

## < 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

山梨県 富士吉田市立富士見台中学校



## 「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)



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：田山 寛豪 先生（トライアスロン）

【出場オリンピック／アテネ2004、北京2008、ロンドン2012、リオデジャネイロ2016大会】

■期 日：2025年10月3日(金)

■ク ラ ス：1・2学年合同／運動の時間

○自己紹介 ～ 授業の目的確認 ～ 準備体操



アテネ2004、北京2008、ロンドン2012、リオデジャネイロ2016大会の4大会に、トライアスロン競技で出場したと自己紹介。トライアスロン競技は、水泳、自転車、ランニング種目を1人で行う競技で、シドニー2000大会から正式競技となった。オリンピックバリューについて説明した後、準備体操を行う。その後、仰向けの姿勢で片足ずつ足の付け根から上下にゆっくり動かす運動や、立って両腕を左右に広げた姿勢で肩を前後に回す運動等、体幹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つのマーカーの間をS字に走り、折り返し地点を回り、2台のミニハードルを跳び越えてスタート地点に戻ったら次の人がスタート。班の全員がゴールしたタイムで順位を競う。障がい物を蹴ったり倒したりした場合は、走者が自分で元に戻す。途中で作戦タイムを実施し、タイムを縮める方法を考える。各班に作戦を尋ねると、最後の直線まで全力で走る、マーカーをなるべく小さな動きで回る、ハードルを跳ぶのではなく1歩で越えるように走った等と答える。



運動の時間を振り返り、どの班も回数を重ねるごとにタイムが更新されていて素晴らしい。自分のなかで上手いかわないかと思っても、仲間が支えてくれたことを感じられたと思う。課題を克服するために最後まで頑張って取り組むことができていたのは、オリンピックバリューに当てはまる。この一生懸命に取り組む姿勢はこれからの人生にも繋がっていくので、今日の授業の体験を忘れずに、今後の体育の授業や部活の新人戦などに取り組んでほしいと話し、授業終了。

■オリンピック：田山 寛豪 先生（トライアスロン）

【出場オリンピック／アテネ2004、北京2008、ロンドン2012、リオデジャネイロ2016大会】

■期 日：2025年10月3日(金)

■ク ラ ス：1・2学年合同／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。中学生の時は水泳部に所属していたが、身長が低く才能もないと諦めていた。トライアスロン競技を始めてからはオリンピックの舞台に立つという夢が見つかり、その夢を実現するために1回1回の練習に対して自分が苦手なことも自ら真剣に取り組むようになった。運動でも勉強でもそうだが、指示されたことを仕方なくやっている時は上達しない。競技を続ける中では辞めたいと思うこともあったが、自分の立てた目標や夢を思い出すことで、諦めずに頑張ることができた。

○個人ワーク ～ グループワーク 等



「夢の実現に向けて」3つの発問について自分で考え、それをグループで共有し、皆で考えよう。

発問①「今取り組んでいること」：「部活の大会に向けて練習を頑張る」「合唱祭に向けて歌や伴奏の練習」「習い事」「勉強」等

発問②「大切にしていること」：「少しの時間でも毎日続ける」「後悔しないように工夫する」「仲間と支え合う」等

発問③「夢を実現した時の自分はどんな自分か」：「成長した自分」「見てくれた人を笑顔にできる」「自信が持てる」等



グループワークでは、自分自身の夢を考え、お互いの夢を共有することで、お互いを尊重する体験ができたと思う。上手いかわないことがあっても乗り越えようと努力することで成長できる。成長の過程では、向き合っている課題について深く考えたり繰り返し挑戦したりすることが大切だ。自分の人生は自分にしか変えることができないが、自分でならば変えることができる。自分の可能性を信じて、夢を実現した時の自分に出会えることを目指してほしいと話し、授業終了。

■集合写真



■記念品贈呈



■修了証贈呈

