****

Instituto de Capacitación para el Trabajo del

Estado de Quintana Roo

# Dirección General

**Dirección Técnica-Académica**

**PROGRAMA DE CURSO NO REGULAR**

**“COCINA FRANCESA”**

**40 HORAS.**

|  |
| --- |
| PRESENTACIÓN |
| El Instituto de Capacitación para el Trabajo del Estado de Quintana Roo con base al programa de estudios de especialidad de Preparación de alimentos y bebidas, ha elaborado el curso **“COCINA FRANCESA”** en base a las necesidades y requerimientos de aquellas personas que deseen aprender nuevas recetas para estos eventos especiales o simplemente para su consumo.  Este programa conocerán parte de la gastronomía francesa considerada una de la más importantes del mundo, que al igual que México está dentro de lista del Patrimonio Cultural Inmaterial de la humanidad y siendo ésta (La francesa) la denominada “Madre de la gastronomía”. Con duración de 40 horas de capacitación, 4 unidades, 9 Temas y 3 subtemas:  **1. INTRODUCCIÓN A LA COCINA FRANCESA**  1.1. Seguridad e higiene  1.2. Materiales y utensilios  **2. CONOCIMIENTOS GENERALES DE LA COCINA FRANCESA**  2.1. Características básicas de la cocina Francesa    **3. PREPARACIÓN DE PLATILLOS DE LA COCINA FRANCESA**  3.1. Técnicas para la elaboración de platillos típicos de Francia |
| JUSTIFICACION | |
| Este programa **“COCINA FRANCESA”** es diseñado en atención a la petición por parte los capacitandos que han tomado cursos de alimentos y desean ampliar sus conocimientos con nuevas recetas internacionales, siendo una de ellas las recetas de Comidas Francesas, y generar nuevas oportunidades económicas que den beneficio con productos elaborados en casa para su consumo o comercialización. | |

|  |
| --- |
| **OBJETIVO GENERAL** |
| Al finalizar el curso **“COCINA FRANCESA”**, el capacitando obtendrá los conocimientos y habilidades básicas para la elaboración de los platillos más representativos de la cocina Francesa, dentro de la amplia gama que contiene el país, tomando en cuenta la seguridad e higiene en la manipulación de alimentos. |

|  |
| --- |
| **DIRIGIDO A** |
| El curso **“Cocina Francesa”** está dirigido al público en general.  El aspirante que desee ingresar a este curso, deberá cubrir los siguientes requisitos:   * Aplicar la comunicación verbal * Saber leer y escribir * Aplicar las cuatro operaciones aritméticas básicas * Edad mínima de 15 años * Ganas de aprender   Además para poder inscribirse, el aspirante deberá entregar la documentación siguiente:   * Acta de nacimiento * Comprobante de domicilio * CURP * Comprobante del último grado de estudios * Solicitud de inscripción con los datos requeridos   Lo anterior, de acuerdo con las Normas de Control Escolar de las Unidades de Capacitación para el Trabajo, autorizadas por la Dirección General de Centros de Formación para el Trabajo (DGCFT). |

**PRESENTACIÓN DE LOS CONTENIDOS TEMÁTICOS**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **CONTENIDOS** | | | **NOMBRE** |
| **UNIDAD** | **TEMA** | **SUBTEMA** |
| **1** |  |  | **INTRODUCCIÓN A LA COCINA FRANCESA** |
|  | **1.1** |  | Seguridad e higiene |
|  | **1.2** |  | Materiales y utensilios |
| **2** |  |  | **CONOCIMIENTOS GENERALES DE LA COCINA FRANCESA** |
|  | **2.1** |  | **Características básicas de la cocina Francesa** |
|  |  | 2.1.1 | Principales Platillos de las regiones importantes de Francia |
|  |  | 2.1.2 | Singularidad Regional y materia prima |
|  |  | 2.1.3 | Introducción a los diferentes tipos de cortes de vegetales |
| **3** |  |  | **PREPARACIÓN DE PLATILLOS DE LA COCINA FRANCESA** |
|  | **3.1** |  | **Técnicas para la elaboración de platillos típicos de Francia** |
|  |  | 3.1.1 | Apéritif, Entrée o hours d´oeuvre (Entradas) |
|  |  | 3.1.2 | Salads, crudités (Ensaladas) |
|  |  | 3.1.3 | Soupes (Sopas) |
|  |  | 3.1.4 | Plat de Résistance (Plato fuerte) |
|  |  | 3.1.5 | Fromage (Quesos) |
|  |  | 3.1.6 | Dessert (Postres) |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |

**CRITERIOS DE EVALUACIÓN**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ACTIVIDADES ACADÉMICAS** | | | |
| **ASISTENCIA** | **%** | **MÍNIMO REQUERIDO** | **OBSERVACIONES** |
| 20% | 16 | - |
| **EVALUACIÓN CONTINUA** | **%** | **MÍNIMO REQUERIDO** | **OBSERVACIONES** |
| 40 | 32% | - |
| **EVALUACIÓN ESCRITA Y/O PRÁCTICA** | **%** | **MÍNIMO REQUERIDO** | **OBSERVACIONES** |
| 40 | 32% | - |
| **HORAS DE PRÁCTICA** |  | **MÍNIMO REQUERIDO** | **OBSERVACIONES** |
| 40 | 36 | - |

**CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES POR UNIDAD**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NOMBRE DE LA UNIDAD:** | 1. **INTRODUCCIÓN A LA COCINA FRANCESA** | | | | |
| **PROPÓSITO:** | Al finalizar el curso el capacitando conocerá e identificará los materiales e insumos que se utilizarán en la elaboración de los platillos típicos de Francia, tomando en cuenta las medidas de seguridad e higiene. | | | | |
|  |  | | | | |
| **DESARROLLO TEMÁTICO** | | **ESTRATEGIA DIDÁCTICA** | **APOYO DIDÁCTICO** | **CRITERIO DE EVALUACIÓN** | **TIEMPO** |
| 1.1. Seguridad e higiene    1.2. Materiales y utensilios | | ***Encuadre Grupal:***   * Integración grupal , presentación del instructor * Presentación del curso * Materiales didácticos * Forma de trabajo * Objetivo general, contenido temático, beneficios y forma de evaluación   ***Contextualización:***   * Presentación de videos de las costumbres de los Franceses   ***Teorización:***   * El instructor explicará la importancia de aplicar las técnicas de seguridad e higiene * El instructor presentará y demostrará los materiales y los utensilios y el uso correcto de cada uno de ellos. | ***Instalaciones:***   * Aula – taller de capacitación * Cocina   ***Mobiliario:***   * Banco de trabajo * Mesa de trabajo * Tarja   ***Equipo:***   * Refrigerador * Licuadora: * Batidor: * Estufa con horno   ***Utensilios:***   * Sartenes * Platos de presentación * Tazón * Cucharas * Espátula de madera y plástico * Bowls * Mandiles * Servilletas * Cuchillos * Tabla para picar | ***Evaluación diagnóstica:***   * Cuestionario * Documental   ***Evaluación formativa:***   * De campo | 2 hrs |

**CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES POR UNIDAD**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NOMBRE DE LA UNIDAD:** | **1.- INTRODUCCIÓN A LA COCINA FRANCESA** | | | | |
| **PROPÓSITO:** | Al finalizar el curso el capacitando conocerá e identificará los materiales e insumos que se utilizarán en la elaboración de los platillos típicos de Francia, tomando en cuenta las medidas de seguridad e higiene. | | | | |
|  |  | | | | |
| **DESARROLLO TEMÁTICO** | | **ESTRATEGIA DIDÁCTICA** | **APOYO DIDÁCTICO** | **CRITERIO DE EVALUACIÓN** | **TIEMPO** |
|  | | ***Ejercitación:***   * El participante conocerá e identificará la importancia de aplicar las técnicas de seguridad e higiene en la preparación de los alimentos. * El instructor presentará y demostrará los materiales y los utensilios y el uso correcto de cada uno de ellos.   ***Reflexión:***   * Coordinación de sesiones de retroalimentación al desempeño del capacitando y desarrollo del curso   Organización de sesiones para verificar el logro del contenido temático | * Colador * Tazas medidoras   ***Insumos:***   * Carnes rojas * Carnes blancas * Mariscos * Mantequilla * Aceite de cocina * hierbas * sal * Pimienta * Azúcar * Vegetales * Frutas * Azúcar glass * Pastas |  |  |

**CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES POR UNIDAD**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NOMBRE DE LA UNIDAD:** | **2.- CONOCIMIENTOS GENERALES DE LA COCINA FRANCESA** | | | | |
| **PROPÓSITO:** | Al finalizar el curso el capacitando conocerá los platillos de las principales regiones de Francia, así como elaborará los diferentes tipos de cortes de los vegetales para su correcta presentación, utilizando las medidas de seguridad e higiene. | | | | |
|  |  | | | | |
| **DESARROLLO TEMÁTICO** | | **ESTRATEGIA DIDÁCTICA** | **APOYO DIDÁCTICO** | **CRITERIO DE EVALUACIÓN** | **TIEMPO** |
| **2.1. Características básicas de la cocina Francesa**  2.1.1. Principales platillos de las regiones importantes de Francia  2.1.2. Singularidad Regional y materia prima  2.1.3. Introducción a los diferentes tipos de cortes de vegetales | | ***Encuadre Grupal:***   * Presentación de la unidad * Materiales didácticos * Forma de trabajo * Objetivo general, contenido temático, beneficios y forma de evaluación   ***Contextualización:***   * Presentación de videos de las costumbres de los Franceses   ***Teorización:***   * El instructor explicará los principales platillos de las regiones importantes de Francia. * El instructor explicará la singularidad regional y características de la materia prima * El instructor explicará y demostrará los tipos de cortes que se realizan en las vegetales   ***Ejercitación:***   * El participante conocerá e identificará los principales platillos de las regiones importantes de Francia. | ***Instalaciones:***   * Aula – taller de capacitación * Cocina   ***Mobiliario:***   * Banco de trabajo * Mesa de trabajo * Tarja   ***Equipo:***   * Refrigerador * Licuadora: * Batidor: * Estufa con horno   ***Utensilios:***   * Sartenes * Platos de presentación * Tazón * Cucharas * Espátula de madera y plástico * Bowls * Mandiles * Servilletas * Cuchillos   Tabla para picar | ***Evaluación formativa:***  De campo  -Lista de cotejo  -Guía de observación | 4 hrs |

**CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES POR UNIDAD**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NOMBRE DE LA UNIDAD:** | **2.- CONOCIMIENTOS GENERALES DE LA COCINA FRANCESA** | | | | |
| **PROPÓSITO:** | Al finalizar el curso el capacitando conocerá los platillos de las principales regiones de Francia, así como elaborará los diferentes tipos de cortes de los vegetales para su correcta presentación, utilizando las medidas de seguridad e higiene. | | | | |
|  |  | | | | |
| **DESARROLLO TEMÁTICO** | | **ESTRATEGIA DIDÁCTICA** | **APOYO DIDÁCTICO** | **CRITERIO DE EVALUACIÓN** | **TIEMPO** |
|  | | * El participante conocerá la singularidad regional y características de la materia prima * El participante identificará y elaborará los tipos de cortes de los vegetales   ***Reflexión:***   * Coordinación de sesiones de retroalimentación al desempeño del capacitando y desarrollo del curso   Organización de sesiones para verificar el logro del contenido temático | * Colador * Tazas medidoras   ***Insumos:***   * Carnes rojas * Carnes blancas * Mariscos * Mantequilla * Aceite de cocina * hierbas * sal * Pimienta * Azúcar * Vegetales * Frutas * Azúcar glass * Pastas |  |  |

**CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES POR UNIDAD**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NOMBRE DE LA UNIDAD:** | **3.- PREPARACIÓN DE PLATILLOS DE LA COCINA FRANCESA** | | | | |
| **PROPÓSITO:** | Al finalizar el curso el capacitando elaborará los platillos de las principales regiones de Francia, utilizando las técnicas aprendidas para su correcta presentación, utilizando las medidas de seguridad e higiene. | | | | |
|  |  | | | | |
| **DESARROLLO TEMÁTICO** | | **ESTRATEGIA DIDÁCTICA** | **APOYO DIDÁCTICO** | **CRITERIO DE EVALUACIÓN** | **TIEMPO** |
| **3.1. Técnicas para la elaboración de platillos típicos de Francia**  3.1.1 Apéritif, Entrée o hours d´oeuvre (Entradas)  3.1.2. Salads, crudités (Ensaladas)  3.1.3. Soupes (Sopas)  3.1.4. Plat de Résistance (Plato fuerte)  3.1.5. Fromage (Quesos)  3.1.6. Dessert (Postres) | | ***Encuadre Grupal:***   * Presentación de la unidad * Materiales didácticos * Forma de trabajo * Objetivo general, contenido temático, beneficios y forma de evaluación   ***Contextualización:***   * Presentación de videos de las costumbres de los Franceses   ***Teorización:***   * El instructor explicará y demostrará como elaborar las ensaladas, sopas, entradas, tablas de queso platos fuertes o postres. * El instructor explicará y demostrará la técnica para elaborar el plato fuerte según la región, de acuerdo a las técnicas aprendidas. * El instructor explicará y demostrará las técnicas para elaborar el tipo de postre que acompañaran el plato fuerte elaborado, lo anterior tomando en cuenta las medidas de seguridad e higiene. | ***Instalaciones:***   * Aula – taller de capacitación * Cocina   ***Mobiliario:***   * Banco de trabajo * Mesa de trabajo * Tarja   ***Equipo:***   * Refrigerador * Licuadora: * Batidor: * Estufa con horno   ***Utensilios:***   * Sartenes * Platos de presentación * Tazón * Cucharas * Espátula de madera y plástico * Bowls * Mandiles * Servilletas * Cuchillos * Tabla para picar | ***Evaluación formativa:***  De campo:  -Lista de cotejo  -Guía de observación  ***Evaluación Final***   * Cuestionario * Documental * Presentación de platillos | 34 hrs |

**CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES POR UNIDAD**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NOMBRE DE LA UNIDAD:** | **3.- PREPARACIÓN DE PLATILLOS DE LA COCINA FRANCESA** | | | | |
| **PROPÓSITO:** | Al finalizar el curso el capacitando elaborará los platillos de las principales regiones de Francia, utilizando las técnicas aprendidas para su correcta presentación, utilizando las medidas de seguridad e higiene. | | | | |
|  |  | | | | |
| **DESARROLLO TEMÁTICO** | | **ESTRATEGIA DIDÁCTICA** | **APOYO DIDÁCTICO** | **CRITERIO DE EVALUACIÓN** | **TIEMPO** |
|  | | ***Ejercitación:***   * El alumno elaborará las ensaladas, sopas, entradas, tablas de queso platos fuertes, según la técnica aprendida. * El alumno elaborará el plato fuerte según la región, de acuerdo a las técnicas aprendidas. * El alumno la elaborará el tipo de postre que acompañaran el plato fuerte elaborado, lo anterior tomando en cuenta las medidas de seguridad e higiene.   ***Reflexión:***   * Coordinación de sesiones de retroalimentación al desempeño del capacitando y desarrollo del curso   Organización de sesiones para verificar el logro del contenido temático | * Colador * Tazas medidoras * Recetas   ***Insumos:***   * Carnes rojas * Carnes blancas * Mariscos * Mantequilla * Aceite de cocina * hierbas * sal * Pimienta * Azúcar * Vegetales * Frutas * Azúcar glass * Pastas |  |  |

**DISTRIBUCIÓN DE CARGA HORARIA**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **UNIDAD** | **TEMAS** | **SUBTEMAS** | **CARGA HORARIA** | **HORAS DE PRÁCTICA** |
| 1 | 2 |  | 2 | 1 |
| 2 | 1 | 3 | 4 | 3 |
| 3 | 1 | 6 | 34 | 28 |
| **TOTALES** | **4** | **9** | **40** | **32** |

|  |
| --- |
| **BIBLIOGRAFÍA** |
| El Arte de la Cocina Francesa  Editor : Julia Child  Editorial DEBATE 2014  Gastronomía de Francía  Wikipedia Asson Month 2010 |

|  |
| --- |
| **CRÉDITOS** |
| Instituto de Capacitación para el Trabajo del Estado de Quintana R oo  Unidad Chetumal  Instructor: LG. Alejandro Mora Galaz  Reviso:  Lic. Andrea Catalina Téllez Morán |