



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 市原市立辰巳台中学校



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、その榮譽を自覚し、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
(作戦タイム等を受け、
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** : 酒井 友之 先生 (サッカー) 【出場オリンピック/シドニー大会】

■ **期 日** : 2022年5月24日(火)

■ **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



- ・2000年シドニー大会にサッカー日本代表として出場したと自己紹介。友先生と呼んでほしいと伝え、オリンピックバリューに触れ、オリンピックについて考える時間にしてほしいと、授業の目的を確認。
- ・運動の時間は体を動かし、皆で楽しく過ごしたいので、元気に取り組んでほしいと話し、準備体操に移る。
- ・スキップ、サイドステップ等を入れながら、体育館を軽く走る。その後、友先生の動きを真似する、反応チェックゲームを実施。

○主運動 等



- ・準備運動では、2人組でサッカーボールを使った運動(体の一部を触ってからキャッチ、足で挟んだボールをキャッチ、後ろ向きでパス&キャッチ、追いかけてドリブル、ボール引き)を実施。
- ・主運動は①ボール送りリレー(全2回)を実施。1列に並び体の左右交互から順にボールを渡す。②4人組でボールonボール運びリレー(全2回)を実施。3人が4つのボールを横んで持ちジグザグに走る。もう一人は側について落ちたボールを拾う役目をする。



- ・運動の時間を振り返り、いくつもルールがあったが、皆で守りながら一生懸命取り組んでくれて良かった。作戦タイムで皆で話し合った時間は、お互いのことを考えるととても大事な時間だったと話す。
- ・座学の時間は、運動の時間に感じたオリンピックバリューを思い出しながら、皆で考えていこうと伝え、授業終了。

■ **オリンピック** : 酒井 友之 先生 (サッカー) 【出場オリンピック/シドニー大会】

■ **期 日** : 2022年5月24日(火)

■ **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



- ・オリンピック出場時の映像を見ながら、競技の説明をする。現在はクラブチームでコーチをしていると自己紹介。
- ・近代オリンピックの創始者、ピエール・ド・クーベルタンについて説明、オリンピックシンボルは5大陸を表わし、使用されている6色で世界の国旗を描くことができると伝える。
- ・オリンピックに出場するまでの苦労やオリンピック出場時に感じたことをオリンピックバリューに結び付けて話す。

○個人ワーク ~ グループワーク 等



- 発問：運動の時間でどんな行動をとったか、どんな考えや想いがあったかを振り返り、そのことがどのオリンピックバリューに繋がるか考えよう。
- 発表：エクセレンス：「最後まで諦めない」「一生懸命取り組む」「苦手なことでも頑張る」等
 フレンドシップ：「皆で協力する」「仲間のミスをかばう」「声を掛け合う」「皆で楽しく取り組む」等
 リスペクト：「相手チームに拍手を送る」「相手を尊敬する」「相手のことを思って行動する」等



- ・座学の時間を振り返り、皆も今後の生活の中で様々な困難や辛いことにぶつかることがあると思う。困難の壁は大きければ大きいほど乗り越えたときの達成感や喜びは大きい。壁を乗り越えることで自分の成長に繋がり、その高い壁は自分を守ってくれる盾になる。すべての経験がいつか自分を助けてくれる。すべてのことに一生懸命、目の前にあることを頑張る気持ちを持ってほしい。いつも周りの人が必ず助けてくれるので、人に接するときは感謝の気持ちを忘れずにいてほしいと伝え、授業終了。

■ **オリンピック** : 千田 健太 先生 (フェンシング) 【出場オリンピック／北京大会、ロンドン大会】

■ **期 日** : 2022年5月24日(火)

■ **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



- ・オリンピックはメダルに注目されがちだが、オリンピックが持つオリンピックバリューについて、運動、座学の時間を通して考えたいと、授業の目的を確認。
- ・東京2020大会で、フェンシング日本代表チームが金メダルを獲得し、フェンシングはフランス発祥のスポーツだが、近年アジアも強くなっていると話す。
- ・風船を付けた防具を代表生徒が着用し、デモンストレーションを披露。その後、準備体操に移る。

○主運動 等



- ・準備体操後、じゃんけん勝ち抜けを実施(全2回)。2人でじゃんけんをし、勝った人が次のコーンに進む。負けたらスタート位置に戻り再度じゃんけんをする。40秒間で何人がゴールできるかを競う。2回目は負けた人が次のコーンに進めるルールに変更して実施。
- ・フェンシングの構えや動きを練習。最初の構えを「アンガルド」、前進を「マルシェ」、後進を「ロンペ」とフランス語で伝える。



- ・主運動は3種目のリレーを実施(全3回)。①マルシェ、ロンペの姿勢で新聞紙を手で押しながら走る。②マルシェ、ロンペの姿勢で新聞紙を頭の上に乗せて走る。新聞紙が落ちたら、その場で3回ジャンプする。③2人組で前後になり、新聞紙の上にバスケットボールを乗せ、マルシェ、ロンペの姿勢で走る。ボールは手渡しせず新聞紙に乗せたまま次の組に渡す。
- ・座学の時間はオリンピックやオリンピックバリューについて、さらに深く考えていきたいと伝え、授業終了。

■ **オリンピック** : 千田 健太 先生 (フェンシング) 【出場オリンピック／北京大会、ロンドン大会】

■ **期 日** : 2022年5月24日(火)

■ **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、将来サッカー選手になる夢があったが、中学1年生の時にフェンシングを始め、北京、ロンドン大会の2大会に出場し、ロンドン大会では団体で銀メダルを獲得したと自己紹介。
- ・近代オリンピックの創始者、ピエール・ド・クーベルタンはオリンピックは平和の祭典であると提唱し、オリンピックシンボルは5つの大陸の結びつきを表わす。
- ・オリンピックバリューはエクセレンス：「卓越」「努力する」「ベストを尽くす」、フレンドシップ：「友情」「絆」、リスペクト：「敬意」「尊重」だと説明する。

○個人ワーク～グループワーク等



- 発問：夢や目標を達成する為に、オリンピックバリューをどのように活かせるか考えよう。
- 発表：エクセレンス：「テストの順位や点数の目標に向かって努力する」「何事も全力で取り組む」「失敗しても諦めない」等
- フレンドシップ：「先輩として後輩を引っ張る」「ペアと支え合う」「部活動で友達にいつも声を掛ける」等
- リスペクト：「常に友達や家族に感謝する」「ペアの気持ちを考える」等



- ・運動と座学の時間を振り返り、オリンピックバリューを忘れないでほしいと話す。先生自身も今振り返ると、オリンピックバリューが人生の中に欠かせないものだ改めて思う。皆もこれから夢や目標に向かって進む中で、様々な経験や大きな選択をすると思うが、オリンピックバリューを思い出し、色々なことを乗り越えてほしい。より良い人生を送れるように応援していると伝え、授業終了。

■ **オリンピック** : 千田 健太 先生 (フェンシング) 【出場オリンピック／北京大会、ロンドン大会】

■ **期 日** : 2022年5月24日(火)

■ **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



- ・自己紹介後、オリンピックはメダルを獲得ことや、世界一を目指す大会のイメージがあるが、それだけではなくオリンピックバリューの3つの価値、エクセレンス：「卓越」「努力」、フレンドシップ：「友情」、リスペクト：「尊敬」「敬意」について、運動と座学の時間を通して皆と一緒に考えていきたいと、授業の目的を確認。
- ・風船を付けた防具を代表生徒が着用し、デモンストレーションを実施。その後、準備体操に移る。

○主運動 等



- ・準備体操後、じゃんけん勝ち抜けを実施(全2回)。2人でじゃんけんをし、勝った人が次のコーンに進む。負けたらスタート位置に戻り再度じゃんけんをする。40秒間で何人がゴールできるかを競う。2回目は負けた人が次のコーンに進めるルールに変更して実施。
- ・フェンシングの構えや動きを練習。最初の構えを「アンガルド」、前進を「マルシエ」、後進を「ロンペ」とフランス語で伝える。
- ・主運動は3種目のリレーを実施。①マルシエ、ロンペの姿勢で新聞紙を手で押しながら走る。



- ②マルシエ、ロンペの姿勢でマーカーを頭の上に乗せて走る。マーカーが落ちたら、その場で3回ジャンプする。③2人組で前後になり、新聞紙の上にバスケットボールを乗せ、マルシエ、ロンペの姿勢で走る。ボールは手渡しせず新聞紙に乗せたまま次の組に渡すように伝える。
- ・座学の時間はオリンピックやオリンピックバリューについて、さらに深く考えていきたいと伝え、授業終了。

■ **オリンピック** : 千田 健太 先生 (フェンシング) 【出場オリンピック／北京大会、ロンドン大会】

■ **期 日** : 2022年5月24日(火)

■ **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



- ・フェンシング日本代表として2008年北京大会、2012年ロンドン大会に出場し、ロンドン大会では団体銀メダルを獲得したと自己紹介。
- ・近代オリンピックはピエール・ド・クーベルタンによって平和の祭典として創設され、オリンピックシンボルの5つの輪は5大陸を意味し、使用されている6色で世界の国旗を描くことができると説明。
- ・皆の日常生活をオリンピックバリューに当てはめて考えようと、授業の目的を伝える。

○個人ワーク ～ グループワーク 等



- 発問：日常生活(部活、勉強、習い事等)にオリンピックバリューをどのように活かせるか考えよう。
- 発表：エクセレンス：「部活で良い成績を残せるように全力で取り組む」「日頃から何事も頑張る」「最後まで諦めず全力を尽くす」等
 フレンドシップ：「友達の違う意見を理解する」「互いに教え合い、励まし合う」「友達を思いやる」「人の気持ちを考える」等
 リスペクト：「ルールを守り規則正しい生活をする」「試合のときは対戦相手に感謝する」「家族に感謝する」等



・先生自身の競技人生を振り返ると、オリンピックバリューの3つの価値「エクセレンス」「フレンドシップ」「リスペクト」が凝縮されていたと改めて感じた。人生をより良く生きる為に大事な言葉なので、皆もオリンピックバリューの3つの価値を頭の片隅において、今日の運動と座学の時間を忘れないでほしいと話し、授業終了。

■オリンピック：千田 健太 先生 (フェンシング)【出場オリンピック／北京大会、ロンドン大会】

■期 日：2022年5月25日(水)

■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



- ・自己紹介の後、オリンピックは世界平和の願いを込めて作られたと話す。3つのオリンピックバリューに触れ、運動の時間は、体を動かしながらオリンピックバリューを意識しながら取り組んでほしいと、授業の目的を確認。
- ・東京2020大会で、フェンシング日本代表チームが金メダルを獲得し、フェンシングはフランス発祥のスポーツだが、近年アジアも強くなっていると話す。
- ・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は次のコーナーに進めるルール。2回目は負けた人が進めるルールに変更。

○主運動等



- ・フェンシングの構えや動きを練習。最初の構えを「アンガルド」、前進を「マルシェ」、後進を「ロンベ」とフランス語で伝える。
- ・主運動は3種目のリレーを実施。①マルシェ、ロンベの姿勢で新聞紙を手で押しながら走る。②マルシェ、ロンベの姿勢でマーカーを頭の上に乗せて走る。新聞紙が落ちたら、その場で3回ジャンプする。



- ③2人組で前後になり、新聞紙の上にバスケットボールを乗せ、マルシェ、ロンベの姿勢で走る。ボールは手渡しせず新聞紙に乗せたまま次の組に渡すように伝える。
- ・運動の時間を振り返り、自然と仲間を応援する姿勢は素晴らしかった。座学の時間はオリンピックやオリンピックバリューについて、さらに深く考えていきたいと伝え、授業終了。

■ **オリンピック** : 千田 健太 先生 (フェンシング) 【出場オリンピック/北京大会、ロンドン大会】

■ **期 日** : 2022年5月25日(水)

■ **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



- ・オリンピックバリューについて、エクセレンス：「卓越」「一生懸命頑張る」「全力で取り組む」、フレンドシップ：「友情」「チームワーク」「仲間」、リスペクト：「相手を思いやる」「敬意」「フェアプレー」「感謝」「ルールを守る」と説明。
- ・映像を見ながら、自己紹介と競技の説明をする。競技人生の経験談が、オリンピックバリューに繋がると話す。
- ・皆の日常生活の中で、オリンピックバリューがどんなことに活かせるか考えてみよう伝え、個人ワークに移る。

○個人ワーク ~ グループワーク 等



- 発問：日常生活(部活、勉強、習い事等)にオリンピックバリューをどのように活かせるか考えよう。
- 発表：エクセレンス：「部活の筋トレを頑張る」「勉強も部活も全力を尽くす」「負けていても、最後まで全力で楽しむ」等
- フレンドシップ：「お互いを理解し合う」「相手を思う」「友達を理解する」「友達をつくる」「チームメイトと協力する」等
- リスペクト：「家族に感謝する」「校則を守る」「先生に感謝する」「支えてくれる両親に感謝する」等



- ・皆の発表を聞いて、日常生活の中で身近な人達との関わり方を強く感じた。先生自身も競技人生を振り返り、オリンピックバリューの3つの価値が人生にとって欠かせないものだ改めて感じた。これから様々な人生を歩んでいくと思うが、今日学んだことを頭の片隅に置いて生活してほしい。これから色々な世界で活躍できるように心から応援していると伝え、授業終了。

■ **オリンピック** : 千田 健太 先生 (フェンシング) 【出場オリンピック／北京大会、ロンドン大会】

■ **期 日** : 2022年5月25日(水)

■ **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



- ・自己紹介の後、オリンピックは、世界平和の願いが込められた大会であり、3つのオリンピックバリューには、エクセレンス：「努力する」「諦めない」「全力で頑張る」、フレンドシップ：「協力する」「仲間を理解する」、リスペクト：「尊敬」「フェアプレー」の意味があると説明。
- ・運動の時間を通して、オリンピックバリューを感じてほしいと、授業の目的を伝える。
- ・風船を付けた防具を代表生徒が着用し、デモンストレーションを実施。その後、準備体操に移る。

○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は次のコーナーに進めるルール。2回目は負けた人が進めるルールに変更。
- ・フェンシングの構えや動きを練習。最初の構えを「アンガルド」、前進を「マルシェ」、後進を「ロンペ」とフランス語で伝える。
- ・主運動は3種目のリレーを実施。①マルシェ、ロンペの姿勢で新聞紙を手で押しながら走る。②マルシェ、ロンペの姿勢でマーカーを頭の上に乗せて走る。新聞紙が落ちたら、その場で3回ジャンプする。



- ③2人組で前後になり、新聞紙の上にバスケットボールを乗せ、マルシェ、ロンペの姿勢で走る。ボールは手渡しせず新聞紙に乗せたまま次の組に渡すように伝える。
- ・座学の時間は、オリンピックやオリンピックバリューについて、さらに深く考えていきたいと伝え、授業終了。

■ **オリンピック** : 千田 健太 先生 (フェンシング) 【出場オリンピック／北京大会、ロンドン大会】

■ **期 日** : 2022年5月25日(水)

■ **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



- ・オリンピックシンボルは世界の5大陸を表わし、背景の白を含む6色で世界の国旗が描ける。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、オリンピックは単に世界一を決める大会ではなく、お互いを理解し友情を育むことによって世界平和の実現を願った。
- ・映像を見ながら、フェンシングの競技ルールを説明、中学1年生の時にフェンシングを始め、2つのオリンピック大会に出場するまでの経験談を話す。
- ・オリンピックバリューを皆の日常生活でどのように活かせるか考えようと、個人ワークに移る。

○個人ワーク ～ グループワーク 等



- 発問：日常生活(部活、勉強、習い事等)にオリンピックバリューをどのように活かせるか考えよう。
- 発表：エクセレンス：「体育祭を全力で取り組む」「勉強を頑張ってテストで良い点数を取る」「目標に向かってベストを尽くす」等
 フレンドシップ：「文化祭で皆で協力する」「部活動は団体スポーツなのでチームメイトと仲良く良い雰囲気をつくる」「友達と教え合う」等
 リスペクト：「ライバル心を持ちながらも、ルールを守り最後まで戦う」「いつもお世話になっている人に感謝する」「学校のルールを守る」等



・オリンピック教室を通して、オリンピックやオリンピックバリューについて皆で考え話し合ってもらったが、皆の発表を聞き、しっかり理解してくれたと感じ嬉しい。先生自身も競技生活を振り返ると、オリンピックバリューをととても大切にしてきたと思う。これからもオリンピックバリューを頭の片隅に置いて、今日の気持ちを忘れないでほしい。これからもより良い学校生活を送るために、今日学んだことを活かしてほしいと伝え、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

