

< 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

群馬県 太田市立強戸中学校

「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：坂本 清美 先生（バレーボール）【出場オリンピック／アトランタ1996大会】

■期 日：2025年10月1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



アトランタ1996大会にバレーボール競技で出場したと自己紹介。当時、現在のようなラリーポイント制ではなくサイドアウト制のルールでリベロというポジションも無かった。1人1個バレーボールを持ち、体の周りを転がしながらストレッチ等を実施。その後、頭上にボールを投げて背面でキャッチ、背面から投げて体の前でキャッチ、股下から投げて体の前でキャッチする。次に2人組になりお互い同時にボールを投げてキャッチ、グループになり頭上に投げた隣の人のボールをキャッチする等を実施。

○主運動等



1人ずつ直上パスの練習と2人組のオーバーハンドパスとアンダーハンドパスの練習を行う。その後班毎に分かれ円陣パス競争を実施(全2回)。ボールを落とさずに2分間で連続してパスできた最高回数を競う。ボールを落とした場合は最初から数え直す。途中作戦タイムを設け、回数を増やす工夫を話し合い、2回目の目標回数を決める。相手がどんなボールだったら取りやすいか、上手くパスをつなげるためにどんな声掛けが必要か等、フレンドシップや協力する気持ちを持って取り組んでほしい。



円陣パス競争の作戦を尋ねると、ボールが怖いと感じる仲間のために皆で走ってカバーしたと答える。仲間を思い協力して取り組めたことはフレンドシップだ。また、途中でボールを落としても最後まで諦めることなく挑戦を続けたことはリスペクトにつながりとても素晴らしい。座学の時間は、運動の時間を振り返り、皆がとった行動や感じたことから更にオリンピックバリューを学ぼうと話し、授業終了。

■オリンピック：坂本 清美 先生（バレーボール）【出場オリンピック／アトランタ1996大会】

■期 日：2025年10月1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



小学校5年生からバレーボール競技を始め、中学校、高校、実業団で競技を続けた。部活動を始めた頃、先生や先輩に強く指導されたり大きな声を出すように言われることが嫌で、部活動に行けない時期もあった。その経験があったから、周りの人の気持ちを考えて行動し、相手にとってどんな声掛けが必要かを考えるようになった。また、常に全力で取り組むことを心掛けた。バレーボール競技はチームスポーツだからこそ、お互いを理解すること、感謝することが大切だ。特に両親には感謝している。

○個人ワーク ～ グループワーク 等



発問：運動の時間に感じたことや、今後の日常生活で活かしたいことを、オリンピックバリューに当てはめてみよう。

発表：エクセレンス：「ボールが落ちそうになっても諦めずに拾った」「皆で話し合ったことを実践した」「楽しく全力」等

フレンドシップ：「真ん中のボールを誰が取るか声を出した」「仲間のためにプレーできた」「お互いを理解し合えた」等

リスペクト：「ルールを守る」「感謝の言葉を忘れない」「感謝の気持ちを大切にする」「当たり前と思わずに感謝する」等



グループワークの発表は、皆が運動の時間を全力で取り組んでいたことが伝わり素晴らしい。新しいことに挑戦すると失敗することもあるが、怖がらずに挑戦することが大切だ。これから様々なことに挑戦し沢山失敗してほしい。これから生きていく中で、楽しい時間より辛く苦しいと感じる時間の方が圧倒的に多いと思う。苦しい時は1人で悩まずに、友達や先生等の相談できる人と協力し乗り越えてほしい。自分なりの一生懸命で良いので、これからも頑張っていてほしいと話し、授業終了。

実施内容

JOCオリンピック教室

■オリンピック：坂本 清美 先生（バレーボール）【出場オリンピック／アトランタ1996大会】

■期 日：2025年10月1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



アトランタ1996大会にバレーボール競技で出場したと自己紹介。運動と座学の時間を通して、オリンピックに出場した経験とバレーボール競技の楽しさを伝えたい。1人1個バレーボールを持ち、体の周りを転がしながらストレッチ等を実施。その後、頭上にボールを投げて背面でキャッチ、背面から投げて体の前でキャッチ、股下から投げて体の前でキャッチする。次に2人組になりお互い同時にボールを投げてキャッチ、グループになり頭上に投げた隣の人のボールをキャッチする等を実施。

○主運動等



主運動は円陣パス競争を実施(全2回)。ボールを落とさずに1分間で連続してパスできた最高回数を競う。ボールを落とした場合は最初から数え直す。途中作戦タイムを設け、回数を増やす工夫を話し合う。2回目は制限時間を2分間に延ばす。挑戦をしなければ成功はないので失敗を気にせずに挑戦してほしい。仲間やパスをする相手がどうすれば取りやすいか、苦手な友達にどのように声を掛けたらよいか等、考えフレンドシップを意識しながら取り組んでほしい。



円陣パス競争の作戦を尋ねると、パスをする前に渡す相手の名前を呼んだ、ボールを上にあげる意識をする、パスを回す順番を考えた等と答える。作戦が上手くいった班もそうでなかった班もあったと思うが、皆が考えて取り組むことが重要だ。結果は気にせずに挑戦することが大切だ。皆は全力で取り組み、作戦を真剣に考え、ボールをつなぐためにチームワークを発揮できたことは、全てオリンピックバリューに当てはまる。座学の時間は、オリンピックバリューが今後どう活かせるかを考えようと話す。

■オリンピック：坂本 清美 先生（バレーボール）【出場オリンピック／アトランタ1996大会】

■期 日：2025年10月1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



小学校5年生からバレーボール競技を始め、初めて教えてくれた先生がとても熱心でバレーボール競技が大好きになった。中学校、高校、実業団と競技を続けたが、苦しく辛い時期も沢山あった。初めからオリンピックを目指していた訳ではなく、チームの中に上手な選手が沢山いたことで、自分も試合に出たいという強い気持ちから練習も全力で取り組むようになった。オリンピックに出場することだけではなく、常に試合に出続けることの大変さや、周りへの感謝を忘れてはいけないことも痛感した。

○個人ワーク～グループワーク等



発問：合唱コンクールや今後の日常生活で活かしたいことを、オリンピックバリューを当てはめてみよう。

発表：エクセレンス：「練習で課題を見付け改善する」「恥ずかしがらずに声を出す」「個人練習をする」「皆で楽しむ」等

フレンドシップ：「協力し意見を出し合う」「指揮者を見て一体感を出す」「全員で1つの目標を決める」「心を1つにする」等

リスペクト：「お互いを尊重する」「日頃から感謝をする」「練習場所に早く行く」「相手の合唱を真剣に聞く」等



合唱コンクールでは、それぞれが一生懸命練習し頑張っており取り組んでほしい。唄う人だけでなく、ピアノを演奏する人や指揮をする人も大変だと思うので、全員が力を発揮できるように皆でお互いを思いやり相手の気持ちになって考えて行動してほしい。これからの人生に於いて、楽しいことよりも苦しいと感じることの方が多いと思うが、周囲の人達に相談して協力し合い、乗り越えた先を見つめ、日々を逃げずに頑張っていきたいと話し、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

