**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 |