

保健体育科

I 保健体育科の学習目標

- (1) 各種の運動における合理的な実践を通して体力を養い、心身の調和的発達を図る。
- (2) 公正、協力、責任などの態度を培い、生涯にわたって豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力を育てる。
- (3) 運動や健康について自他の課題を発見し、合理的な解決に向けて思考し判断するとともに他者に伝える力を養う。
- (4) 個人及び集団生活における健康・安全について理解を深める。
- (5) 個人及び集団生活における心身の健康を保持増進する資質や能力を育てる。

II 保健体育科の6年の科目構成と学習内容

		「科目」と学習内容	発展的な内容、特色ある活動、関連する行事等
中学段階	1年	体育分野 ・体づくり運動（白鷗体操） ・陸上競技、器械運動、水泳、球技、武道、ダンス ・体育理論 保健分野 ・健康な生活と病気の予防 ・心身の発達と心の健康	特色ある活動 ・体育祭 ・スポーツ大会
	2年	体育分野 ・体づくり運動（白鷗体操） ・陸上競技、器械運動、水泳、球技、武道、ダンス ・体育理論 保健分野 ・健康な生活と病気の予防 ・傷害の防止	特色ある活動 ・体育祭 ・スポーツ大会
	3年	体育分野 ・体づくり運動（白鷗体操） ・陸上競技、器械運動、水泳、球技、武道、ダンス ・体育理論 保健分野 ・健康な生活と病気の予防 ・健康と環境	特色ある活動 ・体育祭 ・スポーツ大会
高校段階	4年	体育 ・体づくり運動（白鷗体操） ・球技（種目選択を含む） ・水泳 ・選択種目（球技、武道、ダンス） ・陸上競技 保健 ・現代社会と健康 ・生涯を通じる健康	特色ある活動 ・体育祭 ・スポーツ大会 ・部活動合宿
	5年	体育 ・体づくり運動（白鷗体操） ・球技（種目選択を含む） ・水泳 ・陸上競技 ・体育理論 保健 ・社会生活と健康	特色ある活動 ・体育祭 ・スポーツ大会 ・部活動合宿
	6年	体育 ・体づくり運動（白鷗体操） ・球技（種目選択を含む） ・水泳 ・カドリール	特色ある活動 ・体育祭 ・スポーツ大会

* 6年生の自由選択科目は受講希望者数によって変更があり得ます。

教科名 保健体育科
 科目名 保健体育
 対象 1 学年全員

I 学習到達目標

生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力を育成する。
 1 各種の運動の特性に応じた技能等及び個人生活における健康・安全について理解するとともに、基本的な技能を身に付けるようにする。
 2 運動や健康についての自他の課題を発見し、合理的な解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝える力を養う。
 3 生涯にわたって運動に親しむとともに健康の保持増進と体力の向上を目指し、明るく豊かな生活を営む態度を養う。

II 授業の進め方（授業形態等）

1 年間授業時数 117 時間

III 教科書・補助教材

教科書 大日本図書「中学校 保健体育」
 副教材 大修館書店「ステップアップ中学体育」

IV 学習計画

学期	月	学 習 内 容				授 業 時 数		備 考	
		考 査	A	B					
一 学 期	4		体づくり運動 集団行動 (白鷗体操、新体カテスト)	体育理論 1. 運動やスポーツの必要性と 楽しさ P4-5 保健 健康な生活と病気の予防	体づくり運動 集団行動 (白鷗体操、新体カテスト)	体育理論 1. 運動やスポーツの必要性と 楽しさ P4-5 保健 健康な生活と病気の予防	9	体育 理論 1	
	5		陸上競技 (短距離・リレー)	1.健康の成り立ち P16-17	陸上競技 (短距離・リレー)	1.健康の成り立ち P16-17	7	保健 4	
	6		球技 (ハンドボール)	2.運動と健康 P18-19	球技 (バレーボール)	2.運動と健康 P18-19	7	保健 4	体育祭
	7	期末考査	水泳	3.食生活と健康 P20-21 4.休養・睡眠と健康 P22-23 5.調和のとれた生活 P24-25 心身の発達と心の影響 1.体の発育・発達 P30-31 2.呼吸器官・循環器官の発 育・発達 P32-33	水泳	3.食生活と健康 P20-21 4.休養・睡眠と健康 P22-23 5.調和のとれた生活 P24-25	7		
	夏休み 宿 題								
二 学 期	9		水泳	2. 運動やスポーツへの多様な 関わり方 P6-7	水泳	2. 運動やスポーツへの多様な 関わり方 P6-7	9	体育 理論 1	
	10		陸上競技 (走り幅跳び)	保健 3.生命を生み出す体への成熟 P34-37	陸上競技 (走り幅跳び)	保健 3.生命を生み出す体への成熟 P34-37	10	保健 4	
	11		器械運動 (マット運動)	4.思春期の心の変化への対応 P38-39	器械運動 (マット運動)	4.思春期の心の変化への対応P 38-39	10	保健 4	
	12	期末考査	武道 (柔道)	5.考える心・感動する心の 発達 P40-41	ダンス 武道 (柔道)	5.考える心・感動する心の 発達 P40-41	7		
	冬休み 宿 題		球技 (ポッチャ)	6.人との関わりと自分らしさ P42-43 7.欲求への対処 P44-45 8.ストレスへの対処 P46-47 9.心と体の関わり P48-49	球技 (ポッチャ)	6.人との関わりと自分らしさ P42-43 7.欲求への対処 P44-45 8.ストレスへの対処 P46-47 9.心と体の関わり P48-49			
三 学 期	1		陸上競技 (長距離走)	3. 運動やスポーツへの多様な 楽しみ方学び方 P8-9	陸上競技 (長距離走)	3. 運動やスポーツへの多様な 楽しみ方学び方 P8-9	7	体育 理論 2	
	2		球技 (バスケットボール・卓球)		球技 (卓球)		11		
	3	期末考査	ダンス 武道 (柔道)		武道 (柔道) ダンス		10		スポーツ 大会
						97	20		
						117			
評 価	<p>評価・評定については以下の3観点をもとに総合的に評価する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・知識・技能 ・思考・判断・表現 ・主体的に学習に取り組む態度 <p>①定期考査 ②学習カード、ワークシート ③技能テスト、記録 ④観察（授業参加態度、提出物状況、関心・意欲 課題解決能力、判断能力等）</p>								

教科名 保健体育科
 科目名 保健体育
 対象 2学年全員

I 学習到達目標

生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力を育成する。
 1 各種の運動の特性に応じた技能等及び個人生活における健康・安全について理解するとともに、基本的な技能を身に付けるようにする。
 2 運動や健康についての自他の課題を発見し、合理的な解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝える力を養う。
 3 生涯にわたって運動に親しむとともに健康の保持増進と体力の向上を目指し、明るく豊かな生活を営む態度を養う。

II 授業の進め方（授業形態等）

1 年間授業時数 117時間

III 教科書・補助教材

教科書 大日本図書「中学校 保健体育」
 副教材 大修館書店「ステップアップ中学体育」

IV 学習計画

学期	月	学習内容				授業時数		備考		
		考査	A	B						
一学期	4		体づくり運動 集団行動 (白鷗体操、新体力テスト)	体育理論 1. 運動やスポーツが心身や社会性に及ぼす効果 P56-57	体づくり運動 集団行動 (白鷗体操、新体力テスト)	体育理論 1. 運動やスポーツが心身や社会性に及ぼす効果 P56-57	9	体育理論 1		
	5		陸上競技 (短距離・リレー)	保健 1. 生活習慣病の予防 P72-73 2. がんの予防 P74-75 3. 喫煙と健康 P76-77 4. 飲酒と健康 P78-79	陸上競技 (短距離・リレー)	保健 1. 生活習慣病の予防 P72-73 2. がんの予防 P74-75 3. 喫煙と健康 P76-77 4. 飲酒と健康 P78-79	7	保健 3	体育祭	
	6		球技 (ハンドボール)	5. 薬物乱用と健康 P80-81 6. 喫煙、飲酒、薬物乱用のきっかけ P82-83	球技 (バレーボール)	5. 薬物乱用と健康 P80-81 6. 喫煙、飲酒、薬物乱用のきっかけ P82-83	9	保健 4		
	7	期末考査					7			
	夏休み宿題									
二学期	9		水泳 陸上競技 (走り高跳び)	体育理論 2. 運動やスポーツの学び方 P58-59	水泳 器械運動 (跳び箱)	体育理論 2. 運動やスポーツの学び方 P58-59	9	体育理論 1		
	10		器械運動 (跳び箱)	保健 1. 傷害の発生要因と防止 P90-91 2. 交通事故の要因と傷害の防止 P92-93	陸上競技 (走り高跳び)	保健 1. 傷害の発生要因と防止 P90-91 2. 交通事故の要因と傷害の防止 P92-93	10	保健 4		
	11		武道 (柔道)	3. 犯罪被害の防止 P96-97 4. 自然災害による傷害の防止 P98-99	ダンス 武道 (柔道)	3. 犯罪被害の防止 P96-97 4. 自然災害による傷害の防止 P98-99	9	保健 4		
	12	期末考査	陸上競技 (長距離走)	5. 応急手当の基本 P104-105 6. 心肺蘇生法 P106-107 7. 出血があるときの応急手当 P110-111 8. 外傷の応急手当 P112-113	球技 (バスケットボール)	5. 応急手当の基本 P104-105 6. 心肺蘇生法 P106-107 7. 出血があるときの応急手当 P110-111 8. 外傷の応急手当 P112-113	7			
	冬休み宿題									
三学期	1		武道 (柔道)	3. 安全な運動やスポーツの行い方 P60-61	ダンス 武道 (柔道)	3. 安全な運動やスポーツの行い方 P60-61	7	体育理論 2		
	2		ダンス 球技 (バスケットボール・バドミントン・卓球・ポッチャ)		陸上競技 (長距離走)		11			
	3	期末考査			球技 (バドミントン・卓球・ポッチャ)		10		スポーツ大会	
						97	20			
						117				
評価	<p>評価・評定については以下の3観点をもとに総合的に評価する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・知識・技能 ・思考・判断・表現 ・主体的に学習に取り組む態度 <p>①定期考査 ②学習カード、ワークシート ③技能テスト、記録 ④観察（授業参加態度、提出物状況、関心・意欲 課題解決能力、判断能力等）</p>									

教科名 保健体育科
 科目名 保健体育
 対象 3学年全員

I 学習到達目標

- 1 体育的活動を通して運動の楽しさを味わい、運動・体力の必要性について理解し、基本的な技能を身につける。
- 2 自己や集団の課題を発見し、合理的な解決に向けて思考判断し、考えたことを他者に伝えることができるようにする。
- 3 運動における競争や協働の経験を通して公正・協力・責任・参画・一人一人の違いを大切にする意欲を高める。
- 4 健康・安全を確保して生涯にわたって運動に親しめる態度を高める。
- 5 生涯を通じて心身の健康の保持増進を目指し、明るく豊かな生活を営む態度を高める。

II 授業の進め方（授業形態等）

- 1 年間授業時数 117時間
- 2 授業内容によって学級別・男女別・習熟度別で展開をする

III 教科書・補助教材

教科書 大日本書籍「新版 中学校保健体育」
 副教材 大修館書店「ステップアップ中学体育」

IV 学習計画

学期	月	学習内容				授業時数		備考
		A		B				
一学期	4	体づくり運動 集団行動 (白鷗体操、新体カテスト)	体育理論 7. 現代スポーツにおけるスポーツの文化的意義P136-137	体づくり運動 集団行動 (白鷗体操、新体カテスト)	体育理論 7. 現代スポーツにおけるスポーツの文化的意義P136-137	9	体育理論 1	
	5	陸上競技 (短距離・リレー)	保健 1. 健康の成り立ちと病気の発生要因P78-79	陸上競技 (短距離・リレー)	保健 1. 健康の成り立ちと病気の発生要因P78-79	6	保健 4	
	6	水泳	2. 食生活と健康P80-81	水泳	2. 食生活と健康P80-81	9	保健 4	体育祭
	7		3. 運動と健康P82-83		3. 運動と健康P82-83	7		
	7		4. 休養・睡眠と健康P84-85		4. 休養・睡眠と健康P84-85			
7		5. 生活習慣病の予防P86-89		5. 生活習慣病の予防P86-89				
	夏休み宿題							
二学期	9	水泳	体育理論 8. 国際的なスポーツ大会が果たす文化的な役割P138-139	水泳	体育理論 8. 国際的なスポーツ大会が果たす文化的な役割P138-139	9	体育理論 1	
	10	球技 (バドミントン)	保健 8. 薬物乱用の害と健康P94-95	球技 (卓球)	保健 8. 薬物乱用の害と健康P94-95	8	保健 5	
	11	武道 (柔道)	9. 薬物乱用の社会への影響 P96-97	球技 (バスケットボール)	9. 薬物乱用の社会への影響 P96-97	10	保健 3	
	12	球技 (卓球)	10. 喫煙・飲酒・薬物乱用の要因と適切な対処 P98-99	球技 (バドミントン)	10. 喫煙・飲酒・薬物乱用の要因と適切な対処 P98-99	7		スポーツ大会
	冬休み宿題							
三学期	1	陸上競技 (長距離走)	体育理論 9. 人々を結びつけるスポーツの文化的はたらきP140-141	陸上競技 (長距離走)	体育理論 9. 人々を結びつけるスポーツの文化的はたらきP140-141	9	体育理論 2	
	2	球技 (バスケットボール)	保健 15. 保健・医療機関の利用 P108-109	武道	保健 15. 保健・医療機関の利用 P108-109	9	保健 4	
	3		16. 医薬品の利用P110-111		16. 医薬品の利用P110-111	10		
3		17. 個人の健康を守る社会の取り組み P112-113		17. 個人の健康を守る社会の取り組み P112-113				
					93	24		
					117			
評価	評価・評定については以下の3観点をもとに総合的に評価する。 【観点】 ・知識・技能 ・思考・判断・表現 ・主体的に学習に取り組む態度 【評価材料】 ①定期考査 ②学習カード ③技能テスト、記録 ④観察（授業参加態度、提出物状況、課題解決能力・判断能力等）							

教科名 保健体育 科

科目名 **体 育**

対 象 4 学年全員

I 学習到達目標

運動の合理的・計画的な実践を通して、知識を深めるとともに、技能を高め、運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるようにし、自己の状況に応じて体力の向上を図る能力について学び、公正、協力、責任、参画などに対する意欲を高め、健康・安全を確保して、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を身につける。

II 授業の進め方（授業形態等）

2 単位のうち、1 単位は選択科目とし、武道（柔道・球技）／ダンスの 2 種目の中から 1 種目を選ぶ。もう一方の 1 単位は 2 クラスを 2 グループに分け各種目を履修する。原則男女共習で実施する。

III 教科書・副教材

教科書：保体 3 0 4 現代高等保健体育（大修館書店）
副教材：ステップアップ高校スポーツ（大修館書店）

IV 学習計画

学期	月	学 習 内 容				授業時数	備考	
		Aグループ	Bグループ	選択種目				
一 学 期	4	オリエンテーション 体づくり運動 P6-25		白鷗体操		8		
	5	体力テスト P378-381				8		
	6	陸上競技 P54-83（走跳投）				4		
						4		
7	水 泳 P84-101		基本泳法の習得、20分間泳 等			4		
二 学 期	9	水 泳 基本泳法の習得、20分間泳 等				7		
	10	バスケットボール P102-123	ニュースポーツ（種目未定）	柔道 P276-283	球技 ソフトバレーボール P180-199（バレーボール参照）	ダンス P298-321	9	
		ニュースポーツ（種目未定）	バスケットボール P102-123				9	
		12					5	
三 学 期	1	陸上競技 P62-63（長距離走） 卓球 P228-239		球技 ソフトバレーボール P180-199（バレーボール参照）	柔道 P272-283	ダンス P298-321	8	
	2	体育理論				8		
	3	現代高等保健体育 P116-134				4		
						計 7 8 (2 単位)		
評 価	各種目とも、出席状況・授業への取り組み・実技テスト・振り返りシート等を対象に観点別評価を行い、各種目の評価を合算して体育の評定とする。							

教科名 保健体育 科
 科目名 保 健
 対 象 4 学年全員

I 学習到達目標

個人及び社会生活における健康・安全について理解を深め、生涯を通じて自らの健康を適切に管理し、改善していくことができる資質や能力を身につける。

II 授業の進め方（授業形態等）

健康・安全に関する基礎的・体系的な知識を習得することにより、健康問題を認識して正しく判断し、適切に対処できるようにする。

III 教科書・副教材

教科書：保体304現代高等保健体育（大修館書店）
 副教材：図説 現代高等保健（大修館書店）

IV 学習計画

期	月	学 習 内 容		授業時数	備考		
		考 査	「教科書」の学習内容			副教材・その他の学習内容	
一 学 期	4	1学期末 考查	現代社会と健康 1)健康のすがた 2)健康のとらえ方 P6-9 3)健康の意思決定・行動選択 P10-11 4)健康に関する環境づくり P12-13 5)生活習慣病とその予防 P16-17 6)～8)食事・運動・休養と健康 P18-23	図説 P4-7 P8-11 P12-13 P14-17 P18-23	3		
	5				4		
	6				4		
	7				3		
二 学 期	9	2学期末 考查	現代社会と健康 9)～11)喫煙・飲酒・薬物乱用 P24-29 12)～14)感染症・エイズ P32-37 15)欲求と適応機制 P38-39 16)心身の相関 17)ストレスへの対処 P40-43	図説 P24-33 P36-43 P44-47 P48-53	3		
	10				5		
	11				4		
	12				3		
三 学 期	1	学年末 考查	現代社会と健康 19)～21)交通事故 P48-53 22)～23)心肺蘇生法 P56-59 24)応急手当 P60-61	図説 P54-61 P62-67 P68-71	3		
	2				4		
	3				3		
						計39 (1単位)	
評 価	学習内容と各学期の期末考查で観点別評価を行い、各学期の評価を合算して保健の評定とする。 (ノート提出・小テスト・授業内の発表活動を評価の対象とする場合もある。)						

教科名 保健体育 科
 科目名 **体育**
 対 象 5 学年全員

I 学習到達目標

運動の合理的・計画的な実践を通して、知識を深めるとともに、技能を高め、運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるようにし、自己の状況に応じて体力の向上を図る能力について学び、公正、協力、責任、参画などに対する意欲を高め、健康・安全を確保して、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を身につける。

II 授業の進め方（授業形態等）

2 単位のうち 1 単位は、3 種目の中から 1 種目を選択し年間を通じて男女共習で履修し、1 単位は男女別習で各種目を履修する。

III 教科書・副教材

教科書：保体 3 0 4 現代高等保健体育（大修館書店）
 副教材：ステップアップ高校スポーツ（大修館書店）

IV 学習計画

学 期	月	学 習 内 容			授 業 時 数	備 考
		男 子	女 子	選 択 種 目		
一 学 期	4	体づくり運動 P6-25		バドミントン P236-247、卓球 P224-235 テニス P200-211 から 1 種目を選択して履修 (年間を通じて選択した種目を行う。)	8	
	5	体力テスト P378-381			8	
	6	陸上競技(走跳投) P54-83			4	
	7	水 泳 P84-101 泳法の習得、20分間泳、着衣泳 等			3	
二 学 期	9	水 泳 泳法の習得、20分間泳、着衣泳 等			7	
	10	インディアカ	バレーボール P180-199	バドミントン、卓球、テニスから 1 種目を選択して履修 (年間を通じて選択した種目を行う。)	9	
	11	バレーボール P180-199	インディアカ		9	
	12				5	
三 学 期	1	なわとび シャトルラン	なわとび シャトルラン	バドミントン、卓球、テニスから 1 種目を選択して履修 (年間を通じて選択した種目を行う。)	8	
	2	体育理論 現代高等保健体育	体育理論 現代高等保健体育		8	
	3	P136-157	P136-157		4	
					計 7 8 (2単位)	
評 価	各種目とも、出席状況・授業態度・実技点を対象に 1 0 段階の評価を行い、各種目の評価を合算して体育の評価とする。					

教科名 保健体育 科
 科目名 保 健
 対 象 5 学年全員

I 学習到達目標

個人及び社会生活における健康・安全について理解を深めるようにし、生涯を通じて自らの健康を適切に管理し、改善していく資質や能力を身につける。

II 授業の進め方（授業形態等）

健康・安全に関する基礎的・体系的な知識を習得することにより、健康問題を認識して正しく判断し、適切に対処できるようにする。

III 教科書・副教材

教科書：保体702新高等保健体育（大修館書店）
 副教材：図説 新高等保健（大修館書店）

IV 学習計画

期	月	学 習 内 容		授業時数	備考	
		考 査	「教科書」の学習内容			副教材・その他の学習内容
一 学 期	4	1 学期末 考査	生涯を通じる健康 ①思春期と健康 P64-65 ②性意識と性行動の選択 P66-67 ③結婚、妊娠、出産と加齢 P68-77	図説 P94-97 P98-99 P100-113	3	
	5				4	
	6				4	
	7				3	
二 学 期	9	2 学期末 考査	生涯を通じる健康 ④保健制度・医療制度の活用 P80-83 ⑤医薬品と健康 P84-85 ⑥さまざまな保健活動や対策 P86-87 社会生活と健康 ①大気汚染、水質汚濁、土壌汚染と健康 P90-93 ②健康被害の防止と環境対策 P94-97 ③環境衛生活動のしくみと働き P98-99	図説 P114-119 P120-123 P124-125 P134-139 P140-141 P142-145	3	
	10				5	
	11				4	
	12				3	
三 学 期	1	学 年 末 考査	社会生活と健康 ④食品衛生活動・食品と環境 P100-103 ⑤労働と健康 P104-109	図説 P146-149 P150-155	3	
	2				4	
	3				3	
					計 39 (1単位)	
評 価	各学期末考査で評価する。（ノート提出、小テスト等を評価の対象とする場合もある。）					

教科名 保健体育科
 科目名 **体育**
 対象 6学年全員
 I 学習到達目標

運動の合理的・計画的な実践を通して、知識を深めるとともに、技能を高め、運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるようにし、自己の状況に応じて体力の向上を図る能力について学び、公正、協力、責任、参画などに対する意欲を高め、健康・安全を確保して、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を身につける。

II 授業の進め方（授業形態等）

3単位のうち2単位は、1単位ごとに3種目の中から1種目を選択し年間を通じて男女共習で履修し、1単位は男女別習で各種目を履修する。

III 教科書・副教材

教科書：保体301 現代高等保健体育（大修館書店）
 副教材：ステップアップ高校スポーツ（大修館書店）

IV 学習計画

学期	月	学 習 内 容			授業時数	備考
		選択種目 1	選択種目 2	男女別習		
一 学 期	4	体づくり運動 P6-25 陸上競技(走)P54-83 体育理論 現代高等保健体育 P136-157 男子：演舞 女子：カドリール			9	
	5	選択種目 1：バドミントン P236-247、卓球 P224-235、バウンドテニス 選択種目 2：バスケットボール P102-123、卓球、スナッグゴルフ			1 2	
	6	選択種目 1、2からそれぞれ1種目を選択して履修（年間を通じて選択した種目を行う。） 体力テスト P378-381			1 2	
	7	水 泳 P84-101 アクアゲーム、20分間泳、水上安全法 等			9	
二 学 期	9	水 泳 アクアゲーム、20分間泳、水上安全法 等			1 1	
	10	バドミントン、卓球、バウンドテニスから1種目を選択して履修	バスケットボール、卓球、スナッグゴルフから1種目を選択して履修	球技総合・体づくり運動	1 2	
	11	（年間を通じて選択した種目を行う。）	（年間を通じて選択した種目を行う。）	バレーボール P180-199	1 3	
	12			インディアカ	9	
三 学 期	1	バドミントン、卓球、ニュースポーツ・パラスポーツから1種目を選択して履修	バスケットボール、卓球、ネット型種目総合から1種目を選択して履修	バレーボール	1 2	
	2	（年間を通じて選択した種目を行う。）	（年間を通じて選択した種目を行う。）	インディアカ	1 4	
	3			球技総合・体づくり運動	4	
					計 1 1 7 (3単位)	
評 価	各種目とも、出席状況・授業態度・実技点・学習カード点を対象に10段階の評価を行い、各種目の評価を合算して体育の評価とする。					