

かわの のどが乾いた! なにを飲む?



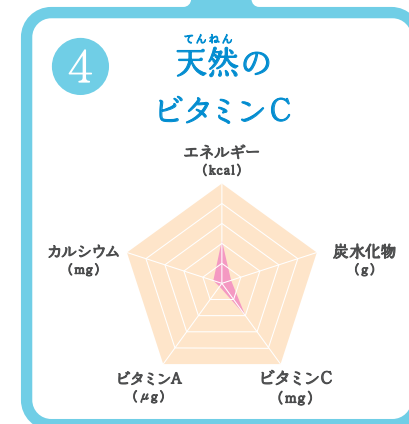
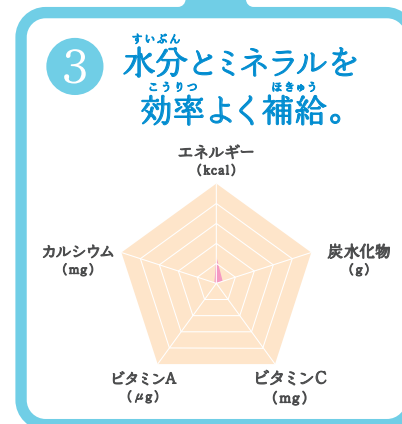
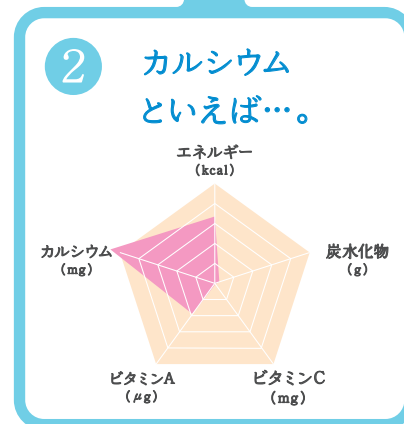
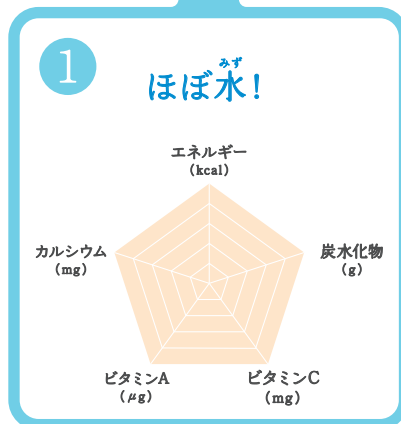
それぞれの飲みものが含んでいる栄養をグラフにしました。
どのグラフがどの飲みものか、分かりますか? 分かったら線でつないでみよう!

100%
オレンジジュース

ぎゅうにゅう
牛乳

スポーツドリンク

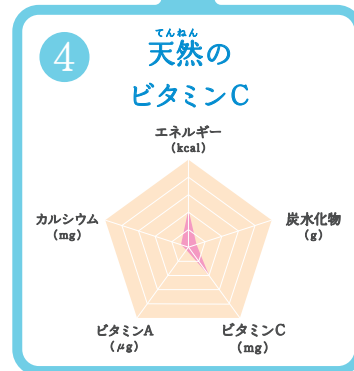
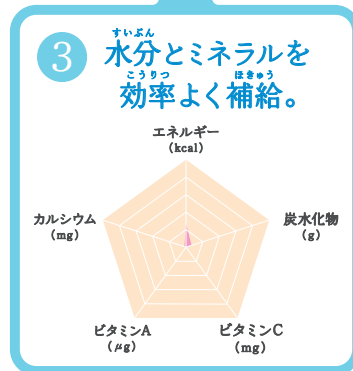
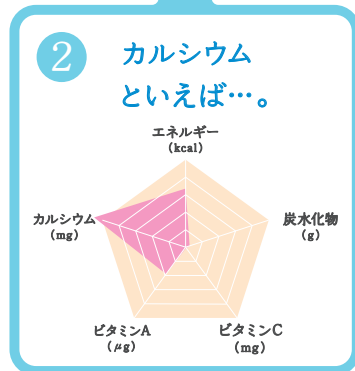
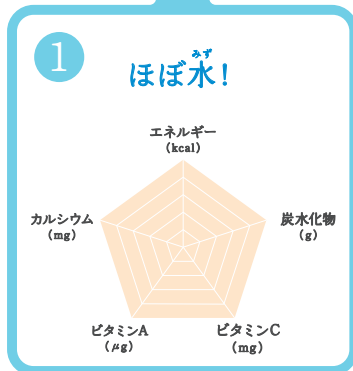
むぎちゃ
麦茶



かわの のどが乾いた！なにを飲む？



それぞれの飲みものが含んでいる栄養をグラフにしました。
どのグラフがどの飲みものか、分かりますか？分かったら線でつないでみよう！



- 4種類の飲みもののイラストから、のどが渴いたときに飲みたくなるものを児童に選択させたあとで、その飲みものがどのグラフに当てはまるか考えて、照らし合わせてもらいます。
- グラフは4つの飲みものの100mlあたりのエネルギー(カロリー)、糖質、ビタミンC、ビタミンA、カルシウムの含有量を可視化したものです。自分が選ばなかったものについてもどんな栄養を含んでいるか考えさせ、興味を持つように促します。
- それぞれの飲みものについてメリット、デメリットがあることを学習してもらい、ただ好きなものを飲むのではなく、なんのためにそれを飲むのか、自分のカラダへの影響やどんな栄養が入っているか考えることの意味を学習する内容となっています。