

調整授業時数制度

民主的で持続可能な社会の創り手
自らの人生を舵取りできる 授業改善

「好き」を育み、
「得意」を伸ばす
裁量的な時間



自己調整

多様性の包摂

カリキュラム・
マネジメント

余白の創出

実現可能性の確保
学びの当事者

柔軟な教育課程

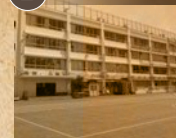
教育委員会等による
伴走支援・指導助言

教育課程柔軟化
サードリサーチ校

1 田道小学校



2 月光原小学校



3 中目黒小学校



4 大岡山小学校



5 鷹番小学校



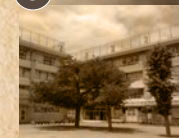
6 烏森小学校



7 五本木小学校



8 東根小学校



9 東山中学校



目黒区の研究内容や各校のウェブサイトは、
左の二次元コードからアクセスが可能です。

教育課程の新しいカタチ
その先にある新しいケシキ

令和元年度～令和8年度
文部科学省
研究開発学校
研究発表会

最終案内



目黒区立学校9校の
授業公開と研究発表を巡ろう

目黒区教育課程の特例

$$5\text{分} \times 1015\text{コマ} = 5075\text{分}$$

$$5075\text{分} \div 40\text{分} = 127\text{コマ}$$

※小学校第4学年～第6学年の場合

生み出した時間

の活用は？

1コマ
5分短縮

小学校 40分

中学校 45分授業

特色ある教育活動

- 「自己選択学習の時間」の実施
- 各校の実態に応じた取組の創出

教員の余白の創出

- 授業改善(自己調整に重点を置いた授業づくり)
- 教材研究、授業準備の充実
- 研修・OJTの充実 等

10.02 Fri. 田道小学校

- keyword**
- ◎持続可能な社会の創り手
 - ◎自己調整力
 - ◎異学年集団での探究学習(田Qタイム)

講師 早稲田大学 名誉教授 相模女子大学 准教授
小林 宏己 先生 成家 雅史 先生

Theme 生み出した時間の活用と自己調整力について
～田道小学校の取組から考える～

12:45 受付開始
13:00 公開授業① 授業(国語科4年・社会科6年)・低学年田Qゼミ
13:55 公開授業② 高学年田Qゼミ
14:55 目黒区教育委員会説明・研究発表
15:20 パネルディスカッション
16:10 謝辞・事務連絡 16:15 閉会

「40分授業」と「田Qタイム」を往還させながら持続可能な社会の創り手として必要な「自己調整力」を育む方法を生み出します。



10.22 Thu. 月光原小学校

- keyword**
- ◎複線型授業(個の資質・能力を育てる授業改善)
 - ◎マイ光プラン(自己選択学習の時間)
 - ◎幼児教育との円滑な接続

講師 明星大学特任教授(元東京都多摩教育事務所指導課長)
相原 雄三 先生

Theme 「自立した学習者」の育成を目指す授業の創造
～次期学習指導要領を見据えて考える～

13:15 受付開始 15:05 質疑・応答
13:45 公開授業 15:20 講演
14:30 マイ光プランの様子紹介 16:10 謝辞・事務連絡
14:40 研究発表 16:15 閉会

個人間差異に着目し幼児教育との連携も視野に入れ、自己調整力の育成を追求しました。



10.23 Fri. 中目黒小学校

- keyword**
- ◎「自律した児童の育成」に向けた取組

講師 東京学芸大学講師 中目黒小学校の取組から
佐野 亮子 先生 「児童を主語にした学び」を考える
Theme 上智大学 総合人間科学部 教育学科教授 次期学習指導要領が目指す
奈須 正裕 先生 学びとカリキュラム

11:30 受付開始① 14:40 研究発表
11:50 公開授業①[5校時] 15:00 指導・講評
13:10 受付開始② 15:40 基調講演
13:30 公開授業②[6校時] 16:20 謝辞・事務連絡
14:25 目黒区教育委員会説明 16:30 閉会

当日は、これまで積み上げてきた「単元内自由進度学習」と、「自己選択学習の時間」を中心に発表いたします。



10.30 Fri. 大岡山小学校

- keyword**
- ◎柔軟な教育課程編成×自己調整力の向上

講師 日本体育大学児童スポーツ教育学部教授 東京大学大学院教育学研究科准教授 日野市立日野第一小学校長
石田 有記 先生 植阪 友理 先生 船山 徹 先生
Theme 自己調整力を高めるために
～教育課程・心理学・教科教育の観点から～

13:00 受付開始 14:55 研究発表
13:35 公開活動(学校裁量の時間)&解説 15:15 パネルディスカッション
13:55 移動 16:15 謝辞・事務連絡
14:00 公開授業・解説&ポスターセッション 16:20 閉会

「学びのサイクル」、「まなびーポイント」(学習方略)を活用し、「自己調整力」の向上を目指しています。



11.04 Wed. 鷹番小学校

- keyword**
- ◎柔軟な教育課程が学びを創る
～深い学びを目指して～

講師 日本体育大学児童スポーツ教育学部教授
石田 有記 先生

Theme 柔軟な教育課程が学びを創る
～深い学びを目指して～

13:00 受付開始 14:55 研究発表
13:20 チャレンジタイム公開活動 15:30 パネルディスカッション
(※1年～3年は40分間) 16:25 謝辞・事務連絡
14:35 分科会 16:30 閉会

深い学びを目指す教育課程を、本校の特色としてお伝えします。



11.06 Fri. 烏森小学校

- keyword**
- ◎子ども一人ひとりが主語になる授業
 - ◎自己調整力の育成(複線型の授業、探究学習)

講師 大妻女子大学 教授 白百合女子大学 教授 創価大学教職大学院 教授
樺山 敏郎 先生 中田 正弘 先生 高木 正之 先生

Theme 主体的に学び続ける子どもの育成を目指して
～自己調整の力を育むために～

13:10 受付開始 15:40 鼎談
13:30 公開授業 16:20 謝辞・事務連絡
14:25 分科会 16:25 閉会
15:15 研究発表

自己調整力の育成を、子どもが主語になる授業「複線型の授業」と「デジタルの活用」を通して目指しています。



R9 01.21 Thu. 五本木小学校

- keyword**
- ◎持続可能な社会の創り手を育む
「デジタルを活用したこれからの自己調整学習」

講師 上智大学 総合人間科学部教育学科教授
奈須 正裕 先生
Theme 「自立した学習者」はどのように育つのか
～持続可能な社会の創り手を育むカリキュラムを考える～

12:40 受付開始 15:10 目黒区教育委員会説明・研究発表
13:10 五本木タイム 15:35 講演
13:40 公開授業 16:25 謝辞・事務連絡
14:30 学年別研究協議会 16:30 閉会

自己調整学習を基盤に、デジタル、ユネスコスクール、コミュニティ・スクールを生かした持続可能な学びを創ります。



R9 01.22 Fri. 東山中学校

- keyword**
- ◎自己調整力
 - ◎弾力的な教育課程の編成
 - ◎探究的活動

講師 東京学芸大学 副学長 十文字学園女子大学 学長
堀田 龍也 先生 安達 一寿 先生
Theme 信州大学教育学部 教授 東京女子体育大学 教授
村松 浩幸 先生 石出 勉 先生

2030年を見据えた
学校教育

12:40 受付開始 14:10 研究発表
12:55 簡易版smart time公開(1・2学年) 14:55 パネルディスカッション
13:10 公開授業(1・2学年)および各取組紹介 16:25 謝辞・事務連絡
14:05 目黒区教育委員会説明 16:30 閉会

自己調整を軸とした主体的・対話的な学びの実践と、その成果をご覧ください。



R9 01.29 Fri. 東根小学校

- keyword**
- ◎問いづくり
 - ◎読みの交流
 - ◎自己調整学習

講師 横浜国立大学 准教授 茨城キリスト教大学 専任講師
鈴木 雅之 先生 橋本 祐樹 先生

Theme 自己調整する力の育成

13:15 受付開始 15:10 研究発表
13:45 公開授業 15:35 講演
14:25 移動 16:25 謝辞・事務連絡
14:30 学年別協議会 16:30 閉会

「自ら問いをたてる力」の育成を中心とした教育課程を本校の特色としてお伝えします。



参加をご希望の方は二次元コードからアクセスしてお申し込みください。

各校の特色ある教育課程を、教育委員会として伴走支援！

すべての発表会場に、教育委員会ブースも設置