



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 千葉市立松ヶ丘中学校



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4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： 2022年4月～2023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** : 黒岩 敏幸 先生 (スケート/スピードスケート)
【出場オリンピック/アルペールビル大会、リレハンメル大会、長野大会】
- **期 日** : 2022年6月2日(木)
- **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



- スピードスケートでアルペールビル1992、リレハンメル1994、長野1998の冬季大会に3回連続で出場したと自己紹介。オリンピックバリューの3つの価値を紹介し、運動の時間は体を動かしながら、オリンピックバリューを感じてほしいと授業の目的を伝え、準備体操に移る。
- 屈伸等の準備体操の後、スピードスケートのスタート姿勢を真似し、低い姿勢で構え、その場で足踏み(10秒)をする運動を実施。

○主運動 等



- 準備運動は、「言う事一緒、やる事一緒」を実施。先生の指示(前後左右)と同じ動きをし、その後指示と反対の動きをするルールで行う。
- 主運動は、ボール送りルレーを実施(全3回)。班毎に進行方向後ろ向きに並び、後ろの人に頭上でボールを送り、渡した人は列の最後尾に並ぶ。折り返し地点のコーンを回って戻り、ゴールの順位を競う。1回目はバスケットボール、2回目はバレーボール、3回目はどちらかのボールを選択する。



- 運動の時間を振り返り、作戦タイムでは、並び順番やボールを送る方法、ボールを落とさない方法、どちらのボールを使う方が上手か等、如何に速くゴールできるかを皆で考え、色々な意見を出し合うことができた。そのことはオリンピックバリューに繋がる。座学の時間は、運動の時間で感じたこと、経験したことをオリンピックバリューに当てはめて考えていこうと伝え、授業終了。

- **オリンピック** : 黒岩 敏幸 先生 (スケート/スピードスケート)
【出場オリンピック/アルペールビル大会、リレハンメル大会、長野大会】
- **期 日** : 2022年6月2日(木)
- **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



- オリンピック出場時の映像を見た後、実際に履いていたスケート靴を見せ、長野1998冬季大会からルールが変更され、そのルールに対応するための新しい靴に慣れるために努力を重ねたと話す。また、アルペールビル1992冬季大会で獲得した銀メダルを披露。
- 座学の時間は、自身の経験談を話し、運動の時間で感じたことや考えたことを皆でオリンピックバリューに当てはめて考えようと、授業の目的を話す。

○個人ワーク～グループワーク等



- 発問：運動の時間に感じたり考えたことを、オリンピックバリューに当てはめて考えてみよう。
- 発表：エクセレンス：「諦めずに全力で取り組んだ」「たくさん練習をした」「渡した後の移動を速くした」「渡しやすい大きいボールを選んだ」等
- フレンドシップ：「作戦会議の後、改善点を意識した」「協力して作戦を考えた」「声を出し合った」「楽しくできた」「名前を呼び合った」等
- リスペクト：「他の班が作戦を立てて順位を上げていたのが凄くいいと思ひ、相手を認めた」「後ろ向きが難しかったがルールに従った」等



- 運動の時間で皆が経験したことそのものがオリンピックバリューであり、そのことを感じてくれたことが嬉しい。オリンピックも特別なことではなく、皆の生活にすべてが繋がるとことを忘れてほしくない。これからの日常生活の中でも、何事にもチャレンジする気持ち、1歩前に踏み出す気持ちを持ってほしい。経験は自分の財産であり、やってみないとわからないことが多いが、チャレンジすることで世界が変わるので、ぜひ頑張ってもらいたいと伝え、授業終了。

- **オリンピック** : 黒岩 敏幸 先生 (スケート/スピードスケート)
【出場オリンピック/アルペールビル大会、リレハンメル大会、長野大会】
- **期 日** : 2022年6月2日(木)
- **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



- スピードスケートで、アルペールビル1992、リレハンメル1994、長野1998の冬季大会に3回連続で出場したと自己紹介。オリンピックバリューを紹介し、運動の時間は体を動かしながら、オリンピックバリューを意識して一生懸命頑張っており取り組んでほしいと、授業の目的を確認。
- 準備体操の後、スピードスケートのスタート姿勢を真似し、低い姿勢で構え、実際のスタートと同じ合図の後その場で足踏み(10秒)する運動を実施。

○主運動 等



- 準備運動は、「言う事一緒、やる事一緒」を実施。先生の指示(前後左右)と同じ動きをし、その後指示と反対の動きをするルールで行う。
- 主運動は、ボール送りリレーを実施(全3回)。班毎に進行方向後ろ向きに並び、後ろの人に頭上でボールを送り、渡した人は列の最後尾に並び。折り返し地点のコーンを回って戻り、ゴールの順位を競う。1回目はバスケットボール、2回目はバレーボール、3回目はどちらかのボールを選択する。



- 北京2022冬季大会でスピードスケートの選手が頑張っていたが、それと同じように今日の皆も、一生懸命ボール送りを頑張ったり、チームで協力し思いやりを持って友達と接する中で、その結果勝ったり負けたりすることも、皆のオリンピックであり、オリンピックバリューだと思う。座学の時間は、運動の時間で感じたこと、経験したことを思い出し、オリンピックバリューに当てはめて考えよう伝え、授業終了。

- **オリンピック** : 黒岩 敏幸 先生 (スケート/スピードスケート)
【出場オリンピック/アルペールビル大会、リレハンメル大会、長野大会】
- **期 日** : 2022年6月2日(木)
- **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



- 競技映像を見た後、アルペールビル1992冬季大会で獲得した銀メダルを披露。また、長野1998冬季大会からのルール変更に伴い、それに対応するために使用したスケート靴も見せる。試合では専用の400mリンクを時速60km程のスピードで滑る。
- 運動の時間は、オリンピックバリューのエクセレンス：「目標に向かってチャレンジ」「一生懸命頑張る」「全力で取り組む」、フレンドシップ：「チームワーク」「協力」「思いやり」、リスペクト：「フェアプレー」「チームの皆に敬意や感謝の気持ちを持つ」等の、気持ちを持って取り組んでいたと話す。

○個人ワーク～グループワーク等



- 発問：運動の時間に感じたり考えたことを、オリンピックバリューに当てはめて考えてみよう。
- 発表：エクセレンス：「素早く渡す為の努力をした」「利得距離を上手く利用した」「ベストを尽くした」「転んでも最後まで諦めずにやり遂げた」等
- フレンドシップ：「お互いを理解した」「思いやりのある行動をとった」「チームワークを大切にしたい」「身長順に並ぶ工夫をした」等
- リスペクト：「ルールを第一に考えた」「ボールを取りに行ってくれた人に感謝」「お互いに協力できた」等



- オリンピックバリューは、オリンピックだけのものではなく、皆の日常生活の中にあり、皆の行動に繋がっている。運動の時間だけではなく、座学の時間でも、皆で協力し合い、ルールを守って取り組むことができたことはオリンピックバリューを感じてくれたと思う。中学時代は、なかなか一歩前に踏み出すことは難しいと思うが、やってみると達成感があり、失敗しても自分の良い財産になるので、これからも色々なことにチャレンジしてほしいと伝え、授業終了。

■ **オリンピック** : 井上 智裕 先生 (レスリング) 【出場オリンピック/リオデジャネイロ大会】

■ **期 日** : 2022年6月3日(金)

■ **ク ラ ス** : 2年3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大会のレスリング競技に出場したと自己紹介。種目はグレコローマンの66キロ級だと説明。
- ・オリンピックバリューとは、人々が人生でより良く生きる上で大切な価値であると話し、運動の時間は体を動かしながらオリンピックバリューを感じてほしいと伝え、準備体操に移る。準備体操はラジオ体操第一を実施。

○主運動 等



- ・準備運動は、ハチマキ引き相撲を実施(全4回)。2人組でお互いが片手でハチマキを引き合い動いたほうが負け(左右片手、左右片手片足立ち)。
- ・主運動はそりりレーを実施(全3回)。2人組になり、1人はそり(バスマット)に乗り、もう1人は腰に紐を巻き、そりに乗っている人を引っ張り、折り返し地点を回ってそのままゴールする。



- ・そりりレーでは、途中作戦タイムとして、ペアの変更やそりの乗り方等、班で考える時間を設けた結果、3回の競争で順位が変動した。
- ・次の座学の時間は、自身のオリンピックを通して感じた経験談を話し、オリンピックバリューについて皆で考える時間にしたいと伝え、授業終了。

■ **オリンピック** : 井上 智裕 先生 (レスリング) 【出場オリンピック/リオデジャネイロ大会】

■ **期 日** : 2022年6月3日(金)

■ **ク ラ ス** : 2年3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



・自己紹介の後、実際に着用していたレスリングのユニフォームとシューズを披露。また、試合中に出血した際に使う白いハンカチも見せ、そのハンカチは必ずユニフォームの中に入れておくルールがあると説明。レスリングは格闘技ではあるが、打撃やキック、首を絞めたりユニフォームを掴んだりしてはいけないルールがあり、とても紳士的なスポーツだと言われていると話す。

○個人ワーク～グループワーク等



発問：学校生活や日常生活で、オリンピックバリューに当てはまる行動を書き出してみよう。

発表：エクセレンス：「一生懸命頑張る」「常に全力で取り組む」「試合や練習で最後まで諦めずにベストを尽くす」等

フレンドシップ：「相手のことをよく理解する」「友達同士で励まし合う」「思いやりを持ってチームワークを大事にする」等

リスペクト：「支えてくれる人に感謝する」「先生や部員に感謝する」「色々なことに感謝する」等



・皆の発表を聞いて、夢や目標に向かって取り組む上でオリンピックバリューを意識することは、オリンピックも皆も同じだと思う。誰もがオリンピックバリューがないと成長できないと思う。学校生活の中で勉強や部活動等で、努力することから逃げたくなる時があるかもしれないが、苦しい時は周りの友達に相談したり愚痴を聞いてもらったりしながら頑張って乗り越えてほしい。これからも、卓越、友情、敬意、尊重を忘れずにいてほしいと伝え、授業終了。

■ **オリンピック** : 井上 智裕 先生 (レスリング) 【出場オリンピック/リオデジャネイロ大会】

■ **期 日** : 2022年6月3日(金)

■ **ク ラ ス** : 2年4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大会にレスリングの日本代表として出場したと自己紹介。レスリングを見たことがあるかを尋ね、もし見たことがない人は動画配信等でぜひ見てほしい。
- ・オリンピックバリューとは、人々が人生でより良く生きる上で大切な価値である。運動の時間は体を動かしながらオリンピックバリューを感じてほしいと伝え、準備体操ではラジオ体操第一を実施。

○主運動 等



- ・準備運動は、ハチマキ引き相撲を実施(全4回)。2人組でお互いが片手でハチマキを引き合い動いたほうが負け(左右片手、左右片手片足立ち)。
- ・主運動はそりリレーを実施(全3回)。2人組になり、1人はそり(バスマット)に乗り、もう1人は腰に紐を巻き、そりに乗っている人を引っ張り、折り返し地点を回ってそのままゴールする。



- ・運動の時間を振り返り、皆で競争したが、順位やタイムだけが重要なのではなく、作戦タイムで話し合う際のチームワークや、意見を出し合ったこと、決められたルールの中でどうすればタイムが縮むか等を考えることが大切であり、それが授業の目的だった。座学の時間は、オリンピックバリューについて、皆で学び、考える時間にしたいと伝え、授業終了。

■ **オリンピック** : 井上 智裕 先生 (レスリング) 【出場オリンピック/リオデジャネイロ大会】

■ **期 日** : 2022年6月3日(金)

■ **ク ラ ス** : 2年4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



- リオデジャネイロ2016大会にレスリングの日本代表として出場したと自己紹介。実際に着用していたユニフォームとシューズを披露。レスリングは格闘技だが、打撃やキック等はなく、ユニフォームを掴むこともルール違反なので、紳士的なスポーツと言われていると説明。
- オリンピックバリューはオリンピック選手だけのものではなく、皆の日頃の生活の中にもオリンピックバリューがあるので、自分のことに置き換えて考えてみよう、授業の目的を伝える。

○個人ワーク ~ グループワーク 等



- 発問：学校生活や日常生活の中で、オリンピックバリューに当てはまる行動を書き出してみよう。
- 発表：エクセレンス：「部活や勉強もベストを尽くす」「学校行事を皆で協力して取り組む」「目標に向かって頑張る」「何事も諦めない」等
 フレンドシップ：「班での話し合い」「協力」「思いやり」「学校行事を皆で協力して取り組む」等
 リスペクト：「ルールを守る」「家族や先生に感謝する」「お礼の気持ちを身近な人につつ」等



- 学校生活の中で勉強や部活動等で、努力することから逃げたくなることもあると思うが、周りの友達に助けて貰ったり、お互いに気持ちを伝え合い、理解し合える仲間がいることを忘れてはほしい。日常生活の中の色々なところにオリンピックバリューがあることを忘れずに、感謝の気持ちを持ち続けてほしい。オリンピックバリューは大人になってもずっと大切なものなので、いつかまた今日の授業を思い出してくれると嬉しいと話し、授業終了。

■集合写真

・2年1組



・2年2組



■集合写真

・2年3組



・2年4組



■ 記念品贈呈

・2年1組



・2年2組



・2年3組



・2年4組



■ 修了証贈呈

