



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

神奈川県 中井町立中井中学校



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4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** : 2022年4月～2023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き
「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** : 目黒 宏直 先生 (バイアスロン)
【出場オリンピック／長野1998冬季大会、ソルトレークシティー2002冬季大会】
- **期 日** : 2022年11月15日(火)
- **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



・バイアスロン競技で長野1998、ソルトレークシティー2002冬季大会の2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：「全力で取り組む」、フレンドシップ：「仲間と協力し合う」、リスペクト：「フェアプレーの精神やルールを守る」と説明。運動の時間を通して、オリンピックバリューを意識してほしいと話す。準備運動はストレッチを行った後、体育館を2周しながら腕回しやスキップ等を行う。その後、主運動のルールを説明。

○主運動 等



・主運動は、「バイアスロンリレー」を実施(全2回)。オリンピックのバイアスロン競技をイメージし、走った後にペットボトルを倒し、全部倒れなかった場合は、ペナルティとして倒れなかった本数分の周回を走るルールにし、6つの班のタイムを競う。途中作戦タイムを設け、タイムを縮めるためにはどうすればよいかを話し合う。生徒からは、「ボールを丁寧に投げる」、「慌てずに投げる」等の意見が出た。



・運動の時間を振り返り、全力で取り組むことは大切だが、何も考えずに取り組むだけでは良い結果には結びつかない。バイアスロンは全力で走った後、呼吸を落ち着かせてから射撃を行う。人生においても、何事も心を落ち着かせて行うことはとても大切だ。近道や早い方法だけを考えた場合と、落ち着いて1つずつ確実に課題に取り組んだ場合では、成果は異なる。座学の時間は、運動の時間で感じたことを皆で話し合いながら、オリンピックバリューについて理解を深めてもらいたいと伝え、授業終了。

- **オリンピック** : 目黒 宏直 先生 (バイアスロン)
【出場オリンピック／長野1998冬季大会、ソルトレークシティー2002冬季大会】
- **期 日** : 2022年11月15日(火)
- **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



・スライドを見ながら自己紹介の後、自身がバイアスロン競技で経験してきたことや、オリンピックに出場するまでに取り組んだことを、オリンピックバリューに結び付けて話すので、皆もオリンピックバリューについて一緒に考えていこうと授業の目的を確認。近代オリンピックの創始者である、ピエール・ド・クーベルタンがつづけたオリンピックシンボルは、世界の5大陸を表し、背景の色を合わせた6色で世界中の国旗が描けると伝える。

○個人ワーク ～ グループワーク 等



発問：夢や目標を達成するために必要なことや、取り組みたいことをオリンピックバリューに当てはめて考えてみよう
 発表：エクセレンス：「ライバルを見つける」「日々の練習から全力で行う」「積極的に行動する」「手を抜かず全力で行う」等
 フレンドシップ：「仲間を大切に」「お互いを高め合う」「相手の気持ちを考える」等
 リスペクト：「周りの環境に感謝する」「仲間へ感謝をする」「お互いの意見を尊重し合う」「思いやりを忘れない」等



・座学の時間を振り返り、夢を持つことによって、日々の生活を頑張ることができる。その夢を叶えるために一番必要なのは、夢を好きになり、一生懸命に行動することだ。これからの人生では、楽しいことも辛いことも沢山あると思うが、絶対に諦めずに努力を続けていけば、必ず夢に近づく。皆のことを思って接してくれる家族や先生、友達等、自分の周りにいる全ての人に感謝をして、オリンピックバリューを忘れずに過ごしてほしいと話し、授業終了。

■ **オリンピック** : 伏見 知何子 先生 (スノーボード／ハーフパイプ) 【出場オリンピック／トリノ2006冬季大会】

■ **期 日** : 2022年11月15日(火)

■ **ク ラ ス** : 2年B組／運動の時間

○自己紹介 ～ 授業の目的確認 ～ 準備体操



・スキー／スノーボードのハーフパイプ種目で、トリノ2006冬季大会に出場したと自己紹介。運動と座学の時間を通して、オリンピックやオリンピックバリューについて考える時間にしてほしいと、授業の目的を確認。オリンピックバリューについて、エクセレンス：「ベストを尽くし頑張る心」、フレンドシップ：「お互いを理解し仲間になる」、リスペクト：「フェアプレー精神」と説明。運動の時間は体を動かし、楽しみながらオリンピックバリューを感じてほしい。準備体操は、体をゆっくり伸ばすスタティックストレッチや体を大きく動かすダイナミックストレッチを行う。

○主運動 等



・準備運動は、「じゃんけん勝ち抜け」を実施(全2回)。2人組でじゃんけんをし、勝った人が次のポイントに進む。制限時間を40秒間とし、何人ゴールできるかを競う。2回目は負けた人が次のポイントへ進むルールに変更する。
 ・主運動は、「8の字跳び」を実施(全3回)。3チームに分かれ、大縄を8の字で跳び、90秒間に跳べた回数を競う。各回開始前に作戦タイムを設け、工夫した点を尋ねると、「縄を回すスピードを上げた」、「回す人を交代した」等の意見が挙がる。



・運動の時間を振り返り、記録を伸ばすために話し合い、作戦を立てて一生懸命取り組んでいた姿が印象的だった。座学の時間は、各チームが立てた作戦が、どのオリンピックバリューに当てはまるかを考えてもらいたい。また、皆が思っているオリンピックシンボルやオリンピックのイメージを聞きながら、自身のオリンピックについての考えや、経験談を話したいと伝え、授業終了。

■ **オリンピック** : 伏見 知何子 先生 (スノーボード／ハーフパイプ) 【出場オリンピック／トリノ2006冬季大会】

■ **期 日** : 2022年11月15日(火)

■ **ク ラ ス** : 2年B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



・自身の競技映像を見ながら、トリノ2006冬季大会にスキー／スノーボードのハーフパイプ種目に出場したと自己紹介。近代オリンピックの創始者であるピエール・ド・クーベルタンが作ったオリンピックバリューは、人生をより良く生きるために必要な価値であり、オリンピックシンボルは、世界の5大陸を表わしていると説明。オリンピックのイメージを尋ねると、「迫力がある」、「カッコいい」等の意見が挙がる。自身が実際に使用しているスノーボードの板を持参し披露。

○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、工夫したことや頑張ったことが、どのオリンピックバリューに当てはまるのか考えてみよう。

発表：エクセレンス：「ベストを尽くした結果、1位になれた」「勝てるように作戦を練った」「疲れていても諦めなかった」「楽しむことを心がけた」等

フレンドシップ：「声掛けをした」「その人の個性を大切にしたい」「失敗しても相手を責めなかった」「皆で協力し合った」等

リスペクト：「他の班が1位になっても拍手ができた」「回数のカウントをごまかさずに数えた」「跳ぶ人のことを考えて回した」「回し手に感謝」等



・座学の時間を振り返り、オリンピックバリューは、オリンピックや一部の特別なアスリートだけのものではなく、皆の勉強や部活動等の学校生活や、日常生活に活かすことができる。毎日小さな目標を立て、一つずつ達成することが大事だ。壁を乗り越えた時に、自分自身を褒めて自信をつけていけば、やがて大きな夢を叶えることができるので、ぜひ諦めずに頑張ってほしいと伝え、授業終了。

■ **オリンピック** : 伏見 知何子 先生 (スノーボード／ハーフパイプ) 【出場オリンピック／トリノ2006冬季大会】

■ **期 日** : 2022年11月15日(火)

■ **ク ラ ス** : 2年C組／運動の時間

○自己紹介 ～ 授業の目的確認 ～ 準備体操



・スキー／スノーボードのハーフパイプ種目でトリノ2006冬季大会に出場したと自己紹介。運動と座学の時間を通して、オリンピックについて考えていきたい。自身のオリンピック出場までの道のりや経験を通して、オリンピックバリューについて、エクセレンス：「ベストを尽くし頑張る心」、フレンドシップ：「理解し合うこと」、リスペクト：「フェアプレー精神」「感謝する心」を感じてほしいと授業の目的を伝える。準備体操は、体をゆっくり伸ばすスタティックストレッチや体を大きく動かすダイナミックストレッチを行う。

○主運動 等



・準備運動は、「じゃんけん勝ち抜け」を実施(全2回)。じゃんけんをして、勝った人が次のポイントに進み、40秒間に4つ目のポイントへ何人ゴールできるかを競う。2回目は負けた人が進むルールに変更。
 ・主運動は、「8の字跳び」を実施(全3回)。ルール説明後、3チームに分かれ作戦タイムを設ける。話し合った内容を尋ねると、「回し方を工夫する」、「ミスをしないように注意し、丁寧に跳ぶ」等の意見が出る。各チームとも、回数を増やすために工夫し、積極的に練習に取り組んだ。



・運動の時間を振り返り、皆が作戦タイムでお互いの意見を出し合い真剣に話し合ったことや、積極的に練習をしたことで気持ちが一つになった。また声を掛け合いながら取り組んでいたことは素晴らしい。座学の時間は、自身のオリンピック出場までの経験を話すので、皆もオリンピックやオリンピックバリューについて考えてほしい。また、8の字跳びで考えた作戦が、どのオリンピックバリューに当てはまるかも考えてほしいと伝え、授業終了。

■ **オリンピック** : 伏見 知何子 先生 (スノーボード／ハーフパイプ) 【出場オリンピック／トリノ2006冬季大会】

■ **期 日** : 2022年11月15日(火)

■ **ク ラ ス** : 2年C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



・トリノ2006冬季大会に、スキー／スノーボードのハーフパイプ種目で出場したと自己紹介。実際に使用しているスノーボードの板を披露。自身が出場した競技映像を見ながら、経験談と競技説明を行う。近代オリンピックの創始者である、ピエール・ド・クーベルタンが作ったオリンピックシンボルは、世界の5大陸を表し、背景の白を合わせた6色で世界中の国旗を描くことができる。オリンピックバリューについて、エクセレンス：「卓越」、フレンドシップ：「友情」、リスペクト：「敬意／尊重」と説明。皆にオリンピックのイメージを尋ねると、「愛」、「勇気」、「平和」等の意見が挙がる。

○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、工夫したことや頑張ったことが、どのオリンピックバリューに当てはまるのか考えてみよう。

発表：エクセレンス：「全力で楽しむ」「次にどうすべきかを考える」「制限時間まで諦めない」「ベストを尽くす」「記録を更新することを意識する」等
フレンドシップ：「協力してアドバイスし合う」「失敗しても責めない」「仲間を信じ、声を掛け合う」「チームの中でアイデアを出し合う」等
リスペクト：「相手の結果にも拍手を送る」「長い時間縄を回してくれた人に感謝する」「ルールを守る」「終了後にお互いが称え合う」等



・座学の時間を振り返り、オリンピックバリューは、一部のアスリートだけのものではなく、多くの人々が共有している。皆の家族や友達同士、勉強や部活動等を全てのことに当てはまる。今後、辛いことや、壁にぶつかったときも、オリンピックバリューを思い出し意識することで乗り越えられ、次の世界が見えてくる。それを繰り返すことで自分に自信が持て、大きな夢の土台になる。これからも諦めずに努力を続けてほしいと伝え、授業終了。

■集合写真

・2年A組



・2年B組



■ 集合写真

・2年C組



■ 記念品贈呈

・2年A組



・2年B組



・2年C組



■ 修了証贈呈

