**新明國小Yes，I can校訂課程 探索教育- Yes，I can enjoy it**

**好市生活DAY&NIGHT 五年級 Good Ｄay課程**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 上學期 | **百「市」可樂****\*新明市場初體驗**1. 認識新明市場
2. 市場商品的種類及營養

**\*蔬壓一下:蔬果拓印畫**1. 介紹拓印
2. 創意蔬果拓印畫

**\*食物選擇停看聽**1. 認識六大食物的營養素
2. 認識食物紅綠燈

**\*打開五感愛上食材** 1. 真假湯頭比一比 | **舉「市」無雙****\*學校的午餐私廚**1. 午餐哪裡來
2. 參觀午餐廚房，訪問午餐秘書及廚工

**\*愛上營養午餐**1. 設計一日菜單
2. 心動就要行動

**\*第一名健康餐盤**1. 美味的健康餐盤
2. 獎落誰家-第一名健康餐盤美食獎
 | **武功蓋「市」****\*我是市集小達人**1.認識不同市場的種類**\*健康年菜大挑戰**1. 做菜我最行
2. 美食紀錄趣
 |
| 下學期 | **「市」如珍寶****\*我是市場探險家**1. 市場巡禮
2. 傳統市場的優缺點分析

 優點:新鮮，不過度包裝，人情味 缺點:不夠整潔，食材浪費  | **「市」在必行****\*講客(閩)語也行**1. 逛市場前的準備
2. 用客(閩)語說食材
3. 挑選食材的技巧
4. 挑選食材的禮儀

**\*市場出任務**1. 市場採買大挑戰:每人準備100元，每組需買齊六大類食物。
 | **好「市」多魔****\*施點小魔法**1. 我逛市場的感受
2. 給點顏色-彩繪新明市場
3. 改造新明市場大作戰-我來思考
4. 改造新明市場大作戰-我來獻計
5. 新明市場大變身
 |