

< 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

宮城県 気仙沼市立新月中学校



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：櫻井 由香 先生（バレーボール）【出場オリンピック／北京2008大会】

■期 日：2025年7月18日(金)

■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



北京2008大会にバレーボール競技で出場したと自己紹介。オリンピックバリューについて説明し、運動の時間は仲間の良いところをたくさん探してほしいと目的を説明。ボールを転がしながら柔軟運動、ボールを足に挟んで脚上げなど体幹トレーニングを混ぜたストレッチ等の準備運動を実施。その後、オーバーハンドパスとアンダーハンドパスの手の組み方や基本姿勢を説明し、各自で直上パスの練習を行う。次にソフトバレーボールを使用し、班毎に円になり5分間パス交換の練習を行う。

○主運動等



主運動はボールつなぎリレーを実施(全2回)。班毎に分かれ、オーバーハンドパスとアンダーハンドパスでボールをつなぎ、折り返し地点を周り戻るまでのタイムを計測する。班同士の競争ではなく、前の記録を超えるのが目標だと伝える。往路と復路それぞれで全員がボールに触れ、ボールを落とした場合はその場所から再スタートする。2回目開始前に、タイムを縮めるための工夫を班で話し合う。各班お互いに声を掛け合う様子も見られたので、仲間の良いところをたくさん目を向けてほしいと声を掛ける。



運動の時間を振り返り、作戦タイムでは積極的に意見を出し合い、皆で考えたことをすぐ練習に反映する様子がとても良かった。また、自分の仲間だけでなく、他の班を応援する様子や、最後までやり切る姿、全員にボールを回してルールをしっかり守る様子も見られ、これらはまさにオリンピックバリューに当てはまる行動であった。座学の時間は、運動の時間に感じたことや仲間の良いところを思い出しながら、皆と一緒にオリンピックバリューについて深く考える時間にしたいと伝え、授業終了。

■オリンピック：櫻井 由香 先生（バレーボール）【出場オリンピック／北京2008大会】

■期 日：2025年7月18日(金)

■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



北京2008大会にバレーボール競技で出場したと映像を見ながら自己紹介。小学校5年生の時にバレーボールを始め、始めた瞬間からバレーボール競技が好きになり、当時テレビで活躍する代表選手の姿を見てオリンピックに出場する夢を持った。夢を叶えたのは33歳の時だったので、小学校5年生から20年以上の間、夢に向かって努力し続けた。代表での練習は特に厳しいものがあったが、監督から逃げずに立ち向かえば必ず良いことが起こるから頑張れと声を掛けてもらい、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



発問：運動の時間に見つけた友達の良いところを、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：「ポジティブ」「最後まで全力で諦めずに取り組む」「真剣に取り組む」「笑顔で楽しむ」「作戦を考える」等

フレンドシップ：「仲間を頼る」「ミスをして励ます」「アドバイスをし合う」「お互いのことを考えて動く」等

リスペクト：「皆の考えを尊重する」「ごめんとありがとうを伝える」「不正をしない」「他チームも応援する」「感謝する」等



最後に自分が夢を叶える為に実践していたことの1つを紹介したい。それは言霊というもので、言葉には力があり、自分が発した言葉通りの結果になるというものである。練習や試合に対してネガティブな言葉を発していた自分に気づき、その後はプラスの言葉を常に意識した結果、本当に調子が上がり代表に入ってオリンピックに行く夢を叶えることができた。皆もオリンピックバリューを活用しながら、自分自身だけでなく、友達に対してもプラスの言葉を意識して使ってほしいと話し、授業終了。

■オリンピック：櫻井 由香 先生（バレーボール）【出場オリンピック／北京2008大会】

■期 日：2025年7月18日(金)

■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



オリンピックで実際に使用したユニフォームを披露しながら自己紹介。オリンピックで出会った他競技の選手のサインが入っている大切な宝物だ。オリンピックバリューについて説明し、運動の時間はバレーボールを通して仲間の良いところを見つけてほしい。準備体操はバレーボールを使ったストレッチを実施。次にオーバーハンドパスとアンダーハンドパスの基本姿勢を説明し各自で直上パスの練習をした後、ソフトバレーボールを使用し、各班で円を作りパスを何回つなぐことができるか練習を行う。

○主運動等



主運動はボールつなぎリレーを実施(全3回)。2つの班を合わせ3チームを作る。オーバーハンドパスとアンダーハンドパスをしながら折り返し地点を周って戻ってくる。タイムを計測するが自分達の前記録を超えるのが目的。往路と復路それぞれで全員がボールに触れ、ボールを落とした場合はその場所から再スタートするルールで実施。途中作戦タイムを設け、タイムを縮めるための工夫を班で話し合う。記録が良かった班に作戦を尋ねると、上手な人を中心に役割を決め、皆で声を掛け合ったと答える。



運動の時間を振り返り、ボールつなぎリレーでは回を重ねる毎にチームワークが高まり、どの班もタイムを縮めることができたことが素晴らしい。皆が意見を出して作戦を話し合ったことと、皆が同じ目標に同じ方向を向いて一生懸命取り組んだことを忘れずにいて欲しい。座学の時間では、運動の時間に感じたことや仲間の良いところを全員で共有したいので、その時の様子を出しながら臨んでほしい。オリンピックバリューについて更に詳しく一緒に学んでいきたいと話し、授業終了。

■オリンピック：櫻井 由香 先生（バレーボール）【出場オリンピック／北京2008大会】

■期 日：2025年7月18日(金)

■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



競技映像を見ながら自己紹介。オリンピック出場の夢を叶えるまで諦めずに頑張れたのは、一緒に頑張る仲間が存在も大きかった。仲間に対しては、気遣い、応援、尊敬の3つを必ずやると決めていた。気遣いは、仲間の変化に気付き声を掛ける。応援は、仲間が頑張っていることを心から応援する。尊敬は、仲間の凄いところを見つけて尊敬することである。これらを実践すると絆が深まりチームワークが良くなるので、学校でも活かして良いクラスにしてほしい。そして仲間をたくさん見つけてほしい。

○個人ワーク～グループワーク等



発問：運動の時間に見つけた友達の良いところを、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：「真剣に取り組んだ」「全員で楽しく全力でできた」「楽しむ」「最後まで諦めずにゴールを目指す」等
フレンドシップ：「声掛けをしてアドバイスをする」「失敗しても責めずに励まし合う」「仲間のミスをフォローする」等
リスペクト：「誰も責めなかった」「応援し合う」「ルールを守り、全員が参加できるように周りを見て行動する」等



最後に、「自分が好きですか」というメッセージを送りたい。オリンピックバリューを学び、仲間を大切にすることが大事だという話をしたが、実際には自分のことを好きでいて、自分自身を一番に信じていないと、人に対して優しくしたり、大切にしたりするのは難しくなる。自分のことがあまり好きではないと感じる人は、自分に対して、気遣い、応援、尊敬の3つを実践してほしい。自分を好きになると、人に対して優しく大切にできるようになるので、皆にはそんな人になってほしいと話し、授業終了。

■集合写真

・2年1組



・2年2組



■記念品贈呈

・2年1組



・2年2組



■修了証贈呈

