



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

秋田県 潟上市立羽城中学校



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**：田中めぐみ先生（陸上競技 長距離）
【出場オリンピック／シドニー2000大会、アテネ2004大会】
- **期 日**：2023年10月31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



・シドニー2000大会では5,000m、アテネ2004大会では10,000mに出場したと自己紹介。運動の時間は、オリンピックバリューを意識して取り組み、オリンピックについてたくさん学んでほしい。走り方の3つのポイントについて、正しい姿勢を保つ、呼吸がしやすいように胸を開く、腕をしっかり振ると説明。走ることに必要なジャンプ動作を準備運動に入れ、各自横と縦のラインを見つけ、両足を揃えラインを前後左右に飛び越え、時間内に何回跳べるかを練習。体の軸を意識することが大切だと話す。

○主運動等



・主運動は障がい物リレーを実施(全2回)。往路は5つのマーカーを1つずつ越えて走り、折り返し地点を回り、復路はミニハードル2台を跳び越えて戻る。5班対抗でタイムを計測し順位を競う。走る際は体の使い方を意識するように伝え、途中作戦タイムを設ける。終了後作戦を尋ねると、障がい物に引っ掛からないように足を上げて走るように心掛けた、折り返し地点のコーンを手で持ち小さく回れるように工夫した等答える。



・運動の時間を振り返り、作戦タイムでは皆で意見を出し合い工夫して取り組んでいた。目標達成できた班と、あと1歩目標に届かなかった班もあるが結果が全てではない。1人1人が全力を出し、仲間を応援し、班が1つになり協力できたことがオリンピックバリューにつながり、結果以上の成果だ。座学の時間は、運動の時間に感じたオリンピックバリューを皆の具体的な行動と結びつけて考えていきたいと伝え、授業終了。

- **オリンピック**：田中めぐみ先生（陸上競技 長距離）
【出場オリンピック／シドニー2000大会、アテネ2004大会】
- **期日**：2023年10月31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



・スライドを見ながら自己紹介。実際に使用したシューズと世界選手権の団体に獲得した銀メダルを披露。オリンピックのメダルとは少し違い開催国の特徴が描かれている。オリンピックシンボルの5つの輪は5大陸を表し、世界中の国と地域が団結し、世界が平和になることを願い、近代オリンピックの創始者であるピエール・ド・クーベルタンがオリンピックを開催した。オリンピックバリューにはその願いが込められている。

○個人ワーク～グループワーク等



発問：運動の時間を振り返り、自分達のどんな取り組み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：「自分のベストを尽くすことができた」「最後まで諦めずに全力で走った」「全員で作戦を考えた」等
 フレンドシップ：「チームの仲間を全員で応援した」「他の友達も応援した」「皆のために作戦を考えた」等
 リスペクト：「皆がしっかりルールを守ることができた」等



・グループワークの発表を通して、運動の時間を振り返っただけではなく、日常生活を思い出し、勉強への取り組み方や、友達との接し方、これからの改善点等気付くことができたと思う。オリンピックバリューは皆の生活の中に溢れている。これからも沢山のことにチャレンジしてほしい。将来皆の中からオリンピック選手が誕生するかもしれない。また、オリンピックに携わる人が1人でも増えると嬉しいと話し、授業終了。

- **オリンピック**：田中めぐみ先生（陸上競技 長距離）
【出場オリンピック／シドニー2000大会、アテネ2004大会】
- **期 日**：2023年10月31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



・2000年のシドニー大会と2004年のアテネ大会の2大会に長距離種目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、運動の時間は走ることを中心に体の使い方も意識しながら取り組んでほしい。走る3つのポイントは、腰の位置を高く維持しながら正しい姿勢を保つ、酸素をたくさん取り入れられるように胸を開く、手を軽く握り腕をしっかり振る。その後、ラインを前後左右に跳び越える準備運動を実施。どんな動きも体の軸を意識しながら体を使うことが大切だと説明。

○主運動等



・主運動は障がい物リレーを実施(全2回)。往路は5つのマーカーを1つずつ越えて走り、折り返し地点を回り、復路はミニハードル2台を跳び越えて戻る。5班対抗でタイムを計測し順位を競う。走る際は体の使い方を意識するように伝え、途中作戦タイムを設ける。終了後作戦を尋ねると、折り返し地点の手前で減速し回る際に滑らないように注意した、腕をしっかり振ることを心掛けた、障がい物を越える際に歩幅を工夫した等答える。



・運動の時間を振り返り、班毎に作戦を立てて取り組み、その作戦が上手くいった班といかなかった班もあるが、結果ではなく目標を決めて取り組む過程がとても大切だ。1人1人がベストを尽くし、班の全員で協力し、班の仲間に感謝しながら取り組んだことは、全てオリンピックバリューにつながる。座学の時間は、自身がオリンピックに出場するまでの経験と、皆が運動の時間に感じたオリンピックバリューを結び付けて考える時間にしたいと話し、授業終了。

- オリンピック：田中めぐみ先生（陸上競技 長距離）
【出場オリンピック／シドニー2000大会、アテネ2004大会】
- 期 日：2023年10月31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



・スライドを見ながら自己紹介し、実際の大会で使用したシューズを披露。オリンピックシンボルの5つの輪は5大陸を表し、近代オリンピックの創始者であるピエール・ド・クーベルタンは、全ての国と地域が団結することで世界平和を願い、近代オリンピックを開催したと説明。中学生の時に陸上競技部に所属していたが、仲間のおしゃべりの方が楽しく、なかなか練習に身が入らなかったが、その部が廃部になると知り、気持ちを入れ替えて練習を始めたことが、オリンピック出場への第一歩だったと話す。

○個人ワーク～グループワーク等



発問：運動の時間を振り返り、自分達のどんな取り組み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：「最後まで諦めずに1位を目指して頑張った」「ベストを尽くした」「最後まで諦めないで走り切った」等
フレンドシップ：「作戦タイムで一生命話合った」「仲間を応援した」「声を掛け合った」等
リスペクト：「グループワークのこの時間を大切に、皆と協力しようと思った」「他の班も応援した」等



・運動の時間の取り組みや普段の生活の中に、オリンピックバリューがたくさん存在していることに気付いたと思う。オリンピックバリューを意識しながらこれからの日々を過ごすことで、皆が将来それぞれの夢や目標に向かって進んでいく時に、必ず大きな力になる。今日の経験が皆にとって何かのきっかけになると嬉しいし、皆を応援している。また今日の時間を通して、オリンピックについて少しでも興味を持ってもらえたら嬉しいと話し、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

