



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

岡山県 岡山市立足守中学校



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：衛藤 昂 先生（陸上競技 走高跳）

【出場オリンピック／リオデジャネイロ2016大会、東京2020大会】

■期 日：2023年12月20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



・リオデジャネイロ2016大会、東京2020大会に陸上競技の走高跳種目で出場したと自己紹介。自己ベストは2m30cmだと話し、実際の高さを壁に貼った印で示す。オリンピックバリューについて説明し、運動の時間はリレーを通して仲間と協力しながら記録を更新することでオリンピックバリューを体感してほしい。準備運動はペアで体幹運動やストレッチを行った後、ジャンプ運動、その後ラダーを使ってトレーニングを実施。

○主運動 等



・主運動は「障がい物リレー」を実施(全3回)。5つの班に分かれ、往路はマーカーを両足ジャンプで跳び越え折り返し、復路はラダーの内側と外側に片足ずつ置いて跳ぶスラロームジャンプで進む。スタート地点に戻りコーンにタッチしたら次の走者がスタートする。最後の走者がゴールしたら全員が座り、タイムで着順を競う。途中、作戦タイムを設け各班でタイムを更新する工夫を話し合う。



・運動の時間を振り返り、回数を重ねる度にタイムを更新できたことはエクセレンス。班で一糸懸命作戦を考え声掛けができたことはフレンドシップ。全員で頑張ろうという気持ちが伝わったことはリスペクトだ。クラスの信頼関係がリレーの結果に表れていて素晴らしい。座学の時間は、自身の経験を話すので、皆にとつてのオリンピックバリューを運動の時間を振り返りながら、もう一度しっかり考える時間にしたいと伝え、授業終了。

- **オリンピック**：衛藤 昂 先生 (陸上競技 走高跳)  
【出場オリンピック／リオデジャネイロ2016大会、東京2020大会】
- **期 日**：2023年12月20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



・映像を見ながら自己紹介。オリンピックが開催されるまでには多くの人がオリンピックに携わったが、中でも日本にオリンピックを招致したオリンピックの父とも言われる嘉納治五郎氏を紹介し、オリンピックの歴史を話す。実際に自身が身に付けていたウェア、シューズ等を披露。オリンピックバリューは皆の日常生活の中にあることを知り、今後の生活に役立ててほしいと話す。

○個人ワーク～グループワーク等



発問：日常生活の中で感じるオリンピックバリューはどんなことだろう。  
 発表：エクセレンス：「テストで良い点数がとれるようになった」「部活の試合で勝つことが増えた」「タイムが伸びない時、自分に何が必要かを考えた」「速いボールを投げられるようになった」「部活が楽しいと思えるようになった」等  
 フレンドシップ：「友達と一緒にサーブの練習に励んだ」「シュート方法を友達と教え合う」「友達と問題を解いた」等



・座学の時間を振り返り、日常生活からオリンピックバリューを見つけ出しきちんと発表できている。今までできなかったことがいつの間にかできるようになったという意見が多かったが、成長の過程で必ず努力したり、仲間と協力し合う中で、無意識のうちに成長できたということは、楽しみながら取り組んでいる証拠だ。得意なことや好きなことを見つけ、自分の能力を伸ばす努力をこれからも続けてほしいと話し、授業終了。

■集合写真

・2年A組



■記念品贈呈

・2年A組



■修了証贈呈

