



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

広島県 福山市立城西中学校



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5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： 2023年4月～2024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)



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：松下浩二先生（卓球）

【出場オリンピック／バルセロナ1992大会、アトランタ1996大会、シドニー2000大会、アテネ2004大会】

■期 日：2023年6月20日(火)

■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



●バルセロナ1992大会から4大会連続で、卓球の日本代表としてオリンピックに出場したと自己紹介。オリンピックに出場する選手は約120kmのスマッシュを打つと説明した後、ボールに回転をかけて前方に打ち、足元まで戻す技を披露。オリンピックバリューについて、エクセレンス：「諦めないで一生懸命頑張る」フレンドシップ：「仲間と協力する」リスペクト：「感謝の気持ちを持って取り組む」と紹介。今日の授業では、この3つの価値を心掛けて取り組んでほしいと伝え、準備体操に移る。

○主運動等



●卓球ラケットの持ち方を説明後、準備運動は、1人1球ずつボールを使用し、90秒間で連続で何回ボールをつけられるかを挑戦(全2回)。ボールをよく見て、ラケットの真ん中に当てる様にし、自分の記録回数を1つでも増やしてみようとアドバイスを送る。  
●主運動は、5分間で連続で打ち合う回数を競う「卓球ラリー」を実施(全3回)。チーム毎に卓球台の両側に並び、前の人から1人ずつ順にボールを打ち、次の人が打てるようすぐ列の後ろに回る。各チームとも先生と練習してから実施。



●運動の時間を振り返り、記録が伸ばすことができたのは、オリンピックバリューの「フレンドシップ」を特に意識しながら、相手がボールを打ちやすいところに落とすことや、仲間と声を掛け合い協力していたからだと話す。卓球だけでなく、仲間と何かに取り組む時は、人の気持ちを考えながら取り組むことが大切だと伝え、座学の時間では、自分の経験を通してオリンピックについて紹介し、オリンピックバリューについて、さらに掘り下げて考える時間にしたいと伝え、授業終了。



■オリンピック：松下浩二先生(卓球)

【出場オリンピック／バルセロナ1992大会、アトランタ1996大会、シドニー2000大会、アテネ2004大会】

■期 日：2023年6月20日(火)

■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



・競技映像を見せながら、愛知県出身で25歳のときに日本人として初めてプロの卓球選手となり、中国やヨーロッパ3カ国のリーグに日本人で初めて出場したと自己紹介。オリンピックについて、フランス人のピエール・ド・クーベルタンが近代オリンピックを創設し、順位を競うのではなく、自己を高めるための自分との戦いについて提唱していたと紹介。オリンピックシンボルの5つの輪は、5大陸の連結や世界が1つであることを表現しており、世界平和への願いが込められていると説明。

○個人ワーク～グループワーク等



発問：夢や目標を達成するためにオリンピックバリューと結び付けてどのようにすれば良いか考えよう。

発表：エクセレンス：「人一倍努力する」「諦めずに努力を継続」「毎日コツコツ」「やり遂げる」「常に上を目指す」等

フレンドシップ：「人間関係を大切に」「友達と競い合い高め合う」「仲間を思いやる」「明るく接する」等

リスペクト：「皆に感謝する」「相手に敬意を払う」「ルールを大切にする」「失敗しても悪く言わない」等



・座学の時間を振り返り、皆がオリンピックバリューと結び付けて考えて発表したことは、全て正解であり、今後も意識しながら目標に向かって取り組んでいけば、必ず目標を達成できる。自分が出来る範囲の中で、毎日小さな努力を積み重ねていると、すぐに変化を見ることはできないかもしれないが、長い間で見ると、何もしていない人とは大きな差が出る。どんな努力も無駄になることはないので、今日よりも明日、明日よりも明後日、自分を少しずつ伸ばすことを考えながら日々生活してほしい。



■ **オリンピック**：松下浩二先生(卓球)

【出場オリンピック／バルセロナ1992大会、アトランタ1996大会、シドニー2000大会、アテネ2004大会】

■ **期 日**：2023年6月20日(火)

■ **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



●卓球競技で、バルセロナ1992大会からアテネ2004大会まで連続4回オリンピックに出場したと自己紹介。卓球のオリンピック選手が打つスマッシュは、瞬き1回分位の速さで、ボールの回転数は1秒間に140回以上にもなる。運動の時間では、卓球に触れながら、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：「卓越」「諦めずに一生懸命努力」、フレンドシップ：「友情」「皆で協力する」、リスペクト：「互いを尊重し、感謝する」を意識しながら取り組んでほしいと授業の目的を確認。

○主運動等



●準備体操後、両面を使うシェイクハンドと片面のみのペンホルダー、2種類の卓球ラケットの持ち方を解説。  
●主運動は、制限時間内で連続で打ち合う回数を競う「卓球ラリー」を実施(全3回)。チーム毎に卓球台の両側に並び、前の人から1人ずつ順にボールを打ち、次の人が打てるようすぐに列の後ろに回る。先生が各チームと練習してから実施し、各回実施前に作戦タイムを設けた。2回目終了後、1回目の結果より3倍ラリーが続いたチームに作戦の内容と聞くと、「なるべく丁寧に真ん中に打ち返すようにした」と回答。最後は相手が打ち返しやすいうように、より心がけて取り組もうと伝え、3回目を実施。



●運動の時間を振り返り、オリンピックバリューの「フレンドシップ」「エクセレンス」「リスペクト」を自然にできていたことが嬉しい。特に、皆が仲間と協力し合ってた様子から、フレンドシップや友情を感じた。ラリーの回数を増やして結果を伸ばすことだけでなく、目標達成のため、仲間と話し合い、チームワークを持って最後まで諦めずに挑戦した時間が大事なことだと分かったと思う。座学の時間では、自分の経験を通して、オリンピックバリューについて一緒に考えたいと伝え、授業終了。



■オリンピック：松下浩二先生(卓球)

【出場オリンピック／バルセロナ1992大会、アトランタ1996大会、シドニー2000大会、アテネ2004大会】

■期 日：2023年6月20日(火)

■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



•競技映像を見せながら、当時は数少ない守備中心の競技スタイルで、相手が打つボールを粘り強くカットで返し、チャンスを見て仕留めるカットマンだったと自己紹介。オリンピックについて、ピエール・ド・クーベルタンが世界平和のため、近代オリンピックを創設したことや、日本のオリンピックへの参加に力を注いだ嘉納治五郎について説明。皆の日常生活にも存在するオリンピックバリューの「エクセレンス」「フレンドシップ」「リスペクト」について探してほしいと授業の目的を確認。

○個人ワーク～グループワーク等



発問：日頃の生活の中で感じるオリンピックバリューを書き出してみよう。

発表：エクセレンス：「授業中、眠くても最後まで頑張る」「継続して取り組む」「勉強で努力」「テスト勉強を一生懸命」等

フレンドシップ：「友達と協力して助け合う」「行事で仲間と協力する」「部活の仲間と協力」「寝てる人を起こす」等

リスペクト：「部活の対戦相手をリスペクト」「相手を認める」「注意した人を称える」「失敗しても悪く言わない」等



•他人と比較せず、常に今日の自分を超越られるように信じて努力を続けてきたことが、4大会出場や今の人生につながっている。目標到達には環境や才能等で個人差はあるが、皆もすぐに努力の成果が出なくても、夢や目標をすぐに諦めないでほしい。小さな努力でも、毎日多く積み重ねていくと、いつしか大きな差になり、必ず目標を達成することができる。今後も、周りの人との助け合いや協力を大切にしながら、自分ができることは積極的に行動に移し、楽しい人生を送ってほしいと伝える。



■集合写真

・2年2組



■記念品贈呈

・2年2組



■修了証贈呈

