

< 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 潮来市立潮来第一中学校



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7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： 2025年4月～2026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

※実施校の時間割に準じて対応いたします。

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

※実施校の時間割に準じて対応いたします。

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)



写真・映像等を使用
した自己紹介
学習内容の確認



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：村上めぐみ先生（バレーボール／ビーチバレーボール）

【出場オリンピック／東京2020大会】

■期 日：2025年6月12日(木)

■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



2021年に開催された東京2020大会のビーチバレーボール競技に出場したと自己紹介。オリンピックに出場したことで学んだことや、勝利だけがスポーツの意義ではないことをオリンピックバリューを通して皆に伝えたい。運動の時間はベストを尽くし、協力することでチームに貢献し、一緒に取り組んだ仲間に敬意を払い最後にハイタッチで終わりたい。準備体操の後、2人組になり中間地点にバレーボールを置き、体の部位や回転の合図に合わせて動き、ボールの合図で中央のボールを取り合う。

○主運動等



主運動は紙コップ積みリレーを実施(全3回)。班毎に分かれ、制限時間3分の間に10個の紙コップを積んだ高さを競う。スタート位置から2m程の場所にいる他の班の人と体で表現するじゃんけんをし、勝てば先に進みテーブルに紙コップを1個積んで戻る。負けた場合はスタート位置に戻り次の人がスタートする。紙コップが崩れても、他の人が置いた紙コップに触れることはできない。途中作戦タイムを設け、じゃんけんに強い人を選んだり、紙コップの積み方を工夫する等、班で話し合う。



運動の時間を振り返り、班の仲間と協力して意見を出し合い、思いつかないようなコップの積み方をしている班もいて驚いた。自分1人では思いつかないようなことも、チームやクラスの仲間と意見を出し合うことで素晴らしいアイデアが生まれる。1人1人のどんな意見も間違いはないので、恐れずに自分の意見を出すことでチームやクラスに貢献できる。座学の時間は、自分が競技に取り組む中で感じたオリンピックバリューについて話すので、皆は自分事として考える時間にしてほしいと話し、授業終了。

■オリンピック：村上めぐみ先生（バレーボール／ビーチバレーボール）

【出場オリンピック／東京2020大会】

■期 日：2025年6月12日(木)

■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



スライドを見ながら自己紹介。ビーチバレーボール競技は、バレーボール競技と比較するとネットの高さは同じだが、屋外で行われコートが砂であり、ルールも大きく異なる。小学校4年生からバレーボール競技を始め、中学校では全国大会にも出場した。高校ではやらされる部活動ではなく、自分で考える部活動を選んで高校を決めた。大学卒業後は体育教師になることが夢だったが、もっと自分自身を磨きたいと思い、本格的にビーチバレーボール競技に挑戦する覚悟をした。

○個人ワーク等



発問：これからの日常生活で、どんな行動を心掛けたいか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：「どんなにきつい練習も乗り越える。乗り越えられず悔しい思いをしたらまた次のことに挑戦する」等

フレンドシップ：「今日の運動の時間のように、何かをやり遂げた時に仲間とハイタッチをして喜びを分かち合いたい」等

リスペクト：「普段はあまりありがとうと口に出して言えないが、今度の試合で応援してくれる家族に感謝を伝えたい」等



悔しさや怒りを感じる感情は、なぜそうなったかの理由が必ずある。感情を深掘りして自分自身を知ることができると、冷静になれば他人に当たることもなくなる。また、挑戦して失敗することで人は成長するものなので、失敗をしないことが1番良くない。失敗するために挑戦し、何度も立ち上がり挑戦を繰り返すことで、人生が楽しく前進することを、自分はビーチバレーボール競技を通して学んだ。これからもオリンピックバリューを思い出しながら日々の生活を送ってほしいと話し、授業終了。

実施内容

JOCオリンピック教室

■オリンピック：村上めぐみ先生（バレーボール／ビーチバレーボール）

【出場オリンピック／東京2020大会】

■期 日：2025年6月12日(木)

■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



2021年に開催された東京2020大会のビーチバレーボール競技に出場したと自己紹介。小学校4年生からバレーボール競技を始め、途中からビーチバレーボール競技に転向し、昨年現役を引退した。競技生活を通して、勝利することだけではなく大切なことを沢山学んだ。運動の時間は、オリンピックバリューを意識して過ごしてほしい。準備体操の後、2人組になり中間地点にバレーボールを置き、体の部位や回転の合図に合わせて動き、ボールの合図で中央のボールを取り合う。

○主運動等



主運動は紙コップ積みリレーを実施(全3回)。班毎に分かれ、制限時間3分の間に10個の紙コップを積んだ高さを競う。スタート位置から2m程の場所にいる他の班の人と体で表現するじゃんけんをし、勝てば先に進みテーブルに紙コップを1個積んで戻る。負けた場合はスタート位置に戻り次の人がスタートする。紙コップが崩れても、他の人が置いた紙コップに触れることはできない。途中作戦タイムを設け、じゃんけんに強い人を選んだり、紙コップの積み方を工夫する等、班で話し合う。



運動の時間を振り返り、班の仲間と色々な作戦を考え、意見を出し合い協力できていた。オリンピックは、メダル数や結果が取り上げられることが多いが、選手達は出場するまでの過程でオリンピックバリューを意識した行動が自然にできている。皆も同じように運動の時間を過ごすことができていた。座学の時間は、自分がビーチバレーボール競技に取り組んできた経験を話しながら、皆が今後の日常生活でオリンピックバリューをどう活かせるかについて考えていこうと話し、授業終了。

■オリンピック：村上めぐみ先生（バレーボール／ビーチバレーボール）

【出場オリンピック／東京2020大会】

■期 日：2025年6月12日(木)

■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



スライドを見ながら自己紹介。大学卒業後にビーチバレーボール競技に取り組み、国体での優勝を経て日本代表に選出される。世界に挑戦し続ける日々の中で、諦めない心を積み重ねた結果、オリンピックに出場することができた。初めは自分が日本一になる姿を想像できなかったが、今できることを毎日コツコツ積み重ねることに全力を注いだ。また、感謝の気持ちを行動や言動で表すことで相手とお互いに理解し合えることにもつながる。相手の意見をきちんと聞くことでその人の価値がわかる。

○個人ワーク～グループワーク等



発問：これからの日常生活で、どんな行動を心掛けたいか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：「趣味で始めたドラムを続けるために毎日頑張って練習し、縁の下の力持的な存在になりたい」等

フレンドシップ：「テニス部でダブルスを組む相手を理解し尊重したい」等

リスペクト：「テニスの試合で負けても相手に感謝の気持ちを伝えたい」「対戦して良かったと思えるプレーをしたい」等



試合に負けて悔しいが、相手も頑張った仲間と考え、自分に悔しさを経験させてくれたと感謝することで次に進むことができる。日常生活で当たり前だと思うことは、実は当たり前ではないことが多い。周囲の人達や家族の支えがあるからできることが多い。素直にありがとうと感謝の気持ちを伝えることが大切だ。オリンピックバリューを普段の生活にも活かし、心を豊かにし様々な経験を通して自分自身を磨き成長してほしいと話し、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

