違うスポーツを体験してみると、眠っていたセンサーが目覚めて、それが自分のスポーツに生きてくることもある。時には違うスポーツを経験したり、違う動きにチャレンジすることもよいので、色々なスポーツに挑戦してほしい。座学の時間は、オリンピックバリューの3つの言葉について、皆と一緒に考えていきたいと伝え、授業終了。

- **オリンピック**：萩原 次晴 先生 (スキー／ノルディック複合)
【出場オリンピック／長野1998冬季大会】
- **期 日**：2024年6月12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



・スキー／ノルディック複合競技で長野1998冬季大会に出場したと自己紹介。映像を見ながら、双子の兄がいることや長野大会のレースは、とても辛く苦しかったことを振り返る。当時のレースを今見ても緊張するが、ほとんどの人が失敗してしまう中で、不思議なくらい上手いき、最後まで走り抜き、結果的に入賞することができた。

○個人ワーク～グループワーク等



発問：普段の生活で、オリンピックバリューに当てはまる瞬間や出来事について書き出してみよう。

発表：エクセレンス：「一生懸命頑張る」「諦めない」「やるべきことを最後までやりつくす」等

フレンドシップ：「ひとつになれた時」「勝利を共有できる」「苦しい時に声を掛け合う」等

リスペクト：「敬意を忘れない」「スポーツマンシップ」「お世話になった人に感謝する」等



・座学の時間を振り返り、オリンピック競技大会とは、出場する選手、その選手を応援する人、大会を見ている人、大会を支える人、全ての人達が世界の人達と手をつないで、平和になることや、地球がより良い環境になること、そういうことを皆で考えてほしいという大会だ。ふとした瞬間に今日の授業のことを思い出してもらえると嬉しいと伝え、授業終了。

■オリンピック：楠田 香穂里 先生（バスケットボール）【出場オリンピック／アテネ2004大会】

■期 日：2024年6月13日(木)

■ク ラ ス：2年4組／運動の時間

○自己紹介～授業の目的確認～準備体操



・バスケットボール競技でアテネ2004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、エクセレンスは頑張る気持ち、フレンドシップは仲間を大切にする、協力し合って目標を成し遂げる、リスペクトは思いやる気持ち、相手を尊重してお互いを高め合うという意味があり、オリンピック出場を通して、これらのことを学び、体感した。運動の時間では、体を動かしながらオリンピックバリューを実感することを授業の目的とすることを伝え、準備体操に移る。

○主運動等



・3班毎2チームに分かれ、バスケットボールを各チーム6球持ち、後ろ向きに1列に並ぶ。1人目は頭上から、2人目は股下から、3人目以降は同じことを繰り返しながら後ろに送り、ボールを渡したら最後尾に並び直す。体育館の中央からスタートし、両端の折り返し地点のコーンを回り、1往復する。スタート地点まで戻ったら、1班毎に1つのゴールを使用して2球ずつシュートを打つ。決まったら中央ゴール下のマーカーにボールを置き、6個全てのボールをマーカーの上に置くまでの時間を競う。



・運動の時間を振り返り、主運動では、それぞれのチームが1回目より2回目の方がタイムを縮めることができたのが素晴らしい。座学の時間では、グループワークを通してオリンピックバリューについての学びを深めるので、主運動で記録が伸びた要因は何かを考えながら次の授業に臨んでほしいと伝え、授業終了。

■ **オリンピック**：楠田 香穂里 先生 (バスケットボール) 【出場オリンピック／アテネ2004大会】

■ **期 日**：2024年6月13日(木)

■ **ク ラ ス**：2年4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



・映像を見ながらアテネ2004大会にバスケットボール競技で出場したと自己紹介。オリンピックバリューについて、エクセレンスはベストを尽くす、フレンドシップはお互いを理解する、リスペクトはルールを守る、フェアプレーと説明。ピエール・ド・クーベルタンは、戦争を憂い、戦争ではなくスポーツで競い合うことで世界を平和にしようと考えて近代オリンピックを創設した。

○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、自分が実践したこと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：「最後まで全力でやりきる」「努力する」「諦めないでフェアプレーできた」等

フレンドシップ：「励ましたり声掛けで良い成績がとれた」「仲間のことを考える」「協力して目的達成」「チームワーク」等

リスペクト：「勝っても負けても仲間を尊重」「ルールを守り公平に」「先生に感謝」等



・座学の時間を振り返り、皆で協力して短時間で一生懸命考え、他の班の発表に拍手で敬意を示す姿勢はオリンピックバリューに当てはまる。1つの夢や目標を実現すると、新たな目標が生まれる。1つ1つの目標にしっかりと向き合い続け、輝かしい未来を自分自身の手で切り開いてほしいと伝え、授業終了。

■オリンピック：楠田 香穂里 先生（バスケットボール）【出場オリンピック／アテネ2004大会】

■期 日：2024年6月13日(木)

■ク ラ ス：2年5組／運動の時間

○自己紹介～授業の目的確認～準備体操



・バスケットボール競技でアテネ2004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、エクセレンスは頑張る気持ち、フレンドシップは仲間と協力し合って目標を成し遂げる、リスペクトは相手を尊重してお互いを高め合うという意味があり、オリンピック出場を通して、これらのことを学び、体感した。運動の時間では、体を動かしながらオリンピックバリューを実感することを授業の目的とし、皆で協力して元気に取り組んでほしいと伝え、準備体操に移る。

○主運動等



・3班毎2チームに分かれ、バスケットボールを各チーム6球持ち、後ろ向きに1列に並ぶ。1人目は頭上から、2人目は股下から、3人目以降は同じことを繰り返しながら後ろに送り、ボールを渡したら最後尾に並び直す。体育館の中央からスタートし、両端の折り返し地点のコーンを回り、1往復する。スタート地点まで戻ったら、1班毎に1つのゴールを使用して2球ずつシュートを打つ。決まったら中央ゴール下のマーカーにボールを置き、6個全てのボールをマーカーの上に置くまでの時間を競う。



・運動の時間を振り返り、主運動では、両チームともに1回目より2回目の方がゴールまでのタイムを短縮できたことが素晴らしかった。座学の時間では、グループワークを通してオリンピックバリューについての学びを深めるので、主運動で記録が伸びた要因は何かを考えながら次の授業に臨んでほしいと伝え、授業終了。

■オリンピック：楠田 香穂里 先生（バスケットボール）【出場オリンピック／アテネ2004大会】

■期 日：2024年6月13日(木)

■ク ラ ス：2年5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



・アテネ2004大会にバスケットボール競技で出場したと自己紹介。映像を見ながら、仲間のパスがなければスリーポイントシュートにはつながらず、チーム全体で協力することの大切さを実感した。運動の時間で、ミスがあっても協力して助け合うことでオリンピックバリューを体感してもらった。ピエール・ド・クーベルタンは、戦争を憂い、戦争ではなくスポーツで競い合うことで世界を平和にしようと考えて近代オリンピックを創設したと説明。

○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、自分が実践したこと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：「全力」「最後まで諦めない」「2回目の方が早くなった」「楽しく頑張る力」等

フレンドシップ：「協力して作戦を立てた」「仲間への気遣い」「声を掛け合って楽しめた」「パスをつないだ」等

リスペクト：「相手を尊重」「ルールを守り安全にできた」「先生に感謝」「自分に活かす」「皆で喜べた」等



・座学の時間を振り返り、皆で最後まで考え、協力して発表できたこと、そしてそれを称え合う、尊重する姿勢はオリンピックバリューに当てはまる。これはどのような状況でも生まれてくることであり、それは挨拶ということでも同じで、お互いに尊重し合うということは、とても大切なことであると伝え、授業終了。

■集合写真

・2年1組



・2年2組



■集合写真

・2年3組



・2年4組



■集合写真

・2年5組



■ 記念品贈呈

・ 2年1組



・ 2年2組



・ 2年3組



・ 2年4組



・ 2年5組



■ 修了証贈呈

