

令和6～8年度文部科学省研究開発学校指定校

令和7～8年度東京都教育委員会「デジタルを活用したこれからの学び」推進地区実践校

自ら学び つなげ 深める 児童の育成



目黒区立五本木小学校

# 午前5<sup>40</sup>分 時間制

## カリキュラム・マネジメント

- 40分午前5時間制の時間割
- 時間割の考え方

## デジタルを活用したこれからの学び

- 個別最適な学びと協働的な学びの一体的な充実
- 子どもが身に付けるべき三つの能力
- 実践事例〈国語・社会・算数〉

## 生み出した時間の活用

- 自己選択学習 スケジュール
- 学年別課題設定・学習計画書



目黒区立五本木小学校

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

40分

## ●目黒区研究開発学校としての「40 分授業」授業時数について

40  
1 単位時間 =  $\frac{40}{45}$  コマ  $\Rightarrow$  (特例により) 1 単位時間 (40 分) = 1 コマ  
(年間授業時数例)

| 第 1 学年 | 第 2 学年 | 第 3 学年 | 第 4 学年   | 第 5 学年 | 第 6 学年 |
|--------|--------|--------|----------|--------|--------|
| 865 コマ | 925 コマ | 980 コマ | 1,015 コマ |        |        |

## ●「40 分授業」の特徴について

1 単位時間 : 45 分

45 分  $\times$  1,015 コマ

1 単位時間 : 40 分

40 分  $\times$  1,015 コマ5 分  $\times$  1,015 コマ = 5,075 分 (第 4, 5, 6 学年)

生み出した時間 : 127 コマ

| 児童     | 教育活動 | 自己選択学習 等 | 教員 | 授業改善 等 | 教材研究・授業準備・研修 |
|--------|------|----------|----|--------|--------------|
| 授業力向上へ |      |          |    |        |              |

## 40 分授業午前 5 時間制の時間割

## 生活習慣の定着

早寝・早起き・朝ごはんの定着を図る。

## 授業時数と授業コマ数の確保

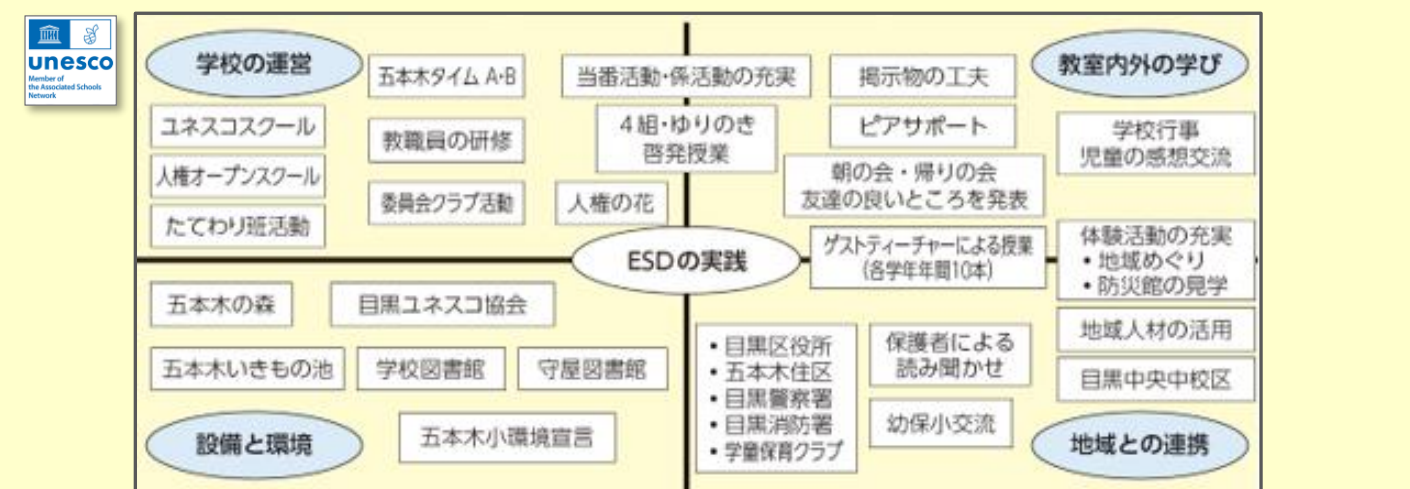
集中力の高い午前中に 5 単位時間の授業を行う。  
午前 5 時間制は午前中に 5 時間の授業を行うことができることから、午後の会議や出張に影響されことなく授業時数を確保できる。

## 自己選択学習

多様性に対応した柔軟な学びとして、設定する。

## 放課後のゆとりの時間

| 校時   | 時間                | 月                   | 火             | 水                      | 木                | 金           |
|------|-------------------|---------------------|---------------|------------------------|------------------|-------------|
| 朝活動  | 8 : 20 ~ 8 : 30   | 全校朝会                | 読書タイム         | 集会等<br>基礎・基本の時間<br>朝の会 | 安全指導<br>基礎・基本の時間 | 基礎・基本の時間    |
| 1 校時 | 8:35 ~ 9:15       | 1                   | 2             | 3                      | 4                | 5           |
| 2 校時 | 9:20 ~ 10:00      | 6                   | 7             | 8                      | 9                | 10          |
| 3 校時 | 10:05 ~ 10:45     | 11                  | 12            | 13                     | 14               | 15          |
|      |                   | 健康スポーツタイム           |               |                        |                  |             |
| 4 校時 | 11:05 ~ 11:45     | 16                  | 17            | 18                     | 19               | 20          |
| 5 校時 | 11:50 ~ 12:30     | 21                  | 22            | 23                     | 24               | 25          |
|      | 12 : 30 ~ 13 : 30 | 給食・掃除               |               |                        |                  |             |
|      |                   | 昼休み                 |               |                        |                  |             |
| 探究   | 13:45 ~ 14:05     | 26.5<br>(令和 8 年度 ~) | 五本木<br>タイム    | 委員会<br>クラブ活動           | 五本木<br>タイム       | 五本木<br>タイム  |
| 6 校時 | 14:05 ~ 14:45     |                     | 27.5          |                        | 28.5             | 29.5        |
|      |                   | 帰りの会                |               |                        |                  |             |
| 放課後  | 14:55 ~           | 校内研究<br>教材研究        | 行事委員会<br>教材研究 | 職員会議<br>教材研究           | 学年会<br>教材研究      | 学年会<br>教材研究 |
|      | 15 : 40 ~ 16:25   | 休憩時間                |               |                        |                  |             |
|      | 16:25 ~           | 夕会                  |               |                        | 夕会               |             |

ユネスコスクール **ホールスクールアプローチ** SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

## 40 分授業の工夫 「デジタルを活用したこれからの学び」

子どもが自ら学び方を選択し、自立した学習者になることを目指した授業となるよう、教師が指導観を変え、子どもの学びを支援するという指導観に基づいた授業デザインを実現している。

◆自分が選んだ課題に向かって学びを進める。



◆自分の考えを構造的に整理する。

デジタルを活用した学びによる子どもたちの変化

◆誰と学ばか、どのように学ばかを自分で決め、自ら学ぶ。



◆自らの学習を振り返りながら学び方を学ぶ。

◆教員は、クラウドに上げられた情報から、児童の学習状況を把握し、個々に応じた言葉掛け、支援を実施する。

◆他の児童の考え方を参考にし、学習を進める。



## 自己選択学習

児童が選択した課題に対して、学びの見通しをもち、方法や進度を選択し、学びを進める学習。

## 生み出した放課後のゆとりの時間【児童・教員】

児童にとっては、習い事があっても遊ぶ時間がとれるなど、自由時間の拡大につながっている。



教員にとって、研修や学年会の充実など、授業力向上につながる。

# デジタルを活用したこれからの学び「自立した学習者」を目指して

目黒区立五本木小学校

## ●デジタルを活用したこれからの学びとは

個別最適な学びと協働的な学び、そしてそれらを一体的に充実させている学びを「デジタルを活用したこれからの学び」として設定している。

子どもが自己決定する学び

個別  
最適な  
学び

個別最適な学び  
と協働的な学び  
の一体的な充実

協働的  
な学び

## ●デジタルを活用したこれからの学びが目指す最終目標

最終的に目指す目標は、個別最適な学びと協働的な学びを一体的に充実するとともに「子どもが自己決定する学び」である。

子どもは、「学びのプロセス」、「思考スキル」、「デジタルリテラシー」の3つの能力を伸ばしながら、学習課題や学習方法を自己決定し、課題解決的な学びに取り組む。

## 子どもが身に付けるべき3つの能力

- 「**学びのプロセス**」(情報収集/整理・分析/まとめ/説明)
- 「**思考スキル**」(比較すること、分類すること等)
- 「**デジタルリテラシー**」  
(個別・協働で行う ICT 機器等の操作能力)

## 学びのプロセス

## Learning Process

| 学びのプロセス                      | 子どもの活動                                                                                                 |
|------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 見通しをもつ<br>学習課題の設定<br>学習計画の作成 | 課題を自己決定する。<br>何を学ぶか、どのように学ぶか、何を使って学ぶかを、自己決定する。                                                         |
| 活動する<br>(情報収集/整理・分析/まとめ/説明)  | 自己の課題を解決するために必要な情報を集める。<br>収集した情報を比較・関連・総合させながら整理する。<br>課題に対する自分なりの答えを導き出す。<br>他者に自分の考えを説明する/他者の説明を聞く。 |
| 振り返り                         | 自己の学びを客観的に見つめる。                                                                                        |

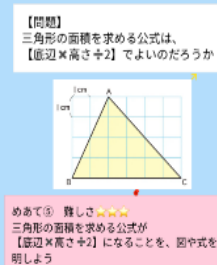
## 5年 算数「図形の面積」

児童自身が、「何を」、「誰と」、「どのように学ぶか」、学びのプロセスを計画できるように、**学習計画表(学びの手引き)**を作成した。

| 学びの手引き                                     |                                  |                                         |                                                | 「図形の面積」一面積の求め方を考えよう                      |                 |              |                  |
|--------------------------------------------|----------------------------------|-----------------------------------------|------------------------------------------------|------------------------------------------|-----------------|--------------|------------------|
| 知識・技能                                      | ① 平行四辺形、三角形の面積の求め方や公式の意味を理解している。 | ② 公式を活用し、平行四辺形や三角形、台形、ひし形の面積を求めることができる。 | ③ 平行四辺形や三角形、台形、ひし形の面積の求め方を考え、公式を導き出し、その説明ができる。 | ④ 既習図形の面積の求め方をもとに、他の図形の面積の求め方を考えようとしている。 | 組               | 番            | 名前( )            |
| 思考・判断・表現                                   |                                  |                                         |                                                |                                          |                 |              |                  |
| 主体的に学習に取り組む態度                              |                                  |                                         |                                                |                                          |                 |              |                  |
| 【解決課題チェックリスト】                              |                                  |                                         |                                                | 【学習計画】                                   |                 |              |                  |
| 【解決課題】(教科書ページ)                             | 難易度                              | 課題→提出用紙                                 | サポートリュック                                       | 時間                                       | 【学習内容】<br>○解決課題 | 【学習形態】<br>誰と | 【学習成果】<br>【提出用紙】 |
| ①長方形の面積を求める公式が【たて×よこ】であることを説明しよう。          | ☆2                               |                                         |                                                | 1                                        | 先生:①②           | 自分・友達・先生     |                  |
| ②平行四辺形の面積を求める方法を考え、図や式を使って説明しよう。(P46-48)   | ☆3                               |                                         |                                                | 2                                        | 先生:③            | 自分・友達・先生     |                  |
| ③平行四辺形の面積を求める公式を考え、説明しよう。(P49-50)          | ☆3                               |                                         |                                                | 3                                        | 先生⑤ 自分④         | 自分・友達・先生     |                  |
| ④平行四辺形の高さはどこになるのか考え、図や式を使って説明しよう。(P50-53)  | ☆3                               |                                         |                                                | 4                                        | 先生⑥ 自分⑤         | 自分・友達・先生     |                  |
| ⑤三角形の面積を求める方法を考え、図や式を使って説明しよう。(P54-55)     | ☆4                               |                                         |                                                | 5                                        | 先生⑧ 自分⑥         | 自分・友達・先生     |                  |
| ⑥三角形の面積を求める公式を考え、説明しよう。(P54-57)            | ☆5                               |                                         |                                                | 6                                        | 先生⑨ 自分⑦         | 自分・友達・先生     |                  |
| ⑦三角形の公式の高さはどこになるのか考え、図や式を使って説明しよう。(P57-59) | ☆6                               |                                         |                                                | 7                                        | 先生④ 自分⑧         | 自分・友達・先生     | ※確認<br>小テスト      |
| ⑧台形の面積を求める方法と公式を考え、説明しよう。(P60-61)          | ☆7                               |                                         |                                                | 8                                        | 先生⑦ 自分⑨         | 自分・友達・先生     |                  |
| ⑨ひし形の面積を求める方法と公式を考え、説明しよう。(P62-63)         | ☆7                               |                                         |                                                | 9                                        | 先生⑦ 自分⑩         | 自分・友達・先生     |                  |
| ⑩一般の四・五角形の面積はどのように求めればよいのか説明しよう。(P64-65)   | ☆5                               |                                         |                                                | 10                                       | 先生⑩ 自分⑪         | 自分・友達・先生     |                  |
| ⑪できるようになったこと (P66-67)                      | ☆4                               |                                         |                                                | 11                                       | 先生⑪ 自分⑫         | 自分・友達・先生     |                  |
| ⑫単元のふりかえり (P46-67)                         | ☆10                              |                                         |                                                | 12                                       | 先生⑫ 自分⑬         | 自分・友達・先生     |                  |
|                                            |                                  |                                         |                                                | 13                                       | 先生⑫ 自分⑬         | 自分・友達・先生     |                  |

## デジタル課題

課題を選択することで、問題やめあてを学習用情報端末上で確認することができる。



## サポートリュック

それぞれのリュックに大・小2種類のヒントとなる図や説明を入れておき、児童が必要とする場合に使用する。

## 小リュック



ヒントは少ない

## 大リュック



ヒントは多い

## 学習計画の作成

児童が、どの課題を、誰と学ぶのか、「学習内容」、「学習形態」を選択し、学習の見通しをもつ。

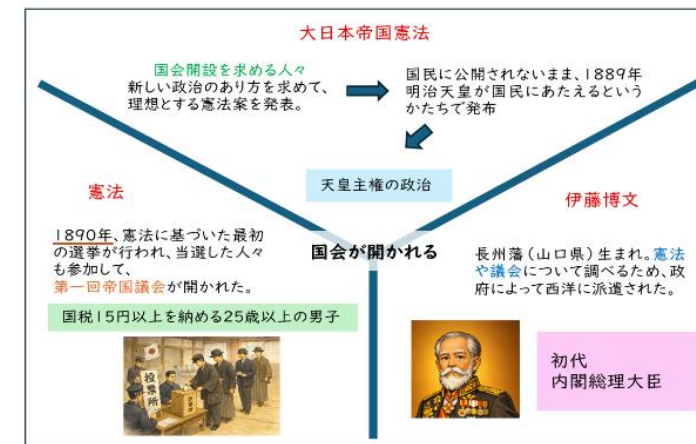
## 成果物の提出

児童が取り組んだ学習記録を添付する。その上で、児童は授業ごとに提出箱に提出し、教師は児童の進捗状況を確認する。

## 思考スキル

## Thinking Skills

## 6年 社会「明治の新しい国」



## デジタルの活用

## Digital Utilization

共有ノートや提出箱を活用し、友達の考えがいつでも見ることができるよう他者参照できる環境を整えた。

## 1年 算数「ひきざん」

活動中、児童がいつでも見られる**先生動画**を作成し、思考を促す手だてとした。



「整理・分析」「まとめ」において、思考を可視化できるよう思考ツールの型を学び、児童が自分で**思考ツール**を選び、学習に生かした。

## 4年 国語「ごんぎつね」



2025年10月28日(火) 13:42

## 教育活動 の時間

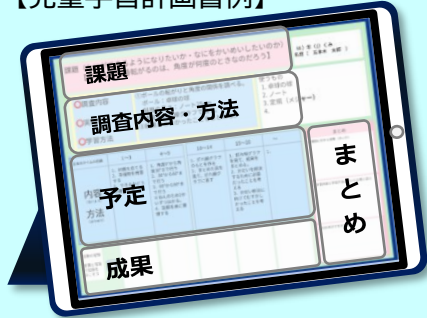
### 自己選択学習 ●五本木タイム（年45時間） （前期）20分×45回 （後期）20分×45回

自分自身が学びの見通しをもち、学びの方法や進度を選択し、学び進める学習

児童は、学習指導計画を作成し、1サイクルの見通しをもって取り組む。また、活動を通して成果物を添付・確認したり、取組を振り返ったりしながら、活動を調整し学習を進めている。



【児童学習計画書例】



#### 自己選択学習：年間スケジュール

|    | 【前期】 4月～10月                               |       |      | 【後期】 10月～3月 |       |      |
|----|-------------------------------------------|-------|------|-------------|-------|------|
| 課題 | 1サイクル                                     | 2サイクル | 教科課題 | 3サイクル       | 4サイクル | 教科課題 |
|    | ※上記の課題とは別に、ユネスコにかかわる課題について選択し、年間を通じて取り組む。 |       |      |             |       |      |

#### 学年別 課題設定・学び方

| 学年   | 課題設定     | 学び方  | 活動                                                           |
|------|----------|------|--------------------------------------------------------------|
| 第1学年 | 共通       | 共通   | 第1学年では、共有の課題を共通の学び方で解決し、学び方を知る。                              |
| 第2学年 |          | 選択   | 第2学年では、共通の課題に対して、学び方を各自で選択する。                                |
| 第3学年 | 候補一覧から選択 | 自ら設定 | 第3・4学年は、各教科の選択課題候補一覧を参考に、自ら選択し、自ら学習計画を立てて、学びをマネジメントしていく。     |
| 第4学年 |          | 自ら設定 |                                                              |
| 第5学年 | 自ら設定     | 自ら設定 | 第5・6学年は、各教科の選択課題候補一覧を参考にし、自ら課題を設定し、自ら学習計画を立てて、学びをマネジメントしていく。 |
| 第6学年 |          | 自ら設定 |                                                              |

その他【学級指導】の時間を年間で15単位時間としている。

かだい（できるようになりたいこと・知りたいこと）  
【昔の難しい漢字や、言葉、ことわざについて調べる。】

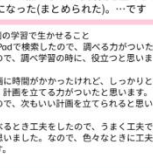
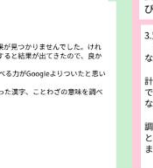
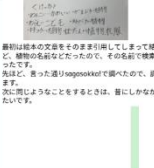
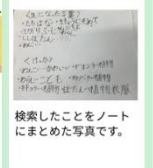
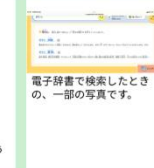
(4)年(2)くみ  
名前

- ちょうさないよう  
○じつぎ  
○学習ほうほう
- ①解説したい本(詩集)を見つける。  
②昔の本を読んで、疑問に思った、漢字、言葉、ことわざを学習用情報端末で調べる。  
③念のため、辞書で調べる。  
④ノートにまとめる。  
⑤まとめ(感想)を書く。

使うもの  
1. 学習用情報端末  
2. ノート(紙)  
3. 筆箱  
4. 辞書  
5. 本(詩集)

| 五本木タイムの回数                    | 1～3                                              | 4～6                                                                                                             | 7～9                                                   | 10～12          | ～  |
|------------------------------|--------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|----------------|----|
| 内容<br>(ないよう)<br>方法<br>(ほうほう) | 1. とても長くて、難しく、やる気の出ない本以外で選ぶ。(詩集)<br>2. 本を読む。(詩集) | 1. 本、詩集を読む(読み終わってなかったら、)<br>2. 疑問に思った言葉、漢字、ことわざ、を紙に書く。<br>3. 紙を見て、iPadで調べる。調べ終わったら、念のため、辞書で調べる。<br>2. ノートにまとめる。 | 1. 紙を見て、iPadで調べる。調べ終わったら、念のため、辞書で調べる。<br>2. ノートにまとめる。 | 1. まとめ(感想)を書く。 | 1. |

活動の記録  
言葉と写真で記録を  
のこそう



まとめ  
1. かだいにたいする成果(せいこ)  
Googleや、電子辞書で調べました。漢字はあまり書いていなかったけれど、今でも使われている言葉や昔だけの言葉があり、面白かったです。次に、似たような課題を行うときは、ことわざや、昔にしかなかった漢字、などを調べたいと思います。

2. 学習内容と学習方法についてのふりかえり  
計画と本通りに時間がかかってしまったので、次は、ずばりやる。調べたいです。けれども、自分の学びがなかったと思います。なぜなら、時間がかかってしまったけれども、詳しく計画を書けたと思ったし、結果、うまくまとまったからです。

今まで言ったことをまとめると、反省点…計画、本通りに時間がかかってしまった。良かった点…しっかり計画を立てられた。自分の学びになった(まとめられた)。…です

3. 別の学習で生かせること  
iPadで検索したので、調べ方がうづなりました。なので、調べ学習の時に、役立つと思います。

計画に時間がかかったけれど、しっかりと立てられたので、計画を立てる力がついたと思います。次にこのようなことをするときには、前にしかなかった漢字、ことわざの調べ方を思い出します。

## 教員の時間

### 人材育成

#### ●指導力向上研修

毎月1回45分間行う。教科を設定し、各教科主任が中心となって進めたり、目黒区授業カスペシャリストを招いて研修を行ったりしている。各教科等の指導法その他、学級開きや行事の行い方等、若手教員と経験豊かな教員の対話を通して、互いの実践から学び合う取組を行うことで、質の高い学びの実現を目指している。



目黒区授業カスペシャリストによる指導力向上研修

### 教員研修・授業研究

#### ●ESD 研修会

ユネスコスクールとして各学年で取り組んでいる活動を共有し、よりよい活動となるように意見を交換している。講師を招へいし環境問題について学ぶ研修を行っている。

#### ●デジタルを活用した授業研修・研究協議会

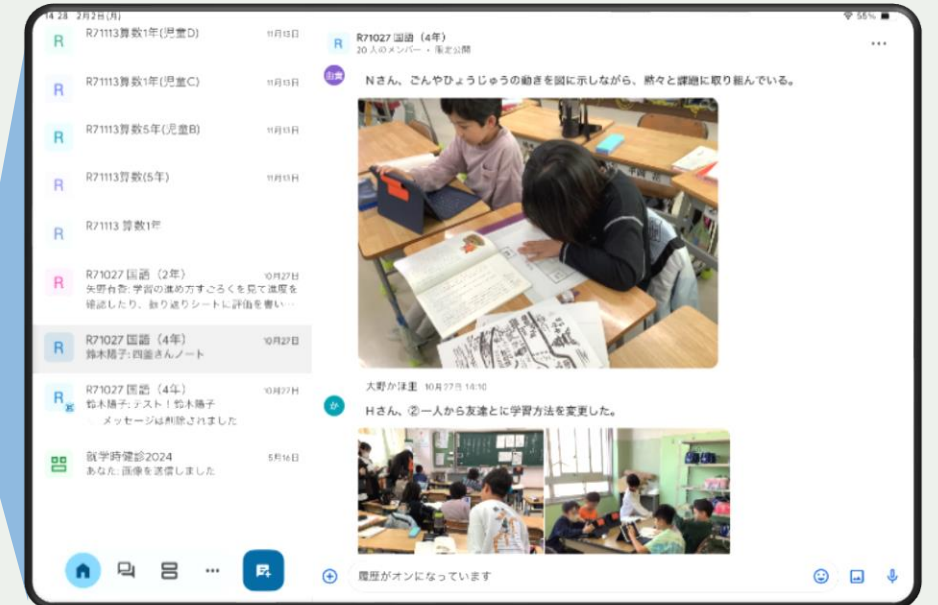
デジタルを活用した授業の行い方について、研修を通して学び、授業に生かせるようにしている。研究授業では、Chat ツールと360度カメラによる撮影を取り入れ、参観教員が児童の学習の様子をリアルタイムで共有している。授業中の気づきが即時に可視化されることで、協議会では児童の様子を根拠にした議論が可能となっている。



### 教材研究

#### ●学年会・授業準備の時間

どの曜日においても、午後3時には児童の下校が完了している。毎日の放課後は、自身の教材研究のみならず、OJTや学年会、会議等を行うことができる。「生み出した時間」を、教員の時間として活用することで、日々の授業改善につなげている。



Chat ツールによる授業観察記録

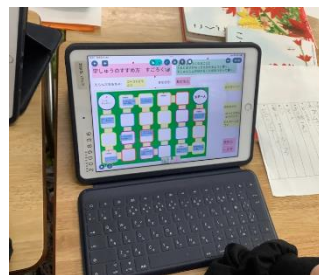
## 研究全体会 令和7年5月22日

## 授業研究

国語 令和7年10月27日

2年 「説明の仕方に気を付けて読み、それを生かして書こう」(15時間扱い)

4年 「気持ちの変化に着目して読み、感想を書こう」(12時間扱い)



社会 令和7年11月27日

3年 「地域の安全を守る」(13時間扱い)

6年 「明治の新しい国づくり」(8時間扱い)

算数 令和7年11月13日

1年 「ひきざん」(10時間扱い)

5年 「図形の面積」(13時間扱い)

## ご指導を受けた講師

上智大学

総合人間科学部教育学科 教授 奈須 正裕 先生

東京都教育庁総務部 デジタル推進課

統括指導主事 中村 伸也 先生

台東区立上野小学校 校長 田中 康雄 先生

## 研究に携わった教職員

校長 海老江 直子

副校長 原田 啓子

|        |        |           |        |            |             |
|--------|--------|-----------|--------|------------|-------------|
| 1年1組   | 山本 カンナ | 算数少人数     | ◎野間 大督 | 図書館支援員     | 花川 智子       |
| 1年2組   | □瀬畑 健吾 | 算数・家庭科・理科 | □山木 尊人 | 事務         | 新藤 史也       |
| 1年4組   | 高橋 大輔  | 養護教諭      | 脇坂 恵理  | 事務補助員      | 高島 礼子       |
| 2年1組   | ●鈴木 恵美 | 栄養教諭      | 嶋田 敬子  | 用務主事       | 中村 豪        |
| 2年2組   | 生田目莉凡  | 栄養士       | 長島はんな  | 用務員        | 佐藤 房代       |
| 2年4組   | 井村 拓哉  | ゆりのき      | □齋藤久美子 | 用務員        | 飯塚 敏昭       |
| 3年1組   | 銀川かれん  | ゆりのき      | □秋山真奈美 | 用務員        | 渡邊 光美       |
| 3年2組   | □松永 由貴 | ゆりのき      | 加藤紗耶香  | 用務員        | 佐々木勝吉       |
| 3・4年4組 | □大野かほ里 | ゆりのき      | □矢野 有香 | 学童擁護員      | 松尾 直樹       |
| 4年1組   | ○高瀬 由佳 | ゆりのき      | 武市 一步  | 学童擁護員      | 野城 美香       |
| 4年2組   | 河地 穂香  | 4組学習指導講師  | 松尾 泰子  | 児童交通安全擁護員  | 田中 観        |
| 5年1組   | 小林 豊   | 4組学習指導講師  | 樋口 香織  | 副校長補佐      | 柳下 和恵       |
| 5年2組   | □有田 忠央 | 4組支援員     | 遠藤 瑞絵  | ICT 支援員    | 浜田 力        |
| 5年4組   | □中寫 伸也 | 講師        | 木村 雅子  | ALT        | Patria Moro |
| 6年1組   | 柘植真理子  | 講師        | 日原みゆき  | スクールカウンセラー | 稲川 裕子       |
| 6年2組   | □岩井 良裕 | 講師        | 小倉 武   | スクールカウンセラー | 保母 桂子       |
| 音楽     | 三上 徹   | 講師        | 安念 恵   | 特別支援教室専門員  | 鈴江 似子       |
| 図画工作   | □鈴木 陽子 | 講師        | 鈴木 育子  |            |             |

◎研究推進委員長

●授業研究委員長

○研究開発委員長

□研究推進委員