



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 富津市立天羽中学校



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5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 : 2023年4月～2024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：千葉 真子 先生（陸上競技／長距離）【出場オリンピック／アトランタ1996大会】

■期 日：2023年6月28日(水)

■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



・陸上競技／長距離種目でアトランタ1996大会に出場したと自己紹介。生徒に憧れの選手はいるかと問い掛け、サッカー選手等の名前が挙がる。次のオリンピックは、来年にフランスのパリで開催されるので、今日の授業を通してオリンピックをより身近に感じてほしい。速く走る方法として、背筋を伸ばし深く息を吸える姿勢で体幹を意識し、速さに応じて腕の振り方を変えること、息を吐き出すことを強調して呼吸をすることの3つのポイントについて、先生の見本を見ながら実践してみる。

○主運動等



・主運動は「きずなりレー」を実施(全3回)。各チーム2人組でハチマキの両端を持って進み、15m、折り返しの30m、45mにあるコーンを1周する。スタートへ戻り、次の2人へハチマキを渡してリレーをつなぎ、最終組がゴールするまでの速さを競う。1回目実施後、オリンピックバリューについて、エクセレンス：「卓越」「ベストを尽くす」、フレンドシップ：「友情」「チームワーク」「諦めない」、リスペクト：「敬意／尊重」「フェアプレー精神」と紹介。2回目以降は、3つの価値を基に作戦を立ててみよう伝え、作戦タイムを設けた。3回目は、スタート地点のコーンを1周してから進むルールに変更して実施。



・運動の時間では、全チームがオリンピックバリューを取り入れた作戦を考え、意識して実行できた。オリンピックバリューがオリンピックのものだけではなく、皆の身近にも存在しているのを感じてくれたと思う。オリンピックシンボルについて、皆が着用したピブスの色と同じく、5つの輪の色と背景の白で、世界の国旗を描くことができ、世界は1つという意味が込められている。運動の時間で行ったきずなりレーを通して、2年A組の絆がより深くなり、1つになったと称え、授業終了。

■オリンピック：千葉 真子 先生（陸上競技／長距離）【出場オリンピック／アトランタ1996大会】

■期 日：2023年6月28日(水)

■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



・陸上競技10000mでアトランタ1996大会に出場したと自己紹介。オリンピックは特別な人と思われるが、自分は高校生から本格的に陸上競技を始め、時間が掛かっても諦めずに努力を続け、小さな目標を1つずつ確実に達成していくことで、駅伝やオリンピックへの出場を果たした。皆も将来大きな可能性を持っているので、これからの出会いを大切に、夢になれる事を見つけたら挑戦してほしい。何かを変えないと未来は変わらないので、失敗を恐れずに、勇気を持って一步踏み出すことが大切だ。

○個人ワーク～グループワーク等



発問：①体育祭で感じたことをオリンピックバリューに当てはめて具体的に考えてみよう。
 ②2学期の目標を考え、達成のためにはどうすればよいか、オリンピックバリューに当てはめて具体的に考えてみよう。
 発表：エクセレンス：①「練習で負けていたときの悔しさをバネに本番で全力を尽くせた」②「努力していい合唱を作る」等
 フレンドシップ：①「負けていてもプラスの声掛けができた」②「フレンドシップを意識して合唱の優秀賞を獲る」等
 リスペクト：①「大縄で作戦を共有し合い勝つことができた」②「関わりや声掛け等お互いに感謝しながら支え合う」等



・最初から良い成績を残すオリンピック選手はおらず、多くの壁を乗り越えたからこそ、達成感や感動が生まれる。オリンピック出場権を逃し、ショックで部屋に引きこもった事もあったが、自分の人生の主役は自分だと気持ちを切り替えて練習を再開し、次のオリンピックに出場することができた。皆も生活する中で、辛くなったり、周りが見えなくなることがあると思うが、今日学んだオリンピックバリューの3つの価値や、周りに仲間がいることを思い出し、生きる力につなげてもらいたいと伝え、授業終了。

■オリンピック：千葉 真子先生（陸上競技／長距離）【出場オリンピック／アトランタ1996大会】

■期 日：2023年6月28日(水)

■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



・陸上競技／長距離で、アトランタ1996大会に出場したと自己紹介。憧れの選手や取り組んでいる競技について問い掛け、生徒からは野球選手やソフトテニス競技が挙がる。今日の授業を通して、皆が好きな選手や競技ともつながりのあるオリンピックやその価値について、少しでも身近に感じてもらいたいと授業の目的を確認。準備体操後、速く走る方法として、基本姿勢、腕の振り方、呼吸法の3つのポイントが重要であると動作を交えながら解説し、この後のリレーでも意識してやってみよう伝える。

○主運動等



・主運動は「きずなりリレー」を実施(全3回)。各チーム2人組でハチマキの両端を持って進み、15m、折り返しの30m、45mにあるコーンを1周する。スタートへ戻り、次の2人へハチマキを渡してリレーをつなぎ、最終組がゴールするまでの速さを競う。1回目終了後、オリンピックバリューのエクセレンス：「卓越」「諦めない」「努力する」、フレンドシップ：「友情」「協力」「思いやり」、リスペクト：「敬意／尊重」「ルールを守る」を紹介し、3つの価値を活かした作戦を考え、2回目以降実施。



・運動の時間を振り返り、オリンピックバリューを意識しながら工夫することで、タイムが大幅に縮み、良い結果を生み出すことができた。視覚障がい者が伴走者と共に走る競技の疑似体験を通して、声を掛けたり、仲間を思いやることの大切さを改めて感じたと思う。オリンピックシンボルについて、世界が1つであることを表現する平和の象徴だと紹介し、座学の時間では、自分がどのような経験をしてきたのかをオリンピックバリューに当てはめて話し、皆と一緒に考えたいと伝え、授業終了。

■オリンピック：千葉 真子 先生（陸上競技／長距離）【出場オリンピック／アトランタ1996大会】

■期 日：2023年6月28日(水)

■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



・自己紹介後、2003年の世界陸上競技大会の団体に獲得した金メダルを披露。怪我をした際、トレーニングに工夫を凝らし、努力を続け、タイムを大きく伸ばすことができた経験には、オリンピックバリューの「エクセレンス」を感じた。1人で長距離を走るのが辛くても、ゴール時には自分を支えてくれる人達と最高の笑顔で喜び合いたいと「ベストスマイル」の言葉を掲げて取り組んだ。そこには、オリンピックバリューの「エクセレンス」「フレンドシップ」「リスペクト」が存在していると話す。

○個人ワーク～グループワーク等



発問：①体育祭で感じたことをオリンピックバリューに当てはめて具体的に考えてみよう。

②2学期の目標を考え、達成のためにはどうすればよいか、オリンピックバリューに当てはめて具体的に考えてみよう。

発表：エクセレンス：①「応援の振り付けを家や休み時間でも練習した」②「合唱集会で人任せにしない」等

フレンドシップ：①「全員で諦めずに取り組めた」②「体育祭の取り組みを活かし、合唱集会も皆で団結と協力」等

リスペクト：①「長縄でプラスの声掛けができた」②「部活や委員会で2年生が学校の中心になるので、手本となる」等



・皆の発表を聞き、体育祭で最初は上手く行かなかったことも仲間と協力し、一生懸命努力や工夫をすることで、本番で優勝できたことは素晴らしく、オリンピックバリューに通じる経験だと話す。試練にぶつかった時、うつむくこともあるかもしれないが、人生の主役は自分自身なので、辛い時はオリンピックバリューを思い出し、自分を大切にして頑張してほしい。来年のパリ2024大会では、選手が乗り越えてきた苦労や努力を想像しながら応援し、更にオリンピックを身近に感じてほしいと伝え、授業終了。

■集合写真

・2年A組



・2年B組



■記念品贈呈

・2年A組



・2年B組



■修了証贈呈

