



جمهوری اسلامی ایران

دانشگاه جامع علمی کاربردی
کمیسیون برنامه‌ریزی درسی استانی
شورای برنامه‌ریزی آموزشی و درسی علمی کاربردی

مشخصات کلی، برنامه و سرفصل تک‌درس

عنوان : کمک آشپز

عنوان انگلیسی : Cook's helper

گروه: فرهنگ و هنر

کمیسیون برنامه‌ریزی درسی استان تهران شرق

این برنامه در جلسه پانزدهم مورخ ۱۴۰۲/۰۷/۱۹ کمیسیون برنامه‌ریزی درسی استان تهران شرق به تصویب رسید و بر اساس ابلاغیه شماره ۹۸/۱۶۱۶۱/م مورخ ۱۳۹۸/۰۵/۰۴ معاونت آموزشی دانشگاه، از تاریخ ابلاغ، برای واحدهای متقاضی، موسسات و مراکز آموزش علمی کاربردی استان که مجوز اجرای آن را دارند، قابل اجرا است.

رأی صادره جلسه پانزدهم مورخ ۱۴۰۲/۰۷/۱۹ کمیسیون برنامه‌ریزی درسی استان تهران شرق درخصوص برنامه و سرفصل تک‌درس کمک آشپز صحیح است، به واحدهای متقاضی، موسسات و مراکز آموزش علمی کاربردی مجری استان ابلاغ شود.

خداداد واحدی

**رئیس دانشگاه جامع علمی کاربردی استان تهران شرق و
رئیس کمیسیون برنامه ریزی درسی استانی**

امضا و مهر

رونوشت :

- معاون محترم آموزشی دانشگاه جامع علمی کاربردی جهت استحضار
- مدیرکل محترم دفتر برنامه‌ریزی درسی دانشگاه جهت استحضار و دستور ثبت در سوابق عملکردی استان
- دبیر محترم کمیسیون برنامه‌ریزی درسی استان جهت آگاهی و اجرا

دوره تک درس کمک آشپز

به نام خداوند جان و خرد

مقدمه (ضرورت و هدف)

آشپزی یک هنر، فناوری و مهارت برای فراهم آوردن غذا، با استفاده از گرما یا بدون آن می‌باشد. در دنیای امروز مردم به خوردن غذاهای مختلف و متنوع اهمیت زیادی می‌دهند. در هر کشوری مردم دوست دارند با توجه به فرهنگ غذایی آن کشور، غذاهای مختلف بومی و سنتی آن کشور را امتحان کنند و این موضوع باعث ایجاد فرهنگ غنی گردشگری می‌شود. همچنین به دلیل شاغل بودن بسیاری از مردان و زنان، تمایل به استفاده از غذاهای رستوران‌ها افزایش یافته است. همه این موارد ضرورت وجود آشپزهای ماهر و متبحر را اثبات می‌کند. امروزه علاقمندان بسیاری به هنر آشپزی و شاخه‌های مختلف آن در کشور وجود دارد که گاهی آموزش چندانی جهت ورود به این رشته ندیده‌اند. دوره کوتاه مدت تک‌درس کمک آشپز به عنوان پیش‌نیاز دوره‌های پودمانی آشپزی ایرانی و آشپزی ملل و سایر دوره‌های کوتاه مدت و بلند مدت آشپزی تدوین گردیده که علاقمندان به هنر آشپزی می‌توانند با گذراندن این دوره حداقل شرایط و دانش آشپزی را جهت ورود به سایر دوره‌های آشپزی کسب کنند.

شایستگی‌ها و مهارت‌های قابل انتظار

مهارت جویان، پس از اتمام دوره شایستگی‌ها و مهارت‌های ذیل را کسب می‌نمایند:

- مهارت کار با وسایل و تجهیزات آشپزخانه، رعایت ایمنی، بهداشت و گردش کار ایمن در محیط آشپزخانه
- مهارت شناخت و آماده‌سازی مواد اولیه در آشپزی و فراگیری اصول آشپزی
- مهارت مقدماتی آشپزی ایرانی و بین‌المللی جهت فعالیت به عنوان کمک آشپز

سطح آموزشی

■ تکمیلی بین سطوح تحصیلی دیپلم و کاردانی (حداقل دیپلم)

□ تکمیلی بین سطوح تحصیلی کاردانی و کارشناسی (حداقل کاردانی)

□ تکمیلی بین سطوح تحصیلی کارشناسی و کارشناسی ارشد (حداقل کارشناسی)

□ تکمیلی بین سطوح تحصیلی کارشناسی ارشد و دکتری تخصصی (حداقل کارشناسی ارشد یا دکتری حرفه‌ای)

ضوابط و شرایط پذیرش

الف - (حداقل مدرک تحصیلی / رشته تحصیلی / تجربه)

■ دیپلم متوسطه (رشته‌های مورد نظر: همه رشته‌ها)

□ کاردانی (رشته‌های مورد نظر:) به همراه سال تجربه کاری مرتبط

□ کارشناسی (رشته‌های مورد نظر:) به همراه سال تجربه کاری مرتبط

□ کارشناسی ارشد (رشته‌های مورد نظر:) به همراه سال تجربه کاری مرتبط

ب- گواهی‌های مورد نیاز (در صورت لزوم)

گواهی دوره کوتاه مدت آزاد اصول تغذیه در آشپزی سالم یا گواهی گذراندن درس اصول علم تغذیه

ج- نحوه پذیرش

آزمون تعیین سطح □، مصاحبه حضوری □، عدم نیاز به آزمون و یا مصاحبه ■

سایر روش‌ها با ذکر مورد

جدول و سرفصل تک درس

جدول ۱- جدول مقایسه‌ای ساعات دروس نظری و عملی

درصد استاندارد	درصد	جمع ساعات	نوع دروس
حداکثر ۳۰ درصد	۳۰	۳۰	نظری
حداقل ۷۰ درصد	۷۰	۷۰	عملی
۱۰۰	۱۰۰	۱۰۰	جمع

• مجموع ساعت تک درس حد اقل ۳۰ حد اکثر ۱۰۰ ساعت است.

دوره تک درس کمک آشپز

نام درس: کمک آشپز		نظری	عملی
Course Title: Cook's helper		ساعت	۷۰
الف: هدف درس (حداقل ۲ هدف قابل سنجش و اندازه گیری) رعایت ایمنی و بهداشت در محیط آشپزخانه، کار با وسایل و تجهیزات آشپزخانه، شناخت و آماده سازی مواد اولیه در آشپزی و فراگیری اصول آشپزی، مهارت کمک آشپز آشپزخانه های صنعتی، نیمه صنعتی و رستوران			
ب: سر فصل آموزشی (رئوس مطالب و ریز محتوا)			
ردیف	مبحث کلی و رئوس مطالب	ریز محتوا	زمان آموزش (ساعت)
۱	ایمنی و بهداشت در محیط آشپزخانه	مبحث نظری انواع خطرات در محیط آشپزخانه، ایمنی در محیط کار، بهداشت مواد غذایی، مسمومیت های غذایی، انواع آلودگی، مواد شوینده	۴
		شرح کار عملی روش های رعایت بهداشت در محیط آشپزخانه روش های ایمنی در کار با وسایل و تجهیزات آشپزخانه	۱۰
۲	تجهیزات و عملیات در آشپزخانه	مبحث نظری تجهیزات آماده سازی، پخت و نگهداری غذا و مواد غذایی	۳
		شرح کار عملی کار با تجهیزات آماده سازی، پخت و نگهداری غذا و مواد غذایی در آشپزخانه	۱۰
۳	گردش کار ایمن در آشپزخانه	مبحث نظری سیستم های عملیاتی در آشپزخانه و شناسایی نیاز ها	۲
		شرح کار عملی آماده سازی سیستم پخت، تقسیم کار و ارزیابی عملکرد سیستم	۵
۴	اصول آشپزی	مبحث نظری سیستم آشپزی، انواع سبک های آشپزی، انواع روش های پخت	۱۰
۵	شناخت و آماده سازی مواد اولیه در آشپزی	مبحث نظری شناخت و کاربرد مواد پرتئینی، نشاسته ها، سبزیجات، میوه ها، لبنیات، تخم مرغ، چربی ها، مایعات، دانه های روغنی	۵
		شرح کار عملی آماده سازی، برش و پخت انواع مواد اولیه در آشپزی	۱۵
۶	آشپزی ایرانی مقدماتی	مبحث نظری انواع آش ها، انواع کباب ها، انواع خورش ها، انواع پلوها، انواع سالادها، پیش غذاها و میان وعده ها، انواع نوشیدنی ها، انواع دسرها، انواع خوراک های ایرانی سنتی	۲
		شرح کار عملی پخت حداقل یک نوع آش، کباب، خورش، پلو، خوراک، میان وعده ایرانی آماده سازی و تولید حداقل یک نوع سالاد، دسر و نوشیدنی ایرانی	۱۵
۷	آشپزی بین الملل مقدماتی	مبحث نظری انواع آش ها، کباب ها، خورش ها، پلوها، سالادها، پیش غذاها و میان وعده ها، نوشیدنی ها، دسرها و خوراک های بین المللی	۲
		شرح کار عملی پخت حداقل یک نوع آش، کباب، خورش، پلو، خوراک، میان وعده بین المللی آماده سازی و تولید حداقل یک نوع سالاد، دسر و نوشیدنی بین المللی	۱۵

دوره تک درس کمک آشپز

ج: معرفی منابع درسی (حداقل ۲ منبع فارسی شامل کتاب، دستورالعمل، کاتالوگ فنی و سایر رسانه های آموزشی)

ردیف	عنوان منبع	مؤلف/مؤلفان	مترجم/ مترجمان	ناشر	سال نشر
۱	اصول و مبانی علم و هنر آشپزی	زهرا دانا بخش		مهکامه	۱۴۰۱
۲	آشپزی ایرانی دامیز	ناصر زحمتکش، رضا باباخانلو		آوند دانش	۱۴۰۱
۳	بهداشت و ایمنی در رستوران و آشپزخانه	ربابه وحیدی کلور، پریوش خسروی، مرضیه مرادقلی، محمدحسن کوثری، محمدحسین ساقی		احمدی پور	۱۴۰۰
۴	کتاب جامع آشپزی صنعتی	شهرام مقصودی		آقای کتاب	۱۳۹۸
۵	اصول آشپزی یاس: انواع سوپ، سالاد و غذاهای سنتی و مدرن	مرضیه واحدنصیری		فن آذر، آشینا	۱۳۹۴

دوره تک درس کمک آشپز

د: استانداردهای آموزشی (شرایط یاددهی - یادگیری مطلوب) دوره تک درس کمک آشپز			
۱- ویژگی های مدرس			
معیار مقطع تحصیلی مدرس	عنوان رشته تحصیلی مدرس		حداقل تجربه کاری (سال)
	اولویت اول	اولویت دوم	
دکتری			
کارشناسی ارشد	صنایع غذایی		۲
کارشناسی	آشپزی ایرانی - آشپزی ملل	هتلداری	۳
خبره			۵
۲- کلاس آموزشی، تجهیزات و ملزومات مورد نیاز			
نوع فضای آموزشی	متراژ (متر مربع)	حداکثر ظرفیت (نفر)	ماشین آلات، تجهیزات و ملزومات مورد نیاز متناسب با سرفصل و ظرفیت (سرمایه ای - مصرفی)
کلاس	۳۵	۲۵	کلاس استاندارد آموزشی
آزمایشگاه / کارگاه / مزرعه / عرصه / محیط شبیه سازی شده	۷۵	۲۵	یخچال صنعتی غذاساز، هم زن و مخلوط کن، گریل و کباب پز، فر، اجاق گاز، چرخ گوشت، ترازوی آشپزخانه، ظروف آشپزی، چاقوی مخصوص، انواع قابلمه و تابه، انواع لیوان و ظروف نوشیدنی و تزئین، انواع پیمانه و سایر وسایل آشپزی
۳- روش تدریس و ارائه درس			
کار گروهی و مشارکتی <input type="checkbox"/>	ایفای نقش <input type="checkbox"/>	مطالعه موردی <input type="checkbox"/>	بازدید و گردش علمی <input type="checkbox"/>
حل مساله و کاوشگری <input type="checkbox"/>	مباحثه ای <input type="checkbox"/>	تمرین و تکرار <input type="checkbox"/>	کار عملی <input checked="" type="checkbox"/>
سایر روش ها با ذکر مورد			
۴- نحوه سنجش و ارزیابی با توجه به اهداف تعریف شده درس			
آزمون کتبی <input checked="" type="checkbox"/>	آزمون عملی <input checked="" type="checkbox"/>	آزمون شفاهی <input type="checkbox"/>	ارائه پروژه <input type="checkbox"/>
ارائه نمونه کار <input checked="" type="checkbox"/>	فعالیت های مستمر <input type="checkbox"/>	مشاهده رفتار <input type="checkbox"/>	پوشه کار و ارائه گزارش <input type="checkbox"/>
سایر روش ها با ذکر مورد			

پیوست

دانشگاه جامع

علوم - کاربردی

دوره تک درس کمک آشپز

مشخصات تهیه کننده

الف: متقاضی / مرکز / موسسه

مرکز آموزش علمی کاربردی موسسه فرهنگی هنری پیشروپژوهان (واحد ۳۳)	نام
تهران، میدان فردوسی، خیابان نجات الهی، بعد از تقاطع طالقانی، بن بست دوم پلاک ۶	نشانی
۰۲۱۸۴۰۴۱۰۰۰	تلفن
https://Uast33.ir info@uast33.ir	نشانی وبسایت / پست الکترونیکی

ب: اعضای گروه تدوین کننده

پست الکترونیکی	تلفن	رشته تحصیلی	مدرک تحصیلی	تجربه کاری مرتبط (سال)	نام و نام خانوادگی
info@uast33.ir	۰۹۱۲۱۴۹۰۱۵۴	آشپزی	خبره آشپزی	۳۰	فرهود زعفری هشتجین
info@uast33.ir	۰۹۱۲۴۶۷۲۷۹۹	آشپزی	خبره آشپزی	۳۰	کتاب اله یعقوبی
info@uast33.ir	۰۹۱۲۴۷۰۳۵۶۸	آشپزی	کارشناسی	۱۰	آرزو انگشتان
info@uast33.ir	۰۹۱۹۷۳۸۱۱۲۳	آشپزی	کارشناسی	۱۰	معصومه فرنود
info@uast33.ir	۰۲۱۸۴۰۴۱۰۰۰	آمار	کارشناسی ارشد		وهاب بهرامی