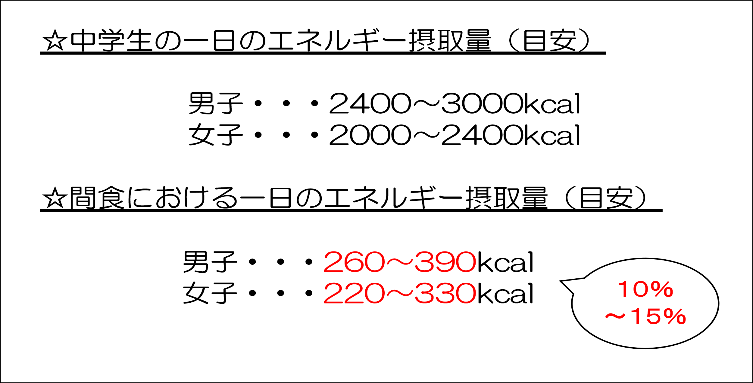
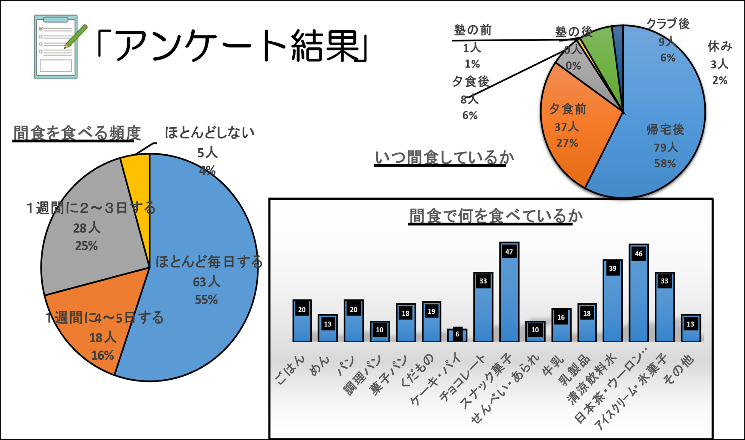
**授業の流れの全体像**

**めあて　「間食のとり方を考えよう」**

**⑤**

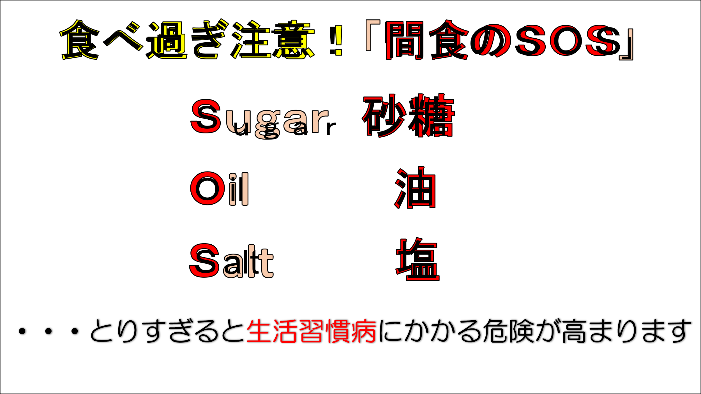
**①**

**⑥**



**②**





**⑦**

お菓子のパッケージ確認する。



**③**

間食の内容と量について考える。

（普段よく食べている間食をワークシートに書く）

**④**



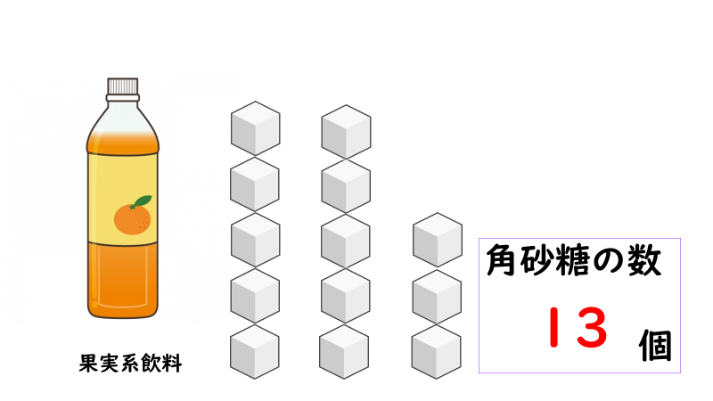


選択した間食のエネルギー量を計算する。

**⑩**

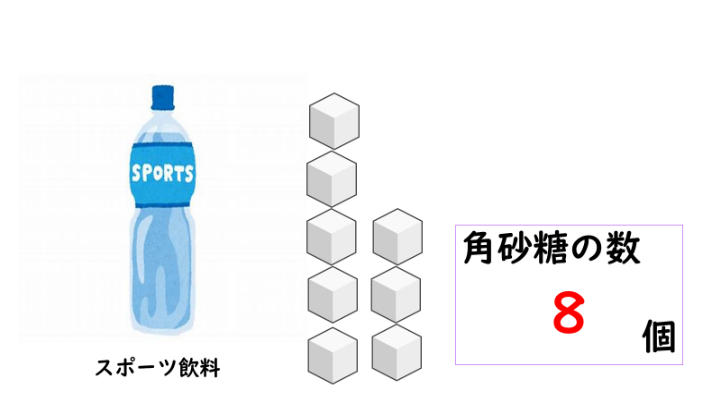
**⑧**



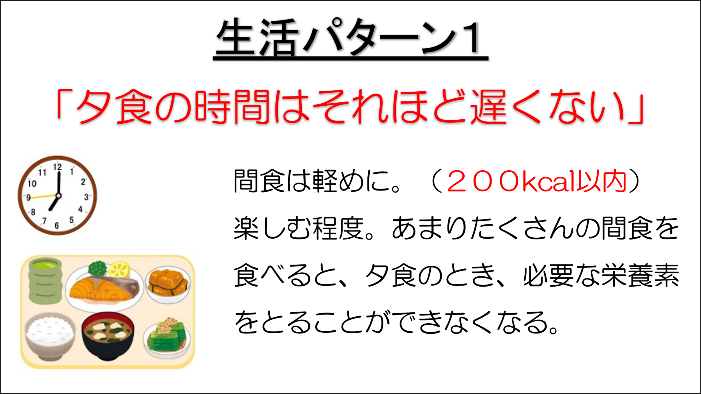


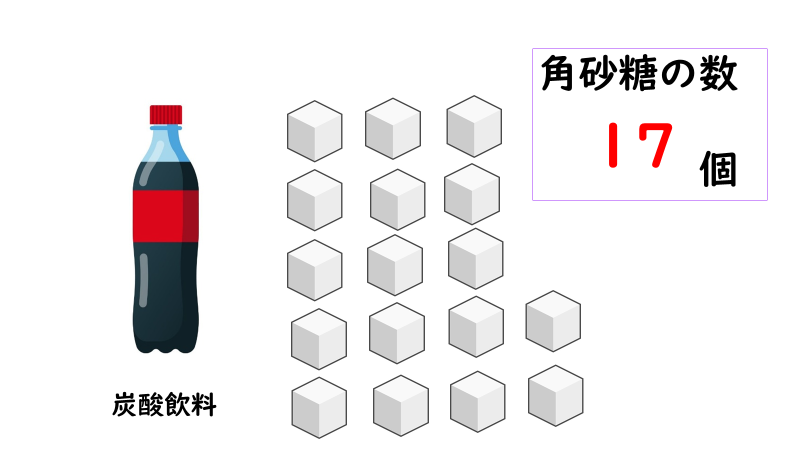




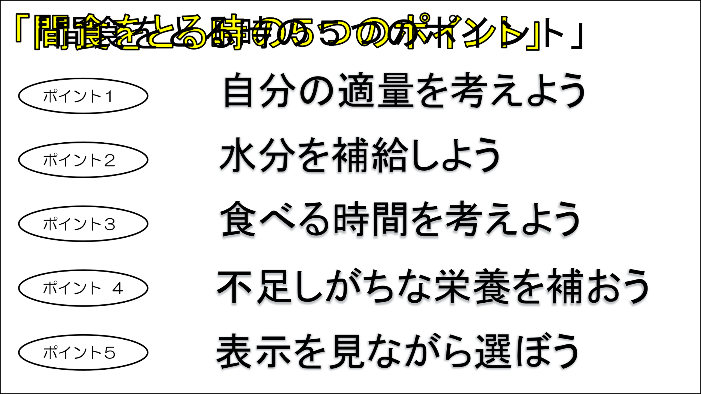


**⑪**

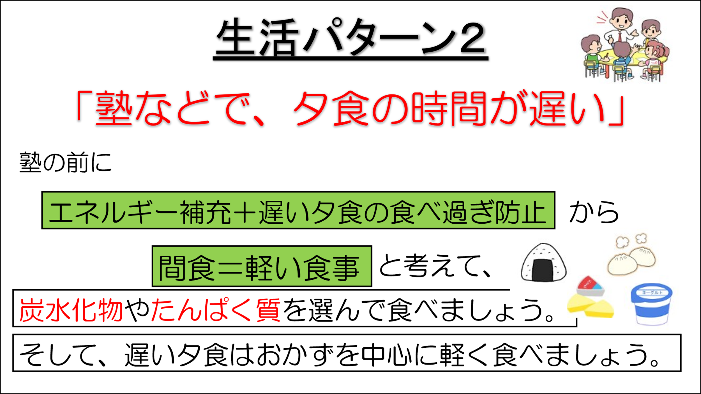


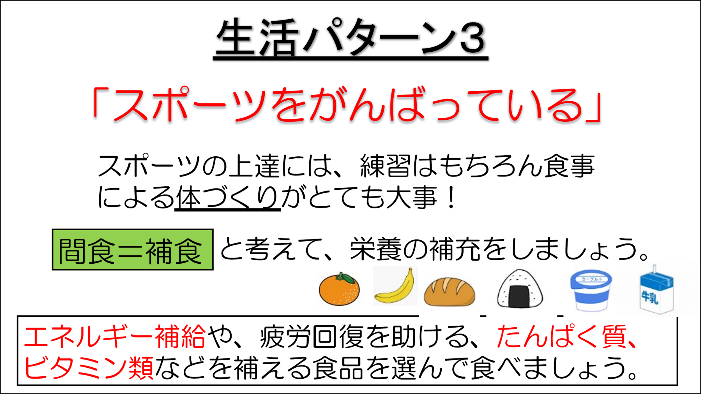


**⑮**



ふりかえり





**⑫**

今までの間食のとり方を振り返る。

適切だと思う間食をもう一度選択する。

**⑬**

**⑭**

選択した間食のエネルギー量を計算する。

「間食をとるときの５つのポイント」

**⑮**