



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

兵庫県 神戸市立筒井台中学校



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  
(作戦タイム等を受け、  
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き「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**：長谷等先生(ボート)【出場オリンピック/アトランタ1996大会、シドニー2000大会】

■ **期 日**：2023年2月10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



・ボート競技男子ダブルスカルでアトランタ1996大会、シドニー2000大会に出場したと自己紹介した後、オリンピックバリューの3つの価値について、エクセレンス：「一生懸命頑張る」、フレンドシップ：「仲間を大切にする」、リスペクト：「ルールを守る」「相手を思いやる」と説明し、運動の時間では、オリンピックバリューを意識しながら取り組んでほしいと伝え、準備体操に移る。

○主運動等



・準備運動として、「新聞じゃんけんバランス」を実施。長谷先生対生徒でじゃんけんを行い、じゃんけんに負けたら新聞紙を半分に折る。新聞紙の上に乗っていることができなくなった時点で、その場に座る。  
 ・主運動として、「8の字跳び」を実施(全4回)。2班1チームに分かれ、90秒間で跳べた回数を競う。縄に引っ掛かっても続きから数えるルールとし、適宜、跳び方や縄の回し方等のアドバイスを伝えながら実施した。



・運動の時間を振り返り、冒頭に伝えたオリンピックバリューの3つの価値である、エクセレンス：「一生懸命頑張る」「最後まで取り組む」、フレンドシップ：「仲間と一緒に取り組む」、リスペクト：「お互いを尊重する」「意見を求める」を、しっかりと意識しながら取り組んでいた。座学の時間では、運動の時間に感じたオリンピックバリューの3つの価値を踏まえながら、さらに掘り下げてオリンピックについて一緒に考えていきたいと伝え、授業終了。

■ **オリンピック**：長谷等先生(ボート)【出場オリンピック/アトランタ1996大会、シドニー2000大会】

■ **期 日**：2023年2月10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



・オリンピックに出場した際、多くのスタッフの方の力で大会が運営されていることを知り、選手としてではなく、スタッフとしてもオリンピックに携わってみたいと思ひ、ボート競技のボランティアスタッフとして東京2020大会に参加した。近代オリンピックはピエール・ド・クーベルタンによって、スポーツを通じて心身を向上させ、文化、国籍等の様々な違いを乗り越えて、友情の連帯感、フェアプレー精神を持って、平和でより良い世界の実現に貢献するのではないかと考え、創設された。

○個人ワーク～グループワーク等



発問：今日のオリンピック教室での運動や運動会、文化祭、日常生活における自分の中のオリンピックの価値を探してみよう。

発表：エクセレンス：「皆で協力し大縄を頑張った」「多く回数を跳べるように工夫した」「合唱コンクールへ向けて皆で沢山練習した」等

フレンドシップ：「息を合わせて跳んだ」「皆で仲良く楽しんで跳んだ」「大縄で上手いかないときでも、ポジティブな声かけをした」等

リスペクト：「引っ掛っても責めない」「縄を回してくれている人に感謝する」「仲間を尊重しお互いに高め合えた」「最後まで諦めずに跳んだ」等



・座学の時間を振り返り、グループワークで発表してくれたように、縄に引っ掛かったとしても責めず、仲間を認めながら最後まで諦めずに取り組んでいて素晴らしかった。オリンピックバリューの3つの価値は学校生活にも当てはめることができるので、意識しながら生活してほしい。今後、オリンピックを見る機会があれば、今日のオリンピック教室で行った内容も思い出しながら、全ての選手を応援してほしいと伝え、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2月10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



・自己紹介をした後、自己ベストの2m30cmに設定したバーを見せながら、陸上競技／走高跳は片足で踏み切ること以外にルールはなく、同じ高さ  
に3回まで挑戦することができる。小さな積み重ねが、大きな成果につながることを、オリンピックバリューの3つの価値を踏まえながら伝えていきたいと  
授業の目的を確認した後、準備体操に移る。

○主運動 等



・準備運動として、10種類の「ラダートレーニング」を、適宜、身体の動かし方等のアドバイスを送りながら実施。  
・主運動として、「障がい物リレー」を実施(全3回)。班毎に分かれ、往路にマーカー、復路にラダーを設置したコースを1人ずつ進み、全員がゴールする  
までのタイムを競う。



・運動の時間を振り返り、障がい物リレーでは、1回目より2回目、2回目より3回目と、回を重ねる毎に良い結果を出すことができていた。これは作戦  
タイムで走順や、誰が2回走るか等、仲間とよく話し合い、工夫することができ、また相手のチームを尊重することができていたからである。座学の時間  
では、運動の時間に皆に体現してもらったオリンピックバリューの3つの価値について、日常生活に置き替えて、一緒に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2月10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



・競技用具やウェアの説明と共に自己紹介をした後、オリンピックバリューの3つの価値について、改めて皆と一緒に考える時間にしたいと授業の目的を確認。19歳の時に共に日本代表になったライバル選手への存在は大きく、東京2020大会までの11年間、彼に追いつきたいという思いで切磋琢磨し、毎日の厳しい練習に励んだことで、自己最高の2m30cmという記録を出すことができ、オリンピック2大会への出場を果たすことができた。東京2020大会では、目標としていた決勝進出には至らなかったが、決して1人ではたどり着くことのできない場所であったと振り返る。

○個人ワーク ～ グループワーク 等



発問：日常生活や学校生活で感じた「卓越」「友情」「敬意/尊重」を書き出してみよう。

発表：エクセレンス：「部活動で怪我をしたが、努力しスタメンに入ることができた」「練習試合で勝つことができた」「シュートが入るようになった」等  
 フレンドシップ：「部活動で失敗してもお互いにドンマイと声掛けをし、次につなげられた」「ライバルが増え、お互いに高め合えた」等  
 リスペクト：「自分より上手い人の真似をする」「試合の対戦相手に礼をする」「教室を綺麗に掃除する」「物を大切に扱う」等



・オリンピックや国内外の大会に出場したことで、多くの人々との出会いや、様々な景色を見ることができ、自分自身の成長につながったと感じている。皆もどのようなことでもよいので、何か1つでも努力すること、頑張ること、今いる場所から世界を広げることができるかもしれない。自分の好きなことに真っすぐ、一生懸命に取り組み、努力して行ってほしいと伝え、授業終了。

■ **オリンピック**：長谷等先生(ボート)【出場オリンピック/アトランタ1996大会、シドニー2000大会】

■ **期 日**：2023年2月10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



・ボート競技男子ダブルスカルでアトランタ1996大会、シドニー2000大会に出場したと自己紹介した後、オリンピックバリューの3つの価値について、エクセレンス：「一生懸命頑張る」「諦めない」、フレンドシップ：「仲間を大切にする」「協力する」、リスペクト：「敬意/尊重」「ルールを守る」と説明し、運動の時間では、オリンピックバリューを意識しながら取り組んでほしいと伝え、準備体操に移る。

○主運動等



・準備運動として、「新聞じゃんけんバランス」を実施(全2回)。長谷先生対生徒でじゃんけんを行い、じゃんけんに負けたら新聞紙を半分に折る。新聞紙の上に乗ることができなくなった時点で、その場に座る。2回目は、負けたら新聞紙の角と角を合わせるように斜めに折っていくルールへ変更した。  
 ・主運動として、「8の字跳び」を実施(全3回)。2班1チームに分かれ、90秒間で跳べた回数を競う。縄に引っ掛かっても続きから数えるルールとし、適宜、跳び方や縄の回し方等のアドバイスを伝えながら実施した。



・運動の時間を振り返り、冒頭に伝えたオリンピックバリューの3つの価値を意識しながら、最後まで諦めずに、全力で取り組むことができていた。座学の時間では、運動の時間に感じたオリンピックバリューの3つの価値について、自分の経験を含めて、さらに掘り下げる時間にしたいと伝え、授業終了。

■ **オリンピック**：長谷等先生(ボート)【出場オリンピック/アトランタ1996大会、シドニー2000大会】

■ **期 日**：2023年2月10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



・ボート競技でアトランタ1996大会、シドニー2000大会に出場し、東京2020大会ではボランティアスタッフの一人として参加した。オリンピックに出場したいという強い思いから、大学時代は勉強と両立しながら、毎日の厳しいトレーニングに励んだ。トレーニングだけでなく、体調管理を徹底し、競技用具を大切に扱うこと、ライバル選手や、切磋琢磨し、共に練習に励んだ仲間存在も、オリンピックを目指す上で非常に重要であった。

○個人ワーク～グループワーク等



発問：今日のオリンピック教室での運動や運動会、文化祭、日常生活における自分の中のオリンピックの価値を探してみよう。  
 発表：エクセレンス：「体育祭で皆で全力で取り組んだ」「部活動で大会に向けて練習を頑張った」「郊外学習で仲間と話し合いルート考えた」等  
 フレンドシップ：「体育祭や合唱コンクールで皆で協力した」「体育祭でトラブルがあったが、皆で話し合い、乗り越えられた」等  
 リスペクト：「頑張っている仲間をすごいと思った」「支えてくれている友達、両親、先生に感謝する」「交通安全上のルールを守る」等



・座学の時間を振り返り、グループワークでの発表にあった、部活動や体育祭等、様々な場面で仲間と協力し、問題を解決して前に進んでいることは大変素晴らしい。今後、目標や夢に向かう道のりの中には、良いことだけでなく、困難なことや、仲間と意見がぶつかること等、様々な壁があると思うが、今日、皆で学んだオリンピックバリューの3つの価値を思い出しながら、その壁を皆で一緒に乗り越え、より良い人生を歩んでほしいと伝え、授業終了。

## ■修了証贈呈

