FPC/DSTP/0001

****

Instituto de Capacitación para el Trabajo

del Estado de Quintana Roo

# Dirección General

Dirección Técnica-Académica

PROGRAMA DE CURSO NO REGULAR

***“NAVIDAD GOURMET”***

**HORAS: 20**

|  |
| --- |
| 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 “NAVIDAD GOURMET” en base a las necesidades y requerimiento de aquellas personas que coordinan eventos especiales, así como personas por el gusto de la cocina.  Este programa contiene técnicas para elaborar platillos equilibrados, que sirva como una fuente de trabajo a quién se capacite de manera sencilla y clara, en el que conocerán desde de los materiales e insumos hasta la técnica de elaboración de los platillos, con duración de 20 horas de capacitación, 2 unidades y 7 temas:  **1.-Proteínas y guarniciones**  1.1 Seguridad e higiene  1.2 Métodos de cocción de diferentes proteínas  1.3 Elaboración de guarniciones para acompañamiento de platos principales  **2.- Tiempos en la estructura de un banquete navideño**  2.1.1 Entradas  2.1.2 Sopas y cremas  2.1.3 Platos fuertes  2.1.4 Postres |

|  |
| --- |
| JUSTIFICACION |
| Este programa es realizado a petición de los capacitandos que han tomado cursos de Cocina Navideña o cocina en general y desean actualizarse obteniendo platillos equilibrados pero con un buen sabor y uno de ellas es el programa **“NAVIDAD GOURMET”**, la cual son da a conocer los elementos para la elaboración de una cena navideña con nuevas alternativas, que les permitirá a aquellas personas que se dedican al área de alimentos comercializar con nuevos menús, obteniendo beneficios con sus productos. |

|  |
| --- |
| **OBJETIVO GENERAL DEL CURSO** |
| Al finalizar el curso **“NAVIDAD GOURMET”**, el capacitando elaborará platillos equilibrados con sus tres tiempos: Entradas, Sopas ó cremas, Plato fuerte, y postres, empleando diferentes materias primas y distintos tipos de proteínas, dichos conocimientos les permitirá especializarse o bien fomentar un empleo, respetando las medidas de seguridad e higiene. |

|  |
| --- |
| **DIRIGIDO A** |
| El curso **“Navidad Gourmet”** 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** |  |  | **PROTEINAS Y GUARNICIÓNES** |
|  | **1.1** |  | **Seguridad e higiene** |
|  | **1.2** |  | **Métodos de cocción de diferentes proteínas** |
|  | **1.3** |  | **Elaboración de guarniciones para acompañamiento de platos principales** |
|  |  | 1.3.1 | Vegetales |
|  |  | 1.3.2 | Salteados y frituras |
|  |  | 1.3.3 | Productos al horno |
| **2** |  |  | **Tiempos en la estructura de un banquete navideño** |
|  |  | 2.1.1. | Entradas |
|  |  | 2.1.2 | Sopas y cremas |
|  |  | 2.1.3 | Platos fuertes |
|  |  | 2.1.4 | Postres |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |

**CRITERIOS DE EVALUACIÓN**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ACTIVIDADES ACADÉMICAS** | | | |
| ASISTENCIA | **%** | MÍNIMO REQUERIDO | OBSERVACIONES |
| 10 | 8 |  |
| EVALUACIÓN CONTINUA | **%** | MÍNIMO REQUERIDO | OBSERVACIONES |
| 30 | 24 |  |
| EVALUACIÓN PRÁCTICA | **%** | MÍNIMO REQUERIDO | OBSERVACIONES |
| 60 | 48 |  |
| HORAS DE PRÁCTICA | HORAS | MÍNIMO REQUERIDO | OBSERVACIONES |
| 20 | 16 |  |

**CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES POR UNIDAD**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NOMBRE DE LA UNIDAD:** | 1. **PROTEÍNAS Y GUARNICIONES** | | | | |
| **PROPÓSITO:** | Al finalizar la unidad, el capacitando identificará las características de las diferentes proteínas para la elaboración de guarniciones empleando diferentes materias primas, respetando las medidas de seguridad e higiene. | | | | |
|  |  | | | | |
| **DESARROLLO TEMÁTICO** | | | **ESTRATEGIA DIDÁCTICA** | **APOYO DIDÁCTICO** | **CRITERIO DE EVALUACIÓN** | **TIEMPO** |
| * 1. **Seguridad e Higiene**   2. **Métodos de cocción de diferentes proteínas**   3. **Elaboración de guarniciones para acompañamiento de platos principales**   1.3.1 Vegetales  1.3.2 Salteados y frituras  1.3.3 Productos al horno | | | ***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 cómo elaborar la estructuración de platillos.   ***Teorización:***   * El instructor explicará la importancia de llevar a cabo las medidas de seguridad e higiene * El instructor presentará y demostrará los métodos para la cocción de las diferentes proteínas según el tipo de guarnición. * El instructor demostrará como elaborar las guarniciones para el acompañamiento de los platillos principales. | ***Instalaciones:***   * Aula – taller de capacitación   ***Mobiliario:***   * Banco de trabajo * Mesa de trabajo * Tarja   ***Equipo:***   * Refrigerador * Licuadora * Batidor:   Globo   * Estufa con horno   ***Utensilios:***   * Sartenes * Platos de presentación * Tazón * Cuchara * Espátula de madera y plástico * Bowls | ***Evaluación diagnóstica:***   * Cuestionario * Documental   ***Evaluación formativa:***   * De campo * Documental | 6 hrs |

**CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES POR UNIDAD**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NOMBRE DE LA UNIDAD:** | **1.- PROTEÍNAS Y GUARNICIONES** | | | | |
| **PROPÓSITO:** | Al finalizar la unidad, el capacitando identificará las características de las diferentes proteínas para la elaboración de guarniciones empleando diferentes materias primas, respetando las medidas de seguridad e higiene. | | | | |
|  |  | | | | |
| **DESARROLLO TEMÁTICO** | | | **ESTRATEGIA DIDÁCTICA** | **APOYO DIDÁCTICO** | **CRITERIO DE EVALUACIÓN** | **TIEMPO** |
|  | | | ***Ejercitación:***   * El alumno conocerá y aplicará las técnicas de seguridad e higiene * El alumno conocerá y aplicará los diferentes métodos de cocción de proteínas. * El alumno identificará los materiales básicos para la elaboración de acompañamiento de platos, empleando diversos tipos de cocción y guarniciones.   ***Reflexión:***   * Coordinación de sesiones de retroalimentación al desempeño del capacitando y desarrollo del curso * Organización de sesiones para verificar el logro del contenido temático | * Tabla para picar * Colador * Tazas medidoras * charolas   ***Insumos:***   * Carnes rojas * Carnes blancas * Pescados * Mariscos * Mantequilla * Aceite de cocina * hierbas * Sal * Pimienta * Azúcar * Vegetales * Frutas * Azúcar glas * Caldos |  |  |

**CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES POR UNIDAD**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NOMBRE DE LA UNIDAD:** | | **2.- TIEMPOS EN LA ESTRUCTURA DE UN BANQUETE NAVIDEÑO** | | | | |
| **PROPÓSITO:** | | Al finalizar la unidad, el capacitando elaborará platillos con los tres tiempos, empleando diferentes materias primas y distintos tipos de proteína, respetando las medidas de seguridad e higiene, que les permitirá especializarse profesionalmente. | | | | |
|  | |  | | | | |
| **DESARROLLO TEMÁTICO** | | **ESTRATEGIA DIDÁCTICA** | | **APOYO DIDÁCTICO** | **CRITERIO DE EVALUACIÓN** | **TIEMPO** |
| 2.1.1 Entradas  2.1.2 Sopas y cremas  2.1.3 Platos fuertes  2.1.4 Postres | | ***Encuadre Grupal:***   * Presentación de la unidad * Forma de trabajo * Objetivo de la unidad y beneficios.   ***Contextualización:***   * Testimonio de alumnos y maestro acerca de su experiencia personal en distintos platillos navideños.   ***Teorización:***   * El instructor explicará y demostrará cómo se conforman los tiempos que forman parte de un banquete * El instructor explicará y demostrará la elaboración de los tres tiempos que componen un platillo: entradas, sopas y cremas, platos fuertes y postres.   ***Ejercitación:***   * El alumno conocerá cómo se conforman los tiempos que forman parte de un banquete * El alumno elaborará los tres tiempos que componen un platillo: entradas, sopas y cremas, platos fuertes y postres. | | ***Instalaciones:***   * Aula – taller de capacitación   ***Mobiliario:***   * Banco de trabajo * Mesa de trabajo * Tarja   ***Equipo:***   * Refrigerador * Licuadora: * Batidor:   Globo   * Estufa con horno   ***Utensilios:***   * Pala * Sartenes y ollas * Tazón * Cuchara * Espátula de madera y plástico * bowls | ***Evaluación formativa:***   * Cuestionario * Documental   ***Evaluación final:***   * De campo * Presentación de platillos | 14 hrs. |

**DISTRIBUCIÓN DE CARGA HORARIA**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **UNIDAD** | **TEMAS** | **SUBTEMAS** | **CARGA HORARIA** | **HORAS DE PRÁCTICA** |
| 1 | 3 | 3 | 6 | 4 |
| 2 | 1 | 4 | 14 | 12 |
| **TOTALES** | **4** | **7** | **20** | **16** |

|  |
| --- |
| **BIBLIOGRAFÍA** |
| el**gourmet**.com/programa/**abc**-**gourmet**. |

|  |
| --- |
| **CRÉDITOS** |
| INSTITUTO DE CAPACITACIÓN PARA EL TRABAJO DEL ESTADO DE QUINTANA ROO  ICAT- CHETUMAL  ELABORADO POR: L.A.C. Ramón de Jesús Ramos Vargas  REVISÓ:  JULIA ELENI PADILLA LEDESMA |