



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

岡山県 岡山市立興除中学校



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：岡里 明美 先生 (バスケットボール) 【出場オリンピック／アトランタ1996大会】

■期 日：2023年9月21日(木)

■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大会にバスケット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、座学の時間でも詳しく学ぶが、運動の時間も「エクセレンス」「フレンドシップ」「リスペクト」の3つの言葉を頭に入れて授業に取り組んでほしい。準備体操は、1人1個バスケットボールを持ち、ボールを使ったハンドリングやストレッチを実施。準備運動は、「ボール取り競争」を実施。

○主運動等



・主運動の1つ目は「パス回し競争」を実施(全3回)。班毎に円を作り、20秒間足踏みをしながら両隣以外の人にパスを回し、途中で落としたり数え直す。2回目以降はボールを2個に増やし、作戦と練習タイムを設けながら実施。3回目終了後、どのような作戦を立てたかを問い掛けると、名前を呼びながらパスを出した、三角形にパスを出した等の意見が挙がり、皆が考えてくれた作戦が結果に結びついていると話す。



・主運動の2つ目は「シュート競争」を実施(全2回)。ゴール前に班毎に1列に並び、シュートが5球入ったら「アケ先生」と呼んで合図をし、各班の順位を競う。シュートを打つ姿勢や構え方、ボールがアーチを描くことでシュートが入りやすい等、見本を見せて説明。運動の時間を振り返り、オリンピックバリューのルールを守る、協力して取り組むことがしっかりとできていた。座学の時間は、オリンピックバリューについて更に深掘りして、皆で考える時間にしたいと伝え、授業終了。

■オリンピック：岡里 明美 先生（バスケットボール）【出場オリンピック／アトランタ1996大会】

■期 日：2023年9月21日(木)

■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



・座学の時間は、オリンピックに出場するまでの過程や、オリンピックバリューとは何かを伝えていきたいと授業の目的を確認。映像を見ながら、バスケットボール競技を引退後も指導者として競技に携わっていると自己紹介。近代オリンピックの創設者ピエール・ド・クーベルタンは、健康な肉体と健全な精神を持った若者が、言葉や国境等を乗り越えて交流を深めた時に、社会の発展を促すと唱え、その後、第1回近代オリンピックが開催されたと説明。

○個人ワーク～グループワーク等



発問：①運動の時間を振り返り、どんなことがオリンピックバリューに当てはまるか考えよう。

②学校生活や日常生活を振り返り、どんなことがオリンピックバリューに当てはまるか考えよう。

発表：エクセレンス：①「声を出して一生懸命頑張った」「諦めずにシュート回数を増やした」、②「お年寄りに席を譲る」等  
 フレンドシップ：①「シュートの時お互いを励まし合った」「班の仲間と協力できた」、②「クラス皆で意見を話し合う」等  
 リスペクト：①「上手くできた時に褒め合った」「敵チームでも応援した」、②「感謝を伝えること」等



・座学の時間を振り返り、皆が発表してくれたことはすべてオリンピックバリューであり、身近なところにオリンピックバリューはあることが分かったと思う。周りの人だけをリスペクトするのではなく、自分自身に対してもリスペクトすることを忘れないでほしい。皆は可能性を沢山秘めているので、自信を持って様々なことに挑戦してほしい。2024年にはパリ2024大会が開催される。テレビ等で観戦し、今日のことを思い出しながら更にオリンピックに興味を持ってほしいと伝え、授業終了。

■オリンピック：岡里 明美 先生（バスケットボール）【出場オリンピック／アトランタ1996大会】

■期 日：2023年9月21日(木)

■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大会にバスケット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、エクセレンス：「卓越」「素晴らしいこと」、フレンドシップ：「友達」「協力し合う」、リスペクト：「尊敬」「ルールを守る」と説明。何事も積極的に挑戦する気持ちを持って取り組んでほしいと授業の目的を伝える。準備体操は、バスケットボールを使ったハンドリングやストレッチを実施した後、2人組で合図に従ってボールを取り合う「ボール取り競争」を実施。

○主運動等



・主運動の1つ目は「パス回し競争」を実施(全3回)。班毎に円を作り20秒間足踏みをしながらか両隣以外の人にパスを回し、途中で落としたら数え直す。2回目以降はボールを2つに増やす。2回目終了後、パスの回数を大きな声で数えるようにアドバイスし、どうすればパスの回数が増えるかを考えてほしいと伝え、作戦と練習タイムを設ける。3回目終了後、結果と作戦を発表し、皆が考えてくれた作戦が結果に結びついていると話す。



・主運動の2つ目は「シュート競争」を実施(全2回)。ゴール前に班毎に1列に並び、シュートが5球入ったら「アケ先生」と呼んで合図をし、各班の順位を競う。2回目終了後、各班の作戦を発表。授業の最初に伝えたオリンピックバリューについて、ルールを守る、協力して取り組むことができていたと話す。座学の時間は、オリンピックバリューについて更に深掘りして、皆で考える時間にしたいと伝え、授業終了。



■ **オリンピック**：岡里 明美 先生 (バスケットボール) 【出場オリンピック／アトランタ1996大会】

■ **期 日**：2023年9月21日(木)

■ **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



・映像を見ながら、現役を引退後、現在も指導者としてバスケットボール競技に携わっていると自己紹介。近代オリンピックの創設者ピエール・ド・クーベルタンは、スポーツを通して友好を深めた時に、社会の発展を促し、世界平和に繋がると考えた。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、皆の身近にありこれから様々な経験をする事がオリンピックバリューに繋がる。

○個人ワーク～グループワーク等



発問：①運動の時間を振り返り、どんなことがオリンピックバリューに当てはまるか考えよう。

②学校生活や日常生活を振り返り、どんなことがオリンピックバリューに当てはまるか考えよう。

発表：エクセレンス：①「最後まで諦めずに頑張った」「一生懸命取り組んだ」、②「何事もゆっくり丁寧に行う」等

フレンドシップ：①「声を掛け合った」「協力する」「チームワークを大切にする」、②「友達を大切にする」等

リスペクト：①「仲間と励まし合った」、②「親や友達に感謝する」等



・座学の時間を振り返り、皆の発表すべてがオリンピックバリューに当てはまる。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いことが分かったと思う。自分を大切に、自分自身をリスペクトすることを忘れないでほしい。皆は沢山の可能性を持っているので、自分を信じて色々なことにチャレンジしてほしい。2024年にはパリ2024大会が開催される。今日のことを思い出しながらオリンピックに興味を持って応援してほしいと伝え、授業終了。

■ **オリンピック**： 阪本 章史 先生 (自転車/BMXレーシング) 【出場オリンピック/北京2008大会】

■ **期 日**： 2023年9月21日(木)

■ **ク ラ ス**： 2年C組/運動の時間

○自己紹介～授業の目的確認～準備体操



・北京2008大会に自転車/BMXレーシング競技で出場したと自己紹介。座学の時間にオリンピックバリューについて深く学んでいくが、運動の時間もオリンピックバリューを頭に置きながら授業に取り組んでほしい。準備運動は体育館を走り、ストレッチを行った後、「ラダートレーニング」を実施。班毎に1列に並び、両足跳びや片足跳びの他にサイドステップ等を取り入れ、見本を見せながら実施。

○主運動等



・主運動は「8の字跳び」を実施(全2回)。2つの班を合わせ3チーム対抗とする。左右から8の字を描くように1人ずつ跳び、90秒間に跳んだ回数を競う。引っ掛かった場合も続けて数える。ルール説明後、回し手や跳ぶ順番を決め、2分間の練習タイムを設ける。1回目と2回目の間に、回数を増やすためにどんな工夫が必要かを皆で話し合う。



・運動の時間を振り返り、1回目の経験を活かし作戦を考えたことで、2回目の回数が増えたことは素晴らしい。皆は沢山跳ぶことだけでなく、仲間と協力して取り組む姿勢や真剣に取り組む姿勢が結果に結びついている。オリンピックバリューを意識しながら、全力で取り組み、楽しんでいる様子がよくわかる。座学の時間は、自身の経験をオリンピックバリューに当てはめて話すので、皆も自分にとってのオリンピックバリューを考える時間にしてほしいと話し、授業終了。

■ **オリンピック**：阪本章史先生（自転車／BMXレーシング）【出場オリンピック／北京2008大会】

■ **期 日**：2023年9月21日(木)

■ **ク ラ ス**：2年C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BMXにはスピードを競うBMXレーシングと、技のパフォーマンスを競うBMXフリースタイルがあると説明。自身は北京2008大会にBMXレーシング競技で出場したと自己紹介。オリンピックシンボルは5大陸を表し、背景の白色を合わせた6色で世界中の国旗が描ける。北京大会のスタート直前にタイヤがパンクした際に、他国の選手が助けてくれたことで無事にスタートすることができたことは、オリンピックバリューに繋がる1つの出来事だと話す。

○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：「運動が苦手でも諦めず全力で取り組んだ」「ベストを尽くす」等

フレンドシップ：「ミスしても責めない」「大縄の回し方を友達に教えた」「皆で声を出して数えた」等

リスペクト：「阪本先生への感謝」「ルールを守って皆で頑張る」等



・座学の時間を振り返り、運動の時間に感じたことをしっかり思い出しながら書いてくれたことは素晴らしい。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、皆の普段の生活の中でも感じることができる。今日皆が感じたことを、学校生活や、自分の目標に向かう時に意識してほしい。また、自分自身が感じたり学んだことを人に伝えることも大切だ。誰かに伝えることでオリンピックシンボルのように輪が広がっていく。これからも充実した学校生活を送ってほしいと伝え、授業終了。

■集合写真

・2年A組



・2年B組



■集合写真

・2年C組



■記念品贈呈

・2年A組



・2年B組



・2年C組



■修了証贈呈

