

MINISTERUL EDUCAȚIEI NAȚIONALE
CENTRUL NAȚIONAL DE DEZVOLTARE A
ÎNVĂȚĂMÂNTULUI PROFESIONAL ȘI TEHNIC

Anexa nr. 3 la OMEN nr. 3501 din 29.03.2018

CURRICULUM

pentru

clasa a XI-a

ÎNVĂȚĂMÂNT PROFESIONAL

Calificarea profesională

BUCĂȚAR

Domeniul de pregătire profesională:

TURISM ȘI ALIMENTAȚIE

Domeniul de pregătire generală

ALIMENTAȚIE

2018

Acest curriculum a fost elaborat ca urmare a implementării proiectului “Curriculum Revizuit în Învățământul Profesional și Tehnic (CRIPT)”, ID 58832.

Proiectul a fost finanțat din FONDUL SOCIAL EUROPEAN

Programul Operațional Sectorial Dezvoltarea Resurselor Umane 2007 – 2013

Axa prioritară:1 “Educația și formarea profesională în sprijinul creșterii economice și dezvoltării societății bazate pe cunoaștere”

Domeniul major de intervenție 1.1 “Accesul la educație și formare profesională inițială de calitate”

GRUPUL DE AUTORI:

BRUMAR CONSTANȚA	Dr. Ec. Profesor grad didactic I, Dr., Colegiul Economic „Viilor” București
COSTACHE RODICA	Profesor, grad didactic I, Liceul Tehnologic „Voievodul Gelu” Zalău
DINESCU MIRELA	Profesor, grad didactic I, Școala Superioară Comercială „Nicolae Kretzulescu”, București
GEORGESCU ROXANA	Profesor, grad didactic I, Colegiul Economic „Ion Ghica” Târgoviște
GASPAR HAJNAL	Profesor, grad didactic I, Liceul Tehnologic „Voievodul Gelu” Zalău
RAȘID NELIDA	Profesor, grad didactic I, Colegiul Economic Mangalia
NEGOIANU NICOLETA	Profesor, grad didactic I, Colegiul Economic „Costin C. Kirițescu”, București
POȘTOVEI CĂTĂLINA	Profesor, grad didactic I, Colegiul Economic Buzău
TANISLAV CRISTINA	Profesor, grad didactic I, Colegiul Economic „Ion Ghica” Târgoviște
VASILESCU MARIA	Profesor, grad didactic I, Școala Superioară Comercială „Nicolae Kretzulescu”, București

COORDONARE CNDIPT:

MIHAELA ȘTEFĂNESCU – Inspector de specialitate / Expert curriculum

NOTĂ DE PREZENTARE

Acest curriculum se aplică pentru calificarea profesională **BUCĂȚAR** corespunzătoare profilului **SERVICII**, domeniul de pregătire profesională **TURISM ȘI ALIMENTAȚIE**:

Curriculumul a fost elaborat pe baza standardelor de pregătire profesională (SPP) aferente calificărilor sus menționate.

Nivelul de calificare conform Cadrului Național al Calificărilor – 3

Corelarea dintre unitățile de rezultate ale învățării și module:

Unitatea de rezultate ale învățării – tehnice specializate (URI)	Denumire modul
URÎ 9. Realizarea preparatelor culinare	MODUL 1. Preparate culinare
URÎ 10. Realizarea preparatelor recomandate în diferite diete	MODUL 2. Preparate pentru diete

PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT
Clasa a XI-a
Învățământ profesional

Calificarea: BUCĂTAR

Domeniul de pregătire profesională: TURISM ȘI ALIMENTAȚIE

Domeniul de pregătire generală: ALIMENTAȚIE

Pregătire practică¹

Modul I. Preparate culinare

Total ore/an:		420
din care:	Laborator tehnologic	150
	Instruire practică	270

Modul II. Preparate pentru diete

Total ore/an:		210
din care:	Laborator tehnologic	120
	Instruire practică	90

Total ore/an = 21 ore/săpt. x 30 săptămâni = 630 ore/an

Stagiul de pregătire practică² - Curriculum în dezvoltare locală

Modul III. *

Total ore/an: **300**

Total ore /an = 10 săpt. x 5 zile x 6 ore /zi = 300 ore/an

TOTAL GENERAL : 930 ore/an

Notă:

1. Pregătirea practică poate fi organizată atât în unitatea de învățământ cât și la operatorul economic/instituția publică parteneră
2. Stagiul de pregătire practică se desfășoară la operatorul economic/instituția publică parteneră. Condițiile în care stagiul de practică se desfășoară în unitatea de învățământ, sunt stabilite prin metodologia de organizare și funcționare a învățământului profesional.

* Denumirea și conținutul modulului/modulelor vor fi stabilite de către unitatea de învățământ în parteneriat cu operatorul economic/instituția publică parteneră, cu avizul inspectoratului școlar.

MODUL I: PREPARATE CULINARE

• Notă introductivă

Modulul „**Preparate culinare**”, componentă a ofertei educaționale (curriculare) pentru calificarea profesională **Bucătar** din domeniul de pregătire profesională *Turism și alimentație*, domeniul pregătirii generale *Alimentație* face parte din cultura de specialitate și pregătirea practică săptămânală, aferente clasei a XI – a, învățământ profesional.

Modulul are alocat un număr de **420 ore/an**, conform planului de învățământ, din care :

- **150 ore/an** – laborator tehnologic
- **270 ore/an** – instruire practică

Modulul „**Preparate culinare**” este centrat pe rezultate ale învățării și vizează dobândirea de cunoștințe, abilități și atitudini necesare angajării pe piața muncii în una din ocupațiile specificate în SPP-urile corespunzătoare calificărilor profesionale de nivel 3, din domeniul de pregătire profesională *Turism și alimentație*, domeniul de pregătire generală *Alimentație*, sau în continuarea pregătirii într-o calificare de nivel superior.

• Structură modul

Corelarea dintre rezultatele învățării din SPP și conținuturile învățării

URÎ 9. Realizarea preparatelor culinare			Conținuturile învățării
Rezultate ale învățării (codificate conform SPP)			
Cunoștințe	Abilități	Atitudini	
9.1.1. 9.1.2. 9.1.3.	9.2.1. 9.2.2. 9.2.3. 9.2.4. 9.2.5.	9.3.1. 9.3.2.	Semipreparate culinare - Sortimentul de semipreparate; - Pregătirea materiilor prime și auxiliare necesare obținerii semipreparatelor culinare; - Tehnologii de obținere a semipreparatelor culinare; - Utilizările semipreparatelor.
9.1.4. 9.1.5. 9.1.6.	9.2.6. 9.2.7. 9.2.8. 9.2.9.	9.3.3. 9.3.4. 9.3.5.	Gustări și antreuri - Sortimentul de antreuri și gustări; - Pregătirea materiilor prime și auxiliare necesare obținerii gustărilor și antreurilor; - Tehnologii de obținere a preparatelor culinare servite ca antreuri și gustări; - Modalități de aranjare, aseasonare și decorare a preparatelor servite ca antreuri și gustări.
9.1.7. 9.1.8. 9.1.9.	9.2.10. 9.2.11. 9.2.12. 9.2.13.	9.3.6. 9.3.7.	Preparate lichide - Sortimentul de preparate lichide: supe, supe-creme, ciorbe, borșuri, consomeuri; clasificare; - Pregătirea materiilor prime și auxiliare necesare obținerii preparatelor lichide; - Tehnologii de obținere a preparatelor lichide; - Modalități de aseasonare, decorare, prezentare și servire a

Calificarea profesională: Bucătar

Domeniul de pregătire profesională: Turism și alimentație

Domeniul de pregătire generală: Alimentație

URÎ 9. Realizarea preparatelor culinare			Conținuturile învățării
Rezultate ale învățării (codificate conform SPP)			
Cunoștințe	Abilități	Atitudini	
			preparatelor lichide.
9.1.10. 9.1.11. 9.1.12. 9.1.13. 9.1.14.	9.2.14. 9.2.15. 9.2.16.	9.3.8. 9.3.9.	Garnituri, salate, preparate de bază - Sortimentul și clasificarea garniturilor, salatelor și preparatelor de bază; - Pregătirea materiilor prime și auxiliare necesare obținerii garniturilor, salatelor și preparatelor de bază; - Tehnologii de obținere a garniturilor, salatelor, preparatelor de bază; - Modalități de aseasonare, decorare, prezentare și servire a garniturilor, salatelor, preparatelor de bază.
9.1.15. 9.1.16. 9.1.17. 9.1.18. 9.1.19.	9.2.17. 9.2.18. 9.2.19.	9.3.10. 9.3.11.	Preparate servite ca desert - Pregătirea materiilor prime și auxiliare necesare obținerii preparatelor servite ca desert; - Sortimentul de preparate servite ca desert; - Tehnologii de obținere a preparatelor servite ca desert; - Modalități de aseasonare, decorare, prezentare și servire a preparatelor servite ca desert.

- **Lista minimă de resurse materiale (echipamente, unelte și instrumente, machete, materii prime și materiale, documentații tehnice, economice, juridice, etc.) necesare dobândirii rezultatelor învățării (existente în școală sau la operatorul economic)**
 - ✓ Dotările specifice sălilor de clasă;
 - ✓ Rețetare, normative specifice, pliante, ghiduri cu specific de alimentație, fișe de lucru și de documentare;
 - ✓ Dotări specifice bucătăriilor : cuptoare cu convecție, salamandre, cuptor cu microunde, roboți de bucatărie, etc.
 - ✓ Materii prime și auxiliare necesare obținerii semipreparatelor și preparatelor culinare, conform rețetelor de fabricație;
 - ✓ Flipchart, markere;
 - ✓ Aparatură multimedia: computere, multifuncționale, videoproiector;
 - ✓ Aparatură pentru multiplicarea fișelor de lucru, de evaluare și a altor materiale necesare activității;
 - ✓ Alte tipuri de dotări, identificate de cadrele didactice ca fiind necesare pentru activitățile planificate.
- **Sugestii metodologice**

Conținuturile modulului „*Preparate culinare*” trebuie să fie abordate într-o manieră integrată, corelată cu particularitățile și cu nivelul inițial de pregătire al elevilor.

Numărul de ore alocat fiecărei teme rămâne la latitudinea cadrelor didactice care predau conținutul modulului, în funcție de dificultatea temelor, de nivelul de cunoștințe anterioare ale colectivului cu care lucrează, de complexitatea materialului didactic implicat în strategia didactică și de ritmul de asimilare a cunoștințelor de către colectivul instruit.

Modulul „*Preparate culinare*” are o structură flexibilă, deci poate încorpora, în orice moment al procesului educativ, noi mijloace sau resurse didactice. Pregătirea se recomandă a se desfășura în

laboratoare sau/și în cabinete de specialitate, ateliere de instruire practică din unitatea de învățământ sau de la operatorul economic, dotate conform recomandărilor menționate mai sus.

Pregătirea în cabinete/ laboratoare tehnologice/ ateliere de instruire practică din unitatea de învățământ sau de la operatorul economic are importanță deosebită în atingerea rezultatelor învățării.

Se recomandă abordarea instruirii centrate pe elev prin proiectarea unor activități de învățare variate, prin care să fie luate în considerare stilurile individuale de învățare ale fiecărui elev, inclusiv adaptarea la elevii cu CES.

Aceste activități de învățare vizează:

- aplicarea metodelor centrate pe elev, pe activizarea structurilor cognitive și operatorii ale elevilor, pe exersarea potențialului psihofizic al acestora, pe transformarea elevului în coparticipant la propria instruire și educație;
- îmbinarea și alternanța sistematică a activităților bazate pe efortul individual al elevului (documentarea după diverse surse de informare, observația proprie, exercițiul personal, instruirea programată, experimentul și lucrul individual, tehnica muncii cu fișe) cu activitățile ce solicită efortul colectiv (de echipă, de grup) de genul discuțiilor, asaltului de idei, etc.;
- folosirea unor metode care să favorizeze relația nemijlocită a elevului cu obiectele cunoașterii, prin recurgere la modele concrete;
- însușirea unor metode de informare și de documentare independentă, care oferă deschiderea spre autoinstruire, spre învățare continuă.

Competențele cheie integrate in modulul „**Preparate culinare**” sunt din categoria:

- **Competențe sociale și civice**
- **Competența de a învăța să înveți**
- **Competențe digitale de utilizare a tehnologiei informației ca instrument de învățare și cunoaștere**

Profesorul trebuie să promoveze experiențe de învățare prin conținuturi și activități, cât mai variate care să susțină dezvoltarea potențialului fiecărui elev.

Exemple de metode inovative de predare-învățare, fixare-sistematizare, rezolvare de probleme, stimularea creativității, care pot fi utilizate în activitatea didactică:

<i>Metode de predare-învățare</i>	<i>Metode de fixare și sistematizare a cunoștințelor și de verificare</i>	<i>Metode de rezolvare de probleme prin stimularea creativității</i>
Metoda predării/învățării reciproce	Harta cognitivă sau harta conceptuală	Brainstorming
STAD (Student Teams Achievement Division)	Matricea conceptuală	Explozia stelară
Metoda Jigsaw (Mozaicul)	Lanțurile cognitive	Metoda Pălăriilor gânditoare
Cascada	Diagrama cauzelor și a efectului	Caruselul
TGT– Metoda turnirurilor între echipe	Pânza de păianjăn (Spider map – Webs)	Studiul de caz
Metoda schimbării perechii (Share-Pair Circles)	Tehnica florii de lotus	Phillips 6/6
Metoda piramidei / bulgărelui de zăpadă	Metoda R.A.I.	Tehnica 6/3/5 Metoda Delphi

Un exemplu de metodă didactică ce poate fi folosită în activitățile de învățare este metoda **Metoda bulgărelui de zăpadă (Metoda piramidei)**.

Metoda bulgărelui de zăpadă sau metoda piramidei are la bază împletirea activității individuale cu cea desfășurată în mod cooperativ, în cadrul grupurilor. Ea constă în încorporarea activității fiecărui membru al colectivului într-un demers colectiv mai amplu, menit să ducă la soluționarea unei sarcini sau a unei probleme date.

Desfășurare

- Profesorul expune datele problemei în cauză;
- Elevii lucrează pe cont propriu la soluționarea problemei într-un timp dat. În această etapă se notează eventualele nelămuriri legate de subiectul tratat.
- Elevii formează perechi de câte doi elevi pentru a discuta rezultatele individuale la care a ajuns fiecare. Se solicită răspunsuri la nelămuririle individuale din partea colegilor și, în același timp, se notează dacă apar altele noi.
- Reunirea elevilor în 2 – 3 grupuri mai mari, aproximativ egale ca număr de participanți, alcătuite din perechile formate anterior și se discută despre soluțiile la care s-a ajuns. Totodată se lămuresc problemele nesoluționate.
- În final, întreaga clasă, reunită, analizează și concluzionează asupra ideilor emise. Acestea pot fi trecute pe tablă pentru a putea fi vizualizate de către toți participanții și pentru a fi comparate. Se lămuresc toate neclaritățile rămase, cu ajutorul cadrului didactic;
- Se alege soluția finală și se stabilesc concluziile asupra demersurilor realizate și asupra participării elevilor la activitate.

Exemplificarea Metodei creativă bulgărele de zăpadă (Metoda piramidei) în vederea dobândirii unor rezultate ale învățării

Cunoștințe	Abilități	Atitudini	Conținuturile învățării
9.1.7.	9.2.10.	9.3.6.	Preparate lichide - Pregătirea materiilor prime și auxiliare necesare obținerii preparatelor lichide;

Activitate: *Stabilirea necesarului de materii prime pentru 3 porții de preparat lichid, pe baza rețetei.*

Obiective:

- Să citească responsabil o rețetă;
- Să efectueze calcule simple pentru determinarea cantităților de materii prime necesare pentru un număr de porții date;
- Să identifice propriile nelămuriri generate de efectuarea sarcinii date;
- Să comunice cu colegii și cu cadrul didactic pe marginea sarcinii de lucru.

Mod de organizare a activității:

- Activitate individuală, în perechi și în echipe.

Resurse materiale:

- Fișe de lucru conținând rețeta și cerința dată (număr de porții pentru care se fac calculele);
- Foi pentru efectuarea calculelor;
- Foaie flipchart și marker.

Durată: 50 minute

Desfășurare:

Pregătire:

- Elevilor li se asociază o cifră prin numărarea de la 1 la 4;

Calificarea profesională: Bucătar

Domeniul de pregătire profesională: Turism și alimentație

Domeniul de pregătire generală: Alimentație

- Se distribuie fișa de lucru;
- Se precizează faptul că în prima etapă elevii cu cifra 1 vor face pereche cu cei cu cifra 3, iar cei cu cifra 2 vor face pereche cu cei cu cifra 4 iar la final se vor constitui două echipe mari, una cu elevii cu cifrele 1 și 3 și alta cu elevii cu cifrele 2 și 4.
- Elevii sunt informați că la final întreaga clasă se va reuni pentru a centraliza rezultatele.

Realizare:

- Se comunică prima sarcină de lucru: Elevii cu cifrele 1 și 3, vor calcula necesarul pentru materii prime pentru preparatele lichide localizate în fișă la pozițiile 1, 3, 5 iar elevii cu cifrele 2 și 4 vor calcula necesarul pentru materii prime localizate în fișă, la pozițiile 2, 4, 6;
- După realizarea primei sarcini se vor constitui perechile anunțate și se vor confrunța rezultatele;
- După activitatea pe perechi se constituie cele 2 echipe mari pentru a se confrunța datele obținute pe perechi și se desemnează un reprezentant care va transcribe pe foaia de flipchart pregătită rezultatele finale, pentru întreaga clasă;
- Fiecare elev își consemnează în fișa personală rezultatele finale;
- La final se discută pe baza observațiilor din fișa de lucru, concluzionând rezultatele activității.

FIȘĂ DE LUCRU individuală

Numele și prenumele: _____

Cifra atribuită: ____

Cerință: Stabiliți cantitățile necesare pentru 3 de porții de preparat lichid, respectând rețetarul tip pe care îl aveți la dispoziție și fișele* cu rețete pregătite pe baza acestuia, ținând cont și de modul în care v-au fost repartizate sarcinile. Lista cu preparate lichide:

1. Supă de pasăre cu tăiței
2. Supă de fasole cu costiță
3. Supă cremă de cartofi
4. Supă cremă de mazăre
5. Ciorbă de perișoare
6. Borș rusesc

* fișele cu rețete pot fi pregătite de către profesor atunci când nu sunt suficiente rețetare care să fie puse la dispoziția elevilor.

• **Sugestii privind evaluarea**

Evaluarea reprezintă partea finală a demersului de proiectare didactică, prin care profesorul va măsura eficiența întregului proces instructiv-educativ. Evaluarea urmărește măsura în care elevii au achiziționat rezultatele învățării propuse în standardele de pregătire profesională.

Evaluarea rezultatelor învățării poate fi:

- a. La începutul modulului – evaluare inițială.*
 - Instrumentele de evaluare pot fi orale și scrise.
 - Reflectă nivelul de pregătire al elevului.
- b. În timpul parcurgerii modulului, prin forme de verificare continuă a rezultatelor învățării.*
 - Planificarea evaluării trebuie să se deruleze după un program stabilit, evitându-se aglomerarea evaluărilor în aceeași perioadă de timp.

Calificarea profesională: Bucătar

Domeniul de pregătire profesională: Turism și alimentație

Domeniul de pregătire generală: Alimentație

c. *Finală*

- Realizată printr-o metodă cu caracter aplicativ și integrat la sfârșitul procesului de predare/ învățare și care informează asupra îndeplinirii criteriilor de realizare a cunoștințelor, abilităților și atitudinilor.

Se propun următoarele **instrumente de evaluare inițială**:

- Întrebări;
- Chestionare;
- Exerciții de tipul știu/vreau să știu/am învățat;
- Brainstorming.

Sugerăm următoarele **instrumente de evaluare** continuă:

- Fișe de observație;
- Fișe test;
- Fișe de lucru;
- Fișe de autoevaluare;
- Fișe de monitorizare a progresului;
- Fișe pentru evaluarea/ autoevaluarea abilităților;
- Teste de verificare a cunoștințelor cu: itemi cu alegere multiplă, itemi alegere duală, itemi de completare, itemi de tip pereche, itemi de tip întrebări structurate sau itemi de tip rezolvare de probleme;
- Fișa de autoevaluare a capacității colaborative;
- Lista de verificare a proiectului;
- Brainstorming;
- Planificarea proiectului;
- Mozaicul;
- Fișă de observație;
- Jurnalul elevului;
- Teme de lucru;
- Prezentare.

Propunem următoarele **instrumente de evaluare finală**:

- Chestionare - cu grile de evaluare/autoevaluare;
- Proiectul - prin care se evaluează metodele de lucru, utilizarea corespunzătoare a bibliografiei, materialelor și echipamentelor, acuratețea tehnică, modul de organizare a ideilor și materialelor într-un raport. Poate fi abordat individual sau de către un grup de elevi;
- Studiul de caz - care constă în descrierea unui produs, a unei imagini sau a unei înregistrări electronice care se referă la un anumit proces tehnologic;
- Portofoliul - care oferă informații despre rezultatele școlare ale elevilor, activitățile extrașcolare, etc.
- Probele practice – oferă posibilitatea evaluării capacității de aplicare a cunoștințelor teoretice în rezolvarea unor probleme practice.

Rezultatele învățării/ competențele cheie dobândite se evaluează **integrat** în situațiile în care s-a realizat agregarea acestora în unitățile respective și **separat** în situațiile în care pot fi individualizate în contextul profesional.

Exemplificarea evaluării rezultatelor învățării:

Cunoștințe	Abilități	Atitudini
9.1.7. Caracterizarea materiilor prime necesare obținerii	9.2.10. Efectuarea operațiilor de dozare a materiilor prime,	9.3.6. Implicarea activă și responsabilă în realizarea și

Calificarea profesională: Bucătar

Domeniul de pregătire profesională: Turism și alimentație

Domeniul de pregătire generală: Alimentație

sortimentului de preparate lichide.	conform rețetei.	montarea în vasele de servire a preparatelor lichide, cu respectarea normelor de dezvoltare durabilă, igienă, siguranță și securitate în muncă și PSI.
-------------------------------------	------------------	--

Activitate: Calculul necesarului de materii prime pentru o porție, respectiv pentru 6 porții de *Supă cremă de mazăre*, plecând de la rețeta pentru 10 porții:

Obiective:

- Să citească atent rețeta de lucru;
- Să efectueze corect calcule simple pentru determinarea cantităților de materii prime necesare pentru un număr de porții date.

FIȘĂ DE EVALUARE

Numele și prenumele elevului:

Data:

Cerință: Calculați cantitățile necesare pentru **1 porție** respectiv pentru **6 porții** de **Supă cremă de conopidă**, având dată rețeta pentru **10 porții** și conținuturile în substanțe nutritive din materiile prime folosite:

Nr. crt.	Materia primă / auxiliară	Cantitate pentru 10 porție, g/ml	Cantitate pentru 1 porții, g/ml	Cantitate pentru 6 porții, g/ml
1.	Conopidă	500		
2.	Ceapă	100		
3.	Făină	50		
4.	Ouă (gălbenușuri)	50		
5.	Lapte	200		
6.	Margarină / Unt	50		
7.	Supă de oase	1500		
8.	Sare	10		

• **Criterii de realizare și ponderea acestora**

Nr. crt.	Criterii de realizare și ponderea acestora		Indicatorii de realizare și ponderea acestora		Punctaj
1.	Primirea și planificarea sarcinii de lucru	20%	Analizarea rețetei pentru calculul necesarului de materii prime	25%	5 p
			Alegerea metodelor adecvate de calcul	45%	9 p
			Respectarea regulilor de calcul simplu	30%	6 p
2.	Realizarea sarcinii de lucru	60%	Calcularea corectă a necesarului de materii prime pentru o porție	40%	24 p
			Calcularea corectă a necesarului de materii prime pentru 6 porții	40%	24 p
			Folosirea corectă a datelor din fișa de lucru	20%	12 p

Calificarea profesională: Bucătar

Domeniul de pregătire profesională: Turism și alimentație

Domeniul de pregătire generală: Alimentație

Nr. crt.	Criterii de realizare și ponderea acestora		Indicatorii de realizare și ponderea acestora		Punctaj
3.	Prezentarea și promovarea sarcinii realizate	20%	Întocmirea corectă a fișei de lucru	40%	8 p
			Utilizarea corectă a termenilor de specialitate	30%	6 p
			Evidențierea datelor din fișa de lucru, conform cerințelor	30%	6 p
Total					100 p

• Bibliografie

1. Brumar, Constanța (2006) – *A B C – ul bucătarului*, București: Ed. Diasfera;
2. Brumar, Constanța și colab. (2012) – *Tehnician în gastronomie, manuale pentru clasele a XI – a și a XII – a*, București: Editura CD Press
3. Brumar, Constanța și colab. (2012) – *Organizator banqueting, manuale pentru clasele a XI – a și a XII – a*, București: Editura CD Press
4. Brumar, Constanța și colab. (2006) – *Tehnologia Culinara cls. a IX – a*, București: Ed. Didactică și Pedagogică R.A.;
5. Brumar, Constanța și colab. (2006) – *Tehnologia Culinara cls. X-XII*, București: Ed. Didactică și Pedagogică R.A.;
6. Brumar, Constanța și colab. (2011) – *Turism și alimentație, manual pentru clasa a X – a*, București: Editura CD Press
7. Cerghit, Ioan (2002) – *Sisteme de instruire alternative și complementare. Structuri, stiluri și strategii*, București: Editura Aramis
8. Dincă, Cristian și colab. (2006) – *Tehnician în turism*, București: Ed. Didactică și Pedagogică R.A.;
9. Dincă, Cristian și colab. (2006) – *Calificarea profesională Bucătar, manualul pentru clasa XI an de completare*, București: Ed. Didactică și Pedagogică R.A.
10. Florea, Constantin, ș.a. (2004) – *Manualul directorului de restaurant*, București: Editura THR-CG;
11. Lupu, Costică (2009) – *Strategii didactice interactive*, București: Ed. Didactică și Pedagogică R.A.;
12. Nicolescu, Radu (1998) – *Tehnologia restaurantelor*, București: Editura Inter-Rebs;
13. Oprea, Crenguța Lăcrimioara (2009) – *Strategii didactice interactive*, București: Ed. Didactică și Pedagogică R.A.;
14. *** – www.rasfoiesc.com/sanatate/alimentatie/
15. *** – www.biblioteca-digitala.ase.ro/biblioteca

MODUL II: PREPARATE PENTRU DIETE

• Notă introductivă

Modulul „**Preparate pentru diete**”, componentă a ofertei educaționale (curriculare) pentru calificarea profesională **Bucătar** din domeniul de pregătire profesională *Turism și alimentație*, domeniul de pregătire generală *Alimentație*, face parte din cultura de specialitate și pregătirea practică săptămânală, aferente clasei a XI – a, învățământ profesional.

Modulul are alocat un număr de **210 ore/an**, conform planului de învățământ, din care :

- **120 ore/an** – laborator tehnologic
- **90 ore/an** – instruire practică

Modulul „**Preparate pentru diete**” este centrat pe rezultate ale învățării și vizează dobândirea de cunoștințe, abilități și atitudini necesare angajării pe piața muncii în una din ocupațiile specificate în SPP-urile corespunzătoare calificărilor profesionale de nivel 3, din domeniul de pregătire profesională *Turism și alimentație*, domeniul de pregătire generală *Alimentație*, sau în continuarea pregătirii într-o calificare de nivel superior.

• Structură modul

Corelarea dintre rezultatele învățării din SPP și conținuturile învățării

URÎ 10. Realizarea preparatelor recomandate în diferite diete			Conținuturile învățării
Rezultate ale învățării (codificate conform SPP)			
Cunoștințe	Abilități	Atitudini	
10.1.1. 10.1.2.	10.2.1. 10.2.2. 10.2.3.	10.3.1. 10.3.2.	Tehnologia specifică preparatelor pentru diferite diete - Sortimentul de preparate recomandate pentru diete în bolile aparatului digestiv; - Tehnologii specifice obținerii preparatelor pentru diete în bolile aparatului digestiv;
10.1.3. 10.1.4.	10.2.4. 10.2.5. 10.2.6.	10.3.3. 10.3.4.	Tehnologia specifică preparatelor pentru dietele specifice bolilor cardiovasculare - Sortimentul de preparate pentru diete în bolile cardiovasculare; - Procese tehnologice și tratamente termice adecvate, de obținere a preparatelor pentru diete, în bolile cardiovasculare.
10.1.5. 10.1.6.	10.2.7. 10.2.8. 10.2.9.	10.3.5. 10.3.6.	Tehnologia specifică preparatelor pentru dietele specifice bolilor hepatobiliare - Sortimentul de preparate pentru diete, în bolile hepatobiliare. - Procese tehnologice și tratamente termice adecvate de obținere a preparatelor pentru diete, în bolile hepatobiliare.
10.1.7. 10.1.8.	10.2.10. 10.2.11.	10.3.7.	Tehnologia specifică preparatelor pentru dietele specifice bolilor renale - Sortimentul de preparate pentru diete, în bolile renale.

Calificarea profesională: Bucătar

Domeniul de pregătire profesională: Turism și alimentație

Domeniul de pregătire generală: Alimentație

URÎ 10. Realizarea preparatelor recomandate în diferite diete			Conținuturile învățării
Rezultate ale învățării (codificate conform SPP)			
Cunoștințe	Abilități	Atitudini	
			- Procese tehnologice și tratamente termice specifice obținerii preparatelor pentru diete, în bolile renale.
10.1.9. 10.1.10. 10.1.11.	10.2.12. 10.2.13. 10.2.14.	10.3.8. 10.3.9.	Tehnologia specifică preparatelor pentru dietele specifice bolilor de metabolism - Sortimentul de preparate pentru diete, în bolile de metabolism. - Procese tehnologice și tratamente termice adecvate obținerii preparatelor pentru diete, în bolile de metabolism.

- **Lista minimă de resurse materiale (echipamente, unelte și instrumente, machete, materii prime și materiale, documentații tehnice, economice, juridice, etc.) necesare dobândirii rezultatelor învățării (existente în școală sau la operatorul economic)**

- ✓ Dotările specifice sălilor de clasă;
- ✓ Rețetare, normative specifice, pliante, ghiduri culinare, fișe de lucru și de documentare;
- ✓ Dotări specifice bucătăriilor;
- ✓ Materii prime și auxiliare necesare obținerii semipreparatelor și preparatelor culinare, conform rețetelor de fabricație;
- ✓ Flipchart, markere;
- ✓ Aparatură multimedia: computere, multifuncționale, videoproiector;
- ✓ Aparatură pentru multiplicarea fișelor de lucru, de evaluare și materialilor necesare activității;
- ✓ Utilaje: cuptoare cu convecție, salamandre, cuptor cu microunde, roboți de bucătărie, etc
- ✓ Alte tipuri de dotări, identificate de cadrele didactice ca fiind necesare pentru activitățile planificate.

- **Sugestii metodologice**

Conținuturile modulului „*Preparate pentru diete*” trebuie să fie abordate într-o manieră integrată, corelată cu particularitățile și cu nivelul inițial de pregătire al elevilor.

Numărul de ore alocat fiecărei teme rămâne la latitudinea cadrelor didactice care predau conținutul modulului, în funcție de dificultatea temelor, de nivelul de cunoștințe anterioare ale colectivului cu care lucrează, de complexitatea materialului didactic implicat în strategia didactică și de ritmul de asimilare a cunoștințelor de către colectivul instruit.

Modulul „*Preparate pentru diete*” are o structură flexibilă, deci poate încorpora, în orice moment al procesului educativ, noi mijloace sau resurse didactice. Pregătirea se recomandă a se desfășura în laboratoare sau/și în cabinete de specialitate, ateliere de instruire practică din unitatea de învățământ sau de la operatorul economic, dotate conform recomandărilor menționate mai sus.

Pregătirea în cabinete/ laboratoare tehnologice/ ateliere de instruire practică din unitatea de învățământ sau de la operatorul economic are importanță deosebită în atingerea rezultatelor învățării.

Se recomandă abordarea instruirii centrate pe elev prin proiectarea unor activități de învățare variate, prin care să fie luate în considerare stilurile individuale de învățare ale fiecărui elev, inclusiv adaptarea la elevii cu CES.

Aceste activități de învățare vizează:

- aplicarea metodelor centrate pe elev, pe activizarea structurilor cognitive și operatorii ale elevilor, pe exersarea potențialului psihofizic al acestora, pe transformarea elevului în coparticipant la propria instruire și educație;
- îmbinarea și alternanța sistematică a activităților bazate pe efortul individual al elevului (documentarea după diverse surse de informare, observația proprie, exercițiul personal, instruirea programată, experimentul și lucrul individual, tehnica muncii cu fișe) cu activitățile ce solicită efortul colectiv (de echipă, de grup) de genul discuțiilor, asaltului de idei, etc.;
- folosirea unor metode care să favorizeze relația nemijlocită a elevului cu obiectele cunoașterii, prin recurgere la modele concrete;
- însușirea unor metode de informare și de documentare independentă, care oferă deschiderea spre autoinstruire, spre învățare continuă.

Competențele cheie integrate în modulul „**Preparate pentru diete**” sunt din categoria:

- **Competența de a învăța să înveți**
- **Competențe civice și sociale**

Profesorul trebuie să promoveze experiențe de învățare prin conținuturi și activități, cât mai variate care să susțină dezvoltarea potențialului fiecărui elev.

Exemple de metode inovative de predare-învățare, fixare-sistematizare, rezolvare de probleme, stimularea creativității, care pot fi utilizate în activitatea didactică:

<i>Metode de predare-învățare</i>	<i>Metode de fixare și sistematizare a cunoștințelor și de verificare</i>	<i>Metode de rezolvare de probleme prin stimularea creativității</i>
Metoda predării/învățării reciproce	Harta cognitivă sau harta conceptuală	Brainstorming
STAD (Student Teams Achievement Division)	Matricea conceptuală	Explozia stelară
Metoda Jigsaw (Mozaicul)	Lanțurile cognitive	Metoda Pălăriilor gânditoare
Cascada	Diagrama cauzelor și a efectului	Caruselul
TGT– Metoda turnirurilor între echipe	Pânza de păianjăn (Spider map – Webs)	Studiul de caz
Metoda schimbării perechii (Share-Pair Circles)	Tehnica florii de lotus	Phillips 6/6
Metoda piramidei / bulgărelui de zăpadă	Metoda R.A.I.	Tehnica 6/3/5
	Metoda Jurnalului	Metoda Delphi

Pentru eficientizarea activităților de instruire practică, din cadrul acestui modul recomandăm utilizarea *Jurnalului de practică*, document simplu de gestionat atât de către cadrele didactice cât și de către tutorii de practică, de la agenții economici unde elevii își desfășoară stagiile de practică.

Jurnalul de practică este în egală măsură o metodă de fixare și sistematizare a cunoștințelor și deprinderilor cât și o metodă eficientă de verificare a măsurii în care elevul și-a realizat sarcinile de lucru în condițiile specifice desfășurării activității practice.

JURNAL DE PRACTICĂ

Clasa: a XI – a, învățământ profesional

Elev: _____

Perioada: _____

Locație (Operator economic și departament): _____

Modul 2: **Preparate pentru diete**

Tema: **Tehnologia preparatelor pentru diete specifice bolilor aparatului digestiv**

În jurnalul de practică, elevul va completa următoarele informații:

1. Care sunt principalele activități relevante pentru modulul de practică pe care le-ați observat sau le-ați desfășurat ?

Activități observate	Activități desfășurate

2. Ce ai învățat să faci pentru atingerea competențelor/rezultatelor învățării?

3. Care au fost activitățile practice care v-au plăcut? Motivați.

4. Ce activități practice nu v-au plăcut? Motivați.

Observațiile cadrului didactic: _____

• Sugestii privind evaluarea

Evaluarea reprezintă partea finală a demersului de proiectare didactică, prin care profesorul va măsura eficiența întregului proces instructiv-educativ. Evaluarea urmărește măsura în care elevii au achiziționat rezultatele învățării propuse în standardele de pregătire profesională.

Evaluarea rezultatelor învățării poate fi:

- d. *La începutul modulului* – evaluare inițială.
 - Instrumentele de evaluare pot fi orale și scrise.
 - Reflectă nivelul de pregătire a elevului.
- e. *În timpul parcurgerii modulului, prin forme de verificare continuă a rezultatelor învățării.*
 - Planificarea evaluării trebuie să se deruleze după un program stabilit, evitându-se aglomerarea evaluărilor în aceeași perioadă de timp.
- f. *Finală*
 - Realizată printr-o metodă cu caracter aplicativ și integrat la sfârșitul procesului de predare/ învățare și care informează asupra îndeplinirii criteriilor de realizare a cunoștințelor, abilităților și atitudinilor.

Se propun următoarele **instrumente de evaluare inițială**:

- Întrebări;
- Chestionare;
- Exerciții de tipul știu/vreau să știu/am învățat;
- Brainstorming.

Sugerăm următoarele **instrumente de evaluare** continuă:

- Fișe de observație;
- Fișe test;
- Fișe de lucru;
- Fișe de autoevaluare;
- Fișe de monitorizare a progresului;
- Fișe pentru evaluarea/ autoevaluarea abilităților;
- Teste de verificare a cunoștințelor cu: itemi cu alegere multiplă, itemi alegere duală, itemi de completare, itemi de tip pereche, itemi de tip întrebări structurate sau itemi de tip rezolvare de probleme;
- Fișa de autoevaluare a capacității colaborative;
- Lista de verificare a proiectului;
- Brainstorming;
- Planificarea proiectului;
- Mozaicul;
- Fișă de observație;
- Jurnalul elevului;
- Teme de lucru;
- Prezentare.

Propunem următoarele **instrumente de evaluare** finală:

- Chestionare - cu grile de evaluare/autoevaluare;
- Proiectul - prin care se evaluează metodele de lucru, utilizarea corespunzătoare a bibliografiei, materialelor și echipamentelor, acuratețea tehnică, modul de organizare a

ideilor și materialelor într-un raport. Poate fi abordat individual sau de către un grup de elevi;

- Studiul de caz - care constă în descrierea unui produs, a unei imagini sau a unei înregistrări electronice care se referă la un anumit proces tehnologic;
- Portofoliul - care oferă informații despre rezultatele școlare ale elevilor, activitățile extrașcolare, etc.
- Probele practice- oferă posibilitatea evaluării capacității de aplicare a cunoștințelor teoretice în rezolvarea unor probleme practice.

Rezultatele învățării/ competențele cheie dobândite se evaluează **integrat** în situațiile în care s-a realizat agregarea acestora în unitățile respective și **separat** în situațiile în care pot fi individualizate în contextul profesional.

Exemplificarea evaluării rezultatelor învățării:

Cunoștințe	Abilități	Atitudini
10.1.1.Prezentarea sortimentului de preparate recomandate pentru diete în bolile aparatului digestiv. 10.1.2.Descrierea proceselor tehnologice specifice obținerii preparatelor pentru diete în bolile aparatului digestiv.	10.2.1.Analizarea caracteristicilor preparatelor recomandate în dietele pentru afecțiuni ale aparatului digestiv. 10.2.2.Efectuarea operațiilor tehnologice de obținere a preparatelor pentru diete specifice bolilor aparatului digestiv, aplicând tratamente termice adecvate. 10.2.3.Aplicarea creativă a unor metode noi de obținere a preparatelor pentru diete în diferite afecțiuni, determinate prin studiu individual.	10.3.1.Asumarea responsabilității obținerii preparatelor pentru diete specifice bolilor aparatului digestiv, cu respectarea normelor dezvoltării durabile, igienice, de siguranță și securitate în muncă și de PSI. 10.3.2. Colaborarea cu colegii de echipă pentru împărtășirea aspectelor noi descoperite prin studiu individual.

Activitate: Instruire practică – Realizarea preparatelor lichide recomandate în diete specifice bolilor aparatului digestiv

Obiective:

- Să își asume responsabilitatea obținerii preparatelor specifice;
- Să respecte normele dezvoltării durabile;
- Să respecte normele igienice, de siguranță și securitate în muncă și de PSI;
- Să relaționeze cu colegii;
- Să-și autoevalueze obiectiv întreaga activitate desfășurată.

• Criterii de realizare și ponderea acestora

Nr. crt.	Criterii de realizare și ponderea acestora	Indicatorii de realizare și ponderea acestora	Punctaj
1.	Primirea și planificarea sarcinii de lucru	20% Analizarea sarcinilor de lucru specifice pentru activitățile de pregătire a preparatelor recomandate în dietele bolilor aparatului digestiv.	25% 5

Calificarea profesională: Bucătar

Domeniul de pregătire profesională: Turism și alimentație

Domeniul de pregătire generală: Alimentație

Nr. crt.	Criterii de realizare și ponderea acestora		Indicatorii de realizare și ponderea acestora		Punctaj
			Alegerea tehnicilor de lucru, în funcție de tipul de preparate lichide pentru diete ale bolilor aparatului digestiv care vor fi obținute.	50%	10
			Respectarea normelor de dezvoltare durabilă, a normativelor, regulilor și reglementărilor privind igiena, sănătatea și securitatea muncii în bucătării.	25%	5
2.	Realizarea sarcinii de lucru	50%	Respectarea etapelor specifice de realizare a sarcinii de lucru, pentru obținerea preparatelor lichide pentru diete ale bolilor aparatului digestiv care vor fi obținute.	40%	20
Rezolvarea sarcinii de lucru în conformitate cu fișele tehnologice și rețetarele specifice de obținere a preparatelor lichide.			40%	20	
Folosirea corespunzătoare a materialelor și documentelor specifice bucătăriilor.			20%	10	
3.	Prezentarea și promovarea sarcinii realizate	30%	Întocmirea corectă a documentelor de lucru individual și în echipă.	33%	10
Utilizarea corectă a termenilor de specialitate în mesajele transmise colegilor de echipă și clienților.			33%	10	
Argumentarea eficientă a sarcinilor de lucru realizate pentru obținerea preparatelor lichide pentru diete ale aparatului digestiv.			34%	10	
Total					100 p

Fișă de evaluare a activității

A. Criterii de apreciere a performanței

Criteriul analizat	Punctaj	
	Maxim	Acordat
Analizarea sarcinilor de lucru specifice pentru activitățile de pregătire a preparatelor recomandate în dietele bolilor aparatului digestiv.	5 p	
Alegerea tehnicilor de lucru, în funcție de tipul de preparate lichide pentru diete ale bolilor aparatului digestiv care vor fi obținute.	10 p	
Respectarea normelor de dezvoltare durabilă, a normativelor, regulilor și reglementărilor privind igiena, sănătatea și securitatea muncii în bucătării.	5 p	
Respectarea etapelor specifice de realizare a sarcinii de lucru, pentru obținerea preparatelor lichide pentru diete ale bolilor aparatului digestiv care vor fi obținute.	20 p	
Rezolvarea sarcinii de lucru în conformitate cu fișele tehnologice și rețetarele specifice de obținere a preparatelor lichide.	20 p	

Calificarea profesională: Bucătar

Domeniul de pregătire profesională: Turism și alimentație

Domeniul de pregătire generală: Alimentație

Folosirea corespunzătoare a materialelor și documentelor specifice bucătăriilor.	10 p	
Întocmirea corectă a documentelor de lucru individual și în echipă.	10 p	
Utilizarea corectă a termenilor de specialitate în mesajele transmise colegilor de echipă și clienților.	10 p	
Argumentarea eficientă a sarcinilor de lucru realizate pentru obținerea preparatelor lichide pentru diete ale aparatului digestiv.	10 p	
Total	100 p	

• Bibliografie

1. Brumar, Constanța (2006) – *A B C – ul bucătarului*, București: Ed. Diasfera;
2. Brumar, Constanța și colab. (2012) – *Tehnician în gastronomie, manuale pentru clasele a XI – a și a XII – a*, București: Editura CD Press
3. Brumar, Constanța și colab. (2012) – *Organizator banqueting, manuale pentru clasele a XI – a și a XII – a*, București: Editura CD Press
4. Brumar, Constanța și colab. (2006) – *Tehnologia Culinara cls. a IX – a*, București: Ed. Didactică și Pedagogică R.A.;
5. Brumar, Constanța și colab. (2006) – *Tehnologia Culinara cls. X-XII*, București: Ed. Didactică și Pedagogică R.A.;
6. Brumar, Constanța și colab. (2011) – *Turism și alimentație, manual pentru clasa a X – a*, București: Editura CD Press
7. Cerghit, Ioan (2002) – *Sisteme de instruire alternative și complementare. Structuri, stiluri și strategii*, București: Editura Aramis
8. Dincă, Cristian și colab. (2006) – *Tehnician în turism*, București: Ed. Didactică și Pedagogică R.A.;
9. Dincă, Cristian și colab. (2006) – *Calificarea profesională Bucătar, manualul pentru clasa XI an de completare*, București: Ed. Didactică și Pedagogică R.A.
10. Florea, Constantin, ș.a. (2004) – *Manualul directorului de restaurant*, București: Editura THR-CG;
11. Lupu, Costică (2009) – *Strategii didactice interactive*, București: Ed. Didactică și Pedagogică R.A.;
12. Nicolescu, Radu (1998) – *Tehnologia restaurantelor*, București: Editura Inter-Rebs;
13. Oprea, Crenguța Lăcrimioara (2009) – *Strategii didactice interactive*, București: Ed. Didactică și Pedagogică R.A.;
14. Stavrositu Stere (2003) – *Tehnica servirii consumatorilor*, București: Ed. Didactică și Pedagogică R.A.;
15. *** – www.rasfoiesc.com/sanatate/alimentatie/
16. *** – www.biblioteca-digitala.ase.ro/biblioteca