



LICEO FRANCISCO TELLO GONZÁLEZ
Unidad Técnica Pedagógica 2021

Asignatura/ Nombre Profesor(a): Sonia Soto Soto

Guía de Aprendizaje N° 1

Nombre del Alumno(a):

Curso:

Fecha:

Objetivo: 1.- Conocer las normas de higiene básicas para trabajar como ayudante de cocina.
2.- Conocer el equipo básico para una cocina.

Instrucciones Generales: Lectura socializada de guía de aprendizaje.

NORMAS DE HIGIENE Y SEGURIDAD

Dentro de las características de la profesión, te fijaste en la importancia del orden para prevenir accidentes y en la limpieza que debemos guardar en nuestro lugar de trabajo, así como también de nuestra presentación personal. Estos aspectos son fundamentales para desarrollar un buen trabajo libre de enfermedades y accidentes que son muy comunes si nos descuidamos en estos aspectos.

Te invito a que prepares de manera individual un listado con 10 causas que pueden provocar un accidente, que te afectaría a ti o a tus compañeros/as de trabajo.

Actividad a realizar:

- 1.- _____
- 2.- _____
- 3.- _____
- 4.- _____
- 5.- _____
- 6.- _____
- 7.- _____
- 8.- _____
- 9.- _____
- 10.- _____

Actividades a realizar:

Realiza otro listado con 10 práctica poco higiénicas, que pienses que pueden ir en desmedro de un trabajo en la cocina.

- 1.- _____
- 2.- _____
- 3.- _____
- 4.- _____
- 6.- _____
- 7.- _____
- 8.- _____
- 9.- _____

5.- _____ 10.- _____

Autoevaluación:

Contesta de manera individual las siguientes preguntas y luego compártelas con el resto de tus compañeros/as:

- ¿Cuáles de las tres características que acabas de leer es la que más llamó tu atención?
- Nombra 3 principios descritos en la anterior tabla y defínelos con tus propias palabras (lo que para ti significa).
- Dinos como solucionarías dos problemas de acciones inseguras y de problemas de higiene de los que anotaste en la tabla.

1.- ¿A qué se refiere la afirmación “nunca dejaremos de aprender”, explícala con tus propias palabras:

2.- Responde verdadero o falso según corresponda:

_____ El correr en una cocina no es una acción insegura.

_____ Mantener mi lugar limpio de basura es muy importante para la higiene.

_____ Un manipulador puede no ser puntual en su hora de llegada.

_____ Un cocinero debe dar un óptimo uso a sus recursos.

EQUIPAMIENTO DE COCINA

1.- El equipamiento y su distribución en la planta por zonas:

El equipamiento es el material con el que debe contar la cocina para el desarrollo de sus tareas: dentro de las cocinas existen equipamiento mayor y menor, pensando en el mayor como cocinas y hornos. El equipamiento menor encontramos balanzas, jugueras, moulinex, etc.

También existen los equipos compactos: son aquellos formados en un solo bloque se utilizan en lugares de dimensión limitada y cada vez menos. Los forman equipos de cocción y en éstos sólo se respeta la altura. (Ej.: cocina, plancha, grilla, etc.).

Los equipos más conocidos en la cocina son:

Cocina



Plancha



Horno



Balanza



Mesón



Kitchen



Actividades a realizar:

Realiza con la ayuda de un folleto o libro encontrado en la biblioteca un listado con diez equipos de cocina y explica cuál es su utilidad:

- 1.- _____
- 2.- _____
- 3.- _____
- 4.- _____
- 5.- _____
- 6.- _____

- 7.- _____
- 8.- _____
- 9.- _____
- 10.- _____

Autoevaluación:

- 1.- ¿Qué equipo de cocina es el que más llama tu atención y por qué?:

- 2.- ¿Cuál de todas las máquinas que has visto e investigado piensas que puede ser la más peligrosa, por qué?:

- 3.- ¿Qué máquinas se usan para las siguientes preparaciones o acciones?:
 - Queque _____
 - Papas fritas _____
 - Estofado de carne _____
 - Lavado de loza _____
 - Congelar pollo _____
 - Refrigerar verduras _____