

< 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

神奈川県 横浜市立芹が谷中学校

「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：黒須 成美 先生（近代五種）【出場オリンピック／ロンドン2012大会】

■期 日：2025年11月21日（金）

■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



ロンドン2012大会の近代五種競技に出場したと自己紹介。近代五種競技はフェンシング、水泳、馬術、ランニング、射撃の全く異なる5つの競技を1人で行い総合得点を競う。現在馬術種目はオブスタクルと呼ばれる障害物レースに変更されている。運動の時間はベストを尽くし、仲間と協力し合い、ルールを守って取り組んでほしい。準備体操の後、全身を大きく使うダイナミックストレッチを行う。その後、3箇所に分かれタッチ鬼を実施。1回目は右回りで相手を追い、2回目は左回りで追う。

○主運動等



主運動は障害物リレーを実施。近代五種競技をイメージし、5つの種目を行う。1つ目は全力で走り、2つ目はライン上を真っすぐに走る。3つ目は跳び箱を越え、4つ目は1人2個の紙コップを積む。最後の5つ目はスタートラインまで走り次の走者に引き継ぐ。ゴールした順番に1位から10点、2位8点、3位6点、4位4点、5位2点、6位0点を付ける。また、積み重ねたコップの段数にも1段1点の点数を付け、順位点との合計点数を競う。



作戦や練習時間に真剣に考え、意見を出し合い練習する様子は素晴らしい。また、仲間を応援する姿もオリンピックバリューにつながる。紙コップを積み上げる際も、ルールを守り取り組んだことで上手く高く積み上げることが出来たと思う。座学の時間は、運動の時間に意識したことだけではなく、日常でもどんなことがオリンピックの価値に当てはまるかを考え、グループで話し合う時間にしたいと伝え、授業終了。

■オリンピック：黒須 成美 先生（近代五種）【出場オリンピック／ロンドン2012大会】

■期 日：2025年11月21日（金）

■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



映像を見ながら自己紹介と競技紹介をする。近代オリンピックの創始者であるピエール・ド・クーベルタンは、近代五種競技の創設者でもあり、それだけ近代五種競技は歴史が古い。小学校1年生から水泳競技を始めたが、4年生の時にシドニー2000大会を見てオリンピック出場の夢を持ち、近代五種競技を始める。オリンピックでは落馬してしまい、その後、競技を続けるか悩んだ。しかし、家族や仲間の励ましがあり、2年後のアジア大会に挑戦し2位に入賞、諦めなければ必ず結果が付いてくる。

○個人ワーク～グループワーク等



発問①：運動の時間に工夫したことや、気を付けたことを書き出そう。

発問②：日常生活を振り返り、どのようなことが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：①「諦めずに挑戦」「最大の力を出す」、②「自分を超越」「手を抜かない」「くじけない」等
フレンドシップ：①「苦手なことを教え合う」「失敗した仲間を励ます」、②「家事を協力する」「声掛けをする」等
リスペクト：①「ルールを守る」「きちんと話を聞く」、②「挨拶をする」「拍手をする」「支えてくれる家族に感謝」等



オリンピックバリューはオリンピックだけのものではなく、皆の日常生活の中にも沢山ある。スポーツに限らず夢や目標を持つことは、自分が頑張る原動力になる。今まだ夢や目標がない人も、好きなものをとことん好きになり、それを極める途中で同じ志を持つ仲間が見つかり友達の輪が広がり、お互いに感謝する気持ちも増えていく。一生懸命努力する中で自分が進む道も決まってくるので、オリンピックバリューを意識して頑張ってほしいと話し、授業終了。

■オリンピック：黒須 成美 先生（近代五種）【出場オリンピック／ロンドン2012大会】

■期 日：2025年11月21日（金）

■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



ロンドン2012大会に近代五種競技で出場したと自己紹介。近代五種競技はフェンシング、水泳、馬術、ランニング、射撃の全く異なる5つの競技を1人で行い総合得点を競う。運動の時間は体を動かしながら仲間と協力し合って楽しみながら取り組んでほしい。体育委員が前に出て準備体操を行った後、手足を大きく全身を大きく使うダイナミックストレッチを行う。その後、3箇所に分かれタッチ鬼を実施。1回目は右回りで相手を追い、2回目は左回りで追う。

○主運動等



主運動は障害物リレーを実施(全2回)。近代五種競技をイメージし、5つの種目を行う。1つ目は全力で走り、2つ目はライン上を真っすぐに走る。3つ目は跳び箱を越え、4つ目は1人2個の紙コップを積む。最後の5つ目はスタートラインまで走り次の走者に引き継ぐ。ゴールした順番に1位から10点、2位8点、3位6点、4位4点、5位2点、6位0点を付ける。また、積み重ねたコップの段数にも1段1点の点数を付け、順位点との合計点数を競う。



障害物リレーは、ほとんどの班が1回目より2回目の方が点数を伸ばすことができた。皆が全力で取り組み、仲間を一生懸命応援する様子は素晴らしい。座学の時間は、自分のオリンピックに出場するまでの経験や、皆が作戦タイムで考えた工夫や行動が、どのオリンピックバリューに当てはまるかを考える時間にしたい。最後に、持参したフェンシングの剣と射撃で使用する銃を披露し、授業終了。

■オリンピック：黒須 成美 先生（近代五種）【出場オリンピック／ロンドン2012大会】

■期 日：2025年11月21日（金）

■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



映像を見ながら自己紹介。ロンドン大会の始まる約1年前にオリンピック予選を控えていたが、その2か月前に震災に遭い、当時練習拠点だった場所が全部使用できなくなってしまった。以前から交流のあった韓国の選手の協力で、震災5日後には韓国に渡り練習を再開することができ、オリンピック予選に挑むことができた。オリンピック出場を決めた試合では、お世話になった韓国の選手に勝ったことが心苦しく感じたが、その選手が、私の分まで頑張ってくれたことは決して忘れない。

○個人ワーク～グループワーク等



発問①：運動の時間に工夫したことや、気を付けたことを書き出そう。

発問②：日常生活を振り返り、どのようなことが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：①「跳び方を改善する」「コップが崩れても諦めない」、②「苦手教科も諦めない」「行事に全力で取り組む」等
フレンドシップ：①「プラスの声掛け」「仲間の長所を活かし短所をカバー」、②「勉強を教え合う」「言い合える関係作り」等
リスペクト：①「上手なチームを参考にする」「失敗した仲間を責めない」、②「挨拶をしっかりする」「先生や親に感謝」等



オリンピックバリューは、皆の日常生活でも沢山通じるものがある。何事も積極的に取り組むことにより、同じ志を持つ人達とつながり、挑戦を評価してくれる人もでき、仲間と手を取り合って頑張ることが未来の良い世界につながる。また、世界には生きることに必死で勉強や学校に行くことも難しい人もある中で、皆が恵まれた環境にいることを忘れずに、サポートしてくれる先生や家族に感謝の気持ちを持ってほしい。オリンピックバリューを活かし、自分の人生を豊かにしてほしいと話し、授業終了。

■修了証贈呈

