



راهنمای برنامه درسی

رشته های مهارتی گروه خدمات تغذیه ای

معاونت برنامه ریزی آموزشی و توان بخشی

گروه برنامه ریزی آموزشی و درسی دوره های اول متوسطه پیش حرفه ای و متوسطه حرفه ای

۱۳۹۹

همکاران برنامه

سهیلا خاکزاد: رییس گروه برنامه ریزی آموزشی درسی دوره متوسطه حرفه ای

مینا حسنی: کارشناس برنامه ریزی آموزشی درسی دانش آموزان با نیاز ویژه

نگار نجاتیان: کارشناسی آشپزی بین المللی و مربیگری شیرینی پزی و آشپزی

پریسا رستمی: کارشناس علوم تغذیه

عشرت لطفی: لیسانس روان شناسی کودکان استثنایی

۴	سخنی با همکار
	کلیات
۶	- ساختار دوره متوسطه حرفه ای
۷	- برنامه ریزی رشته های مهارتی بر اساس آموزش مبتنی بر شایستگی
	برنامه ریزی شایستگی محور در گروه خدمات تغذیه ای
۱۴	- آموزش مبتنی بر شایستگی در گروه خدمات تغذیه ای
۱۵	- جداول مواد درسی و ساعات تدریس هفتگی
۱۸	- شایستگی های رشته مهارتی گروه خدمات تغذیه ای
۳۲۰	- استفاده از فناوری اطلاعات
۳۲۱	- جدول بودجه بندی سالیانه درس استفاده از فناوری اطلاعات رشته های مهارتی گروه تغذیه ای
۳۲۳	- توصیه های آموزشی
۳۲۴	- استاندارد فضا و تجهیزات
۳۲۵	- جدول فهرست تجهیزات، ابزار و مواد مصرفی کمک قناد
۳۲۹	- جدول فهرست تجهیزات، ابزار و مواد مصرفی کمک کار آشپز و قناد
۳۳۴	- کارورزی
۳۳۵	- رسانه های آموزشی
۳۳۷	شیوه های نگهداری مواد غذایی

با توجه به اهمیت آموزش حرفه ای در انتقال مفید دانش آموزان با نیاز ویژه به جامعه و براساس تصویب "کلیات آموزش حرفه ای مبتنی بر شایستگی در دوره متوسطه حرفه‌ای"، گروه برنامه ریزی آموزشی درسی دوره متوسطه حرفه ای با تشکیل کمیسیون تخصصی اقدام به تدوین برنامه درسی شایستگی های رشته های مهارتی : کمک کار ساده در آشپزخانه ، کمک آشپز و کمک قناد در گروه خدمات تغذیه ای نموده است.

مجموعه حاضر که تحت عنوان "راهنمای برنامه درسی رشته های مهارتی در گروه خدمات تغذیه ای" تدوین شده است علاوه بر معرفی اجمالی دوره متوسطه حرفه‌ای و کلیات برنامه‌ریزی آموزش حرفه ای مبتنی بر شایستگی در خصوص جداول، اهداف، محتوا و نحوه ارزشیابی هر یک از شایستگی ها، استاندارد فضا، تجهیزات و نیروی انسانی مورد نیاز و ... به بحث می پردازد که می تواند مورد استفاده مجریان آموزشی ، گروه های آموزشی ، مولفان و هنرآموزان رشته های مهارتی گروه خدمات تغذیه ای قرار گیرد.

ضمناً برای آموزش درس "شیوه های نگهداری مواد غذایی" که محتوای آن در پایان این راهنما قرار دارد دبیران کارگاهی بایستی موارد زیر را مورد توجه قرار دهند:

- این درس یک واحد نظری است که برای آشنایی دانش آموزان با شیوه های نگهداری مواد غذایی پیش بینی شده است و دبیران محترم بایستی بر اساس رشته مهارتی دانش آموزان، نسبت به انتخاب موضوع مورد نیاز از محتوای مربوطه اقدام نموده و آن را در محیط کارگاه به دانش آموزان آموزش دهند.

- ارزشیابی این درس به صورت کتبی و عملی (۵ نمره کتبی و ۵ نمره عملی) می باشد.

گروه برنامه ریزی آموزشی و درسی دوره متوسطه اول پیش حرفه ای و متوسطه حرفه ای دانش آموزان با نیازهای ویژه از دریافت نظرات و پیشنهادات همکاران متخصص و علاقمند در راستای ارتقاء کیفی این برنامه استقبال می نماید.

کلیات

- ساختار دوره متوسطه حرفه‌ای
- برنامه ریزی رشته های مهارتی بر اساس آموزش مبتنی بر شایستگی (پودمانی)

ساختار دوره متوسطه حرفه ای

هدف از این دوره، آماده کردن دانش آموزان برای ورود به دنیای کار است، رسالت آموزش حرفه ای انتقال مهارت و شایستگی مورد نیاز جهت پاسخگویی به نیازهای در حال تغییر بازار کار می باشد. از سویی دیگر آموزش در این دوره، کسب استقلال نسبی و خودکفایی دانش آموزان را در نظر دارد.

طول دوره متوسطه حرفه ای ۳ سال است و دانش آموزان در پایان این دوره با گذراندن ۹۶ واحد(شامل ۵۴

واحد دروس عمومی و انتخابی و ۴۲ واحد دروس مهارتی) می توانند به اخذ دیپلم در رشته مربوطه نائل شوند.

ارزش هر واحد درسی در دوره متوسطه حرفه ای به شرح زیر می باشد:

- هر واحد درس نظری معادل ۱ ساعت آموزش در هفته و هر واحد درس عملی تا ۲ برابر هر واحد نظری در طول سال می باشد.

- هر واحد درس کارورزی معادل ۱/۵ ساعت آموزش در هفته می باشد و محل اجرای آن کارگاه های مدارس و یا محیط های واقعی کار مورد تایید اداره آموزش و پرورش استثنایی استان می باشد.

ویژگی پذیرفته شدگان

الف) فارغ التحصیلان دوره اول متوسطه پیش حرفه ای

ب) فارغ التحصیلان دوره اول متوسطه که مطابق با بند ۱ آیین نامه آموزشی دوره متوسطه حرفه ای امکان بهره مندی از محتوای برنامه آموزش عمومی را ندارند.

ج) داشتن ویژگی های جسمانی و شناختی مورد نیاز مطابق با کاربرگ الزامات حرفه ای. (کاربرگ الزامات حرفه ای نشان دهنده حداقل قابلیت های حسی - حرکتی می باشد که فرد برای گذراندن شایستگی های مهارتی رشته مورد نظر باید واجد آن باشد).

برنامه ریزی رشته های مهارتی براساس آموزش مبتنی بر شایستگی

ضرورت برنامه ریزی آموزش حرفه ای مبتنی بر شایستگی

براساس نتایج بررسی های میدانی کارشناسان در طول مدت اجرای آزمایشی این دوره و ضرورت بهبود کیفیت آموزش های حرفه ای متناسب با شرایط و توانائی های ذهنی و جسمی این گروه از دانش آموزان، برنامه ریزی درسی (آموزش های مهارتی) در این دوره براساس "آموزش مبتنی بر شایستگی" با رعایت استانداردهای حرفه ای سازمان ها و نهادهای متولی انجام شده است. با توجه به ویژگی دانش آموزان با نیازهای ویژه برنامه ریزی مهارتی در این برنامه از سطوح دشواری متفاوتی برخوردار است و دانش آموزان به فراخور ویژگی های شناختی، جسمانی خود و هم چنین شرایط منطقه ای و اجرایی با نظر شورای آموزشی مدرسه، آموزش حرفه ای خود را دریافت می دارند.

آموزش مبتنی بر شایستگی

شایستگی، به ظرفیت کلی یا توانایی یک شخص برای انجام کاری به صورت موفقیت آمیز گفته می شود. آموزش مبتنی بر شایستگی یکی از اثربخش ترین آموزش ها است که مبتنی بر نیاز افراد و متناسب با الزامات و شایستگی های مورد نیاز در انجام کار می باشد. در آموزش مبتنی بر شایستگی، استانداردهای آموزشی شغلی به قسمت های جداگانه تقسیم می شود که هر یک از آن ها شایستگی شغلی نامیده می شود. هر شایستگی به عنوان یک واحد یاددهی - یادگیری مستقل و در عین حال جزئی از یک مجموعه یکپارچه و منسجم یک استاندارد شغلی می باشد.

ویژگی های برنامه ریزی آموزش مبتنی بر شایستگی

شایستگی های مهارتی دارای ویژگی های زیر می باشند:

- شایستگی ها دارای اهداف آموزشی مستقل هستند که براساس استانداردهای آموزش شغل تهیه و تدوین می شوند.
- شایستگی ها تقاضا محور هستند و با علائم بازار کار (ملی، محلی) هدایت می شوند و عموماً قسمتی از برنامه آموزشی دراز مدت یک حرفه یا شغل می باشند.

- هر شایستگی یک مهارت خاص است که دانش آموز باید بتواند آن مهارت را به صورت عملکردی و با کیفیت قابل قبول انجام دهد.
- سنجش عملکرد و یا ارزشیابی از میزان یادگیری هر یک از شایستگی ها به صورت مستقل و بر اساس استانداردها و معیارهای محیط واقعی کار انجام شده و منجر به صدور تأییدیه می شود.
- در تدریس شایستگی ها مفاهیم نظری و عملی درهم تلفیق می شوند.

شایستگی های مهارت در سطوح متفاوت دشواری تدوین می شوند، لذا به تفاوت های فردی دانش آموزان با نیاز ویژه توجه دارد. شایستگی به نام های مختلفی مانند صلاحیت ، پودمان یا مادل های کاربردی تعریف می شود. هدف هر یک از شایستگی های شغلی ، دستیابی دانش آموزان به مهارت های آن شغل می باشند.

شایستگی شغلی

شایستگی شغلی ترکیبی از دانش، مهارت و نگرش مورد نیاز به منظور دستیابی به عملکرد استاندارد در انجام وظیفه یا وظایف شغل مورد نظر است که از طریق آموزش و یا تجربه در محیط واقعی کار توسط افراد کسب می شود. شایستگی شغلی باعث می شود که فرد در حیطه شغلی خود به طور موثری بر اساس سطح توانمندی خود عمل نماید. شایستگی های شغلی بر اساس شرح وظایف هر شغل در گروه حرفه ای مربوط تعریف می شود.

حرفه

اصطلاحی گسترده تر از شغل است که نشان دهنده گروهی از مشاغل هم خانواده و مرتبط می باشد. هر حرفه متناسب با پیچیدگی وظایف و شایستگی های مورد نیاز دارای مشاغل (گرایش های) مختلف است.

شغل

ارائه خدمت خاص توسط یک فرد از طریق انجام وظایفی است که توسط کارفرما در مدت زمان معینی تعیین می شود.

وظیفه شغلی

بخش تعریف شده و معنی دار از یک شغل که دارای هدف خاص و خروجی (محصول یا خدمت) مشخص می باشد.

طبقه بندی شایستگی های شغلی

انواع شایستگی های شغلی عبارتند از:

الف) شایستگی های مشترک حرفه ای

شایستگی هایی هستند که در مشاغل مختلف یک حرفه (رشته) تکرار شده اند و یادگیری آن ها برای تمامی متقاضیان اشتغال در مشاغل مختلف یک حرفه ضروری است. این شایستگی ها علاوه بر ایجاد شایستگی های اولیه در یک حرفه مشخص، زمینه شناسایی استعداد و توانایی (ذهنی و جسمی) فراگیران را برای انتخاب یکی از مشاغل حرفه مورد نظر فراهم می کند. محتوای این قبیل شایستگی ها به تناسب عمق دانش و مهارت های هر حرفه (رشته تحصیلی) عبارت است از:

- آشنایی و نحوه کار کردن با ابزار و تجهیزات اولیه مشترک مشاغل یک حرفه
- آشنایی با انواع مواد اولیه، عوامل تولید و کاربرد آن ها در تولید محصول یا خدمات در حرفه مورد نظر
- آشنایی و کار بست بهداشت و ایمنی در حرفه مورد نظر
- شایستگی های فردی در محیط کار
- مهارت های اولیه کاربرد فناوری اطلاعات و ارتباطات در مشاغل
- قوانین و مقررات کسب و کار (احکام عمومی قانون کار + حقوق افراد با نیاز ویژه در قوانین کار و استخدامی کشور و ...)

ب) شایستگی های پایه شغلی :

شایستگی هایی هستند که برای انجام وظایف روزمره و اولیه در شغل مورد نظر تحت نظارت و یا با کمک سرپرست کارگاه ضروری می باشند و یادگیری آن ها برای تمامی متقاضیان شغل مورد نظر الزامی است. محتوای این قبیل شایستگی ها به تناسب عمق دانش و مهارت های هر شغل عبارت است از :

* کار کردن با ابزار و تجهیزات و مواد اولیه شغل مورد نظر

- * آشنایی با معیارهای محصول یا خدمت مورد نظر در شغل خود
- * آشنایی با مراحل انجام کار و رعایت توالی آن در انجام وظایف شغلی
- * مهارت استفاده از نقشه و راهنمای کار برای انجام وظایف شغلی
- * اجرای صحیح برنامه کار روزانه

ج) شایستگی های تخصصی

شایستگی هایی هستند که منحصراً برای انجام وظایف خاص هر شغل به صورت نسبتاً مستقل (با نظارت و راهنمایی نسبی سرپرست) تدوین شده اند. محتوای این قبیل شایستگی ها به تناسب عمق دانش و مهارت های هر شغل عبارت است از:

- انتخاب ابزار و تجهیزات و مواد اولیه مورد نیاز
- چیدمان تجهیزات محیط کار (کارگاه های کوچک خود اشتغالی)
- برنامه ریزی و اجرای مراحل انجام کار یک پروژه کاری

ساختار شایستگی

هر شایستگی با ساختار زیر تهیه می شود:

- **عنوان شایستگی مهارت**
- **شرح شایستگی:** به توصیف هدف شایستگی و آن چه که باید در طول مدت آموزش انجام شود، می پردازد.
- **عناصر شایستگی:** هر شایستگی به اجزای کوچکتری تقسیم می شود که بر مراحل توالی کار و تعریف دقیق عملکرد تاکید دارد.
- **معیار عملکرد:** ارزیابی عملکرد یا در واقع خروجی مورد انتظار برای هر یک از اجزای شایستگی را مشخص می کند. از معیار عملکرد برای ارزشیابی فراگیر در میزان دستیابی یا عدم دستیابی به شایستگی (دانش، مهارت و نگرش) مورد نظر استفاده می شود.
- **معیار آزمون:** به نحوه ارزیابی از عملکرد دانش آموز در شایستگی مهارت و چگونگی محاسبه نمره پایانی می پردازد.

ارزشیابی پیشرفت تحصیلی دانش آموزان

با توجه به این که آموزش حرفه ای به روش شایستگی محور براساس رویکرد نتیجه مدار طراحی شده است ارزشیابی دانش آموز در هر شایستگی براساس معیارهای عملکرد انجام می گیرد. ارزشیابی حسب مورد به صورت شفاهی، کتبی و عملی انجام می شود. بخشی از ارزشیابی دانش آموز نیز مربوط به ارزیابی از رفتارهای شغلی دانش آموز می باشد. نمره هر شایستگی ۲۰ می باشد که ۱۷ نمره آن (۳ نمره کتبی + ۱۴ نمره عملی) به ارزشیابی از اجزاء هر شایستگی اختصاص می یابد و ۳ نمره مربوط به رفتارهای شغلی دانش آموز می باشد.

انواع ارزشیابی

هر یک از معلمان در طراحی آموزشی خود، باید چهار نوع ارزشیابی را مورد توجه قرار دهند.

۱) خودارزیابی

به دانش آموزان آموزش داده شود تا عملکرد خود را مورد پایش قرار دهند. این امر باعث می شود که خود مدیریتی دانش آموز بر فرآیند یاددهی- یادگیری مورد تأکید قرار گیرد و او را ترغیب نماید که ضمن بررسی کار انجام شده، به دنبال رفع مشکل احتمالی خود در انجام فعالیت باشد.

۲) ارزشیابی تشخیصی

این ارزشیابی قبل از تدریس صورت گرفته و هدف از آن، جمع آوری اطلاعات در باره توانایی دانش آموزان به منظور آگاهی از کمبودهای آموزشی و جبران آن ها می باشد. ارزشیابی تشخیصی آمادگی فراگیرندگان برای شروع درس را مورد بررسی قرار می دهد.

۳) ارزشیابی مرحله ای یا مستمر

ویژگی این نوع ارزشیابی در پویایی و گستردگی آن است که به صورت مستمر تصویری روشن و همه جانبه از وضعیت دانش آموز و فاصله او تا تحقق نهایی اهداف درس را مشخص می کند و باعث می گردد متناسب با ظرفیت ها و نیازهای وی فعالیت های جبرانی پیش بینی شود.

در این نوع ارزشیابی علاوه بر ارزشیابی انفرادی دانش آموز که در حین فعالیت ها و فرآیندهای یادگیری انجام می شود ، می توان او را در گروه نیز ارزشیابی کرد. در ارزشیابی مستمر موارد زیر مورد توجه قرار می گیرد.

عملی	نظری
<ul style="list-style-type: none"> - مهارت های مربوط به کار را انجام می دهد. - میزان کاری را که برای وی در نظر گرفته شده است ، انجام می دهد. - در فعالیت های گروهی شرکت می کند. - در کار خود نظم و دقت دارد. - کار را به موقع تحویل می دهد. 	<ul style="list-style-type: none"> - ارزشیابی کتبی از مباحث نظری تدریس شده صورت می پذیرد.

۴) ارزشیابی پایانی

همان امتحان پایانی است که در پایان جلسات درس انجام می گیرد. این آزمون در محیطی ویژه و در زمان های مقرر به عمل می آید. با توجه به این که آموزش پودمانی نتیجه محور می باشد، نحوه عملکرد دانش آموز در ارزیابی پایانی باید به صورت دقیق مورد توجه قرار گیرد. لذا بدین منظور برای هریک از عناصر شایستگی، فهرست و آرسی را تهیه نموده که پس از آموزش و انجام تمرینهای کافی با دانش آموزان ، به ارزیابی در آن فعالیت بپردازید. لازم به ذکر است فهرست و آرسی ها در ارزیابی مستمر نیز قابل استفاده می باشد.

صلاحیت حرفه ای هنر آموزان

صلاحیت های هنرآموزان در دو حیطه طبقه بندی می شود:

- **صلاحیت های عمومی** شامل : صلاحیت های اعتقادی و اخلاقی ، توانایی علمی و عملی برای تدوین و ارزشیابی از آموخته های دانش آموزان ، توانایی برقراری ارتباط با دانش آموزان
- **صلاحیت های تخصصی** شامل : توانایی در آموزش شایستگی ها، مهارت در انجام فعالیت های مربوط به هر شایستگی ، توانایی تحلیل فعالیت ها به منظور آموزش متناسب با ویژگی دانش آموزان

برنامه ریزی
شایستگی محور
در گروه خدمات تغذیه ای

آموزش مبتنی بر شایستگی در رشته خدمات تغذیه ای

هدف از آموزش دانش آموزان در رشته خدمات تغذیه ای تربیت افرادی است که علاوه بر وظایف شهروندی، با استفاده از آموخته های خویش در مشاغل مربوط به گروه مذکور در حد کارگر ساده و یا نیمه ماهر به اشتغال بپردازد.

در حال حاضر برنامه ریزی در گروه خدمات تغذیه ای در ۳ رشته : ۱- کمک کار ساده در آشپزخانه
۲- کمک آشپز ۳- کمک قناد، انجام شده است که ابتدا به معرفی جدول مربوط و سپس به معرفی شایستگی های مهارتی هر رشته خواهیم پرداخت.

جدول مواد درسی و ساعات تدریس هفتگی رشته تحصیلی: کمک کارساده در آشپزخانه

ردیف	دامنه محتوایی	پایه ۱۰			پایه ۱۱			پایه ۱۲		
		نام درس	واحد	ساعت	نام درس	واحد	ساعت	نام درس	واحد	ساعت
۱	تربیت دینی و اخلاقی	تعلیمات دینی و قرآن (۱)	۲	۲	تعلیمات دینی و قرآن (۲)	۲	۲	تعلیمات دینی و قرآن (۳)	۲	۲
۲	زبان و ادبیات فارسی	ادبیات فارسی (۱)	۲	۲	ادبیات فارسی (۲)	۲	۲	ادبیات فارسی (۳)	۲	۲
۳	مطالعات اجتماعی	مطالعات اجتماعی (۱)	۲	۲	مطالعات اجتماعی (۲)	۲	۲	مطالعات اجتماعی (۳)	۲	۲
۴	ریاضیات	ریاضی (۱)	۳	۳	ریاضی (۲)	۳	۳	ریاضی (۳)	۳	۳
۵	خوشه دروس: انسان و سلامت	علوم زیستی و بهداشت (۱)	۲	۲	علوم زیستی و بهداشت (۲)	۲	۲	علوم زیستی و بهداشت (۳)	۲	۲
		تربیت بدنی (۱)	۲	۱	تربیت بدنی (۲)	۲	۱	تربیت بدنی (۳)	۲	۱
۶	خوشه دروس: انسان و مهارت های زندگی	انتخابی ۱ (کامپیوتر، هنر، توانبخشی)، تربیت بدنی پیشرفته ۱، مهارت زندگی ۱، صنایع دستی محلی ۱، سرمه دوزی ۱، پته دوزی ۱، توربافی ۱، قالبهای گچی ۱، کاربا چرم ۱، گل های چینی ۱، پارچه دوختهای تزئینی ۱، هوبه کاری روی پارچه ۱، مشاغل ساده (۱)	۶	۶	انتخابی ۲	۶	۶	انتخابی ۳	۶	۶
۷	خوشه دروس: شایستگی های غیر فنی	اخلاق حرفه ای	۱	۱	کسب و کار و قوانین کار (۱)	۱	۱	کسب و کار و قوانین کار (۲)	۱	۱
		الزامات محیط کار	۱	۱	استفاده از فناوری اطلاعات	۱	۱			
					بهداشت و ایمنی در آشپزخانه	۱	۱			
۸	خوشه دروس: شایستگی های فنی	تهیه ساندویچ های سرد	۳	۲/۵	مهارت های اختیاری	۳	۲/۵	کارورزی	۳	۴
		تهیه سالاد و اردورهای سرد	۳	۲/۵	انواع پخت سبزی	۳	۲/۵	تهیه استاک	۳	۱/۵
		آماده سازی مواد اولیه خام	۲	۲/۵	تهیه غذاهای ساده و سریع (عدسی، چلو، لوبیا چیتی، سوپ و پتاز)	۲	۲/۵	تهیه چند نوع ترشی و شور	۲	۱/۵
		تهیه مربا، کمپوت، مارمالاد	۲	۱/۵	تهیه چند نوع املت	۲	۲/۵	مهارت های اختیاری	۳	۲/۵
		نظافت و تمیزکاری آشپزخانه	۱	۱		۱	۱	مهارت های اختیاری	۳	۲/۵
		پاک کردن سبزی و صیفی جات	۳	۲		۳	۲	آماده سازی میز برای سرو غذا	۱	۱
		جمع	۳۶	۳۲	جمع	۳۶	۳۲	جمع	۳۶	۳۲
۹	برنامه ویژه مدرسه	زمینه سازی برای اجرای بند ۵-۵- سند تحول بنیادین (سالانه ۵۰ تا ۱۰۰ ساعت)								

جدول مواد درسی و ساعات تدریس هفتگی رشته تحصیلی: کمک آشپز

ردیف	دامنه محتوایی	پایه ۱۰			پایه ۱۱			پایه ۱۲		
		نام درس	واحد	ساعت	نام درس	واحد	ساعت	نام درس	واحد	ساعت
۱	تربیت دینی و اخلاقی	تعلیمات دینی و قرآن (۱)	۲	۲	تعلیمات دینی و قرآن (۲)	۲	۲	تعلیمات دینی و قرآن (۳)	۲	۲
۲	زبان و ادبیات فارسی	ادبیات فارسی (۱)	۲	۲	ادبیات فارسی (۲)	۲	۲	ادبیات فارسی (۳)	۲	۲
۳	مطالعات اجتماعی	مطالعات اجتماعی (۱)	۲	۲	مطالعات اجتماعی (۲)	۲	۲	مطالعات اجتماعی (۳)	۲	۲
۴	ریاضیات	ریاضی (۱)	۳	۳	ریاضی (۲)	۳	۳	ریاضی (۳)	۳	۳
۵	خوشه دروس:	علوم زیستی و بهداشت (۱)	۲	۲	علوم زیستی و بهداشت (۲)	۲	۲	علوم زیستی و بهداشت (۳)	۲	۲
	انسان و سلامت	تربیت بدنی (۱)	۲	۱	تربیت بدنی (۲)	۲	۱۱	تربیت بدنی (۳)	۲	۲
۶	خوشه دروس: انسان و مهارت های زندگی	انتخابی (۱) کامپیوتر، هنر، توانبخشی، تربیت بدنی پیشرفته، مهارت زندگی، صنایع دستی محلی، سرمه دوزی، پته دوزی، توربافی، قالبهای گچی، کاربا چرم، گل های چینی، پارچه دوختهای تزئینی، هویه کاری روی پارچه، مشاغل ساده (۱)	۶	۶	انتخابی ۲	۶	۶	انتخابی ۳	۶	۶
۷	خوشه دروس: شایستگی های غیر فنی	اخلاق حرفه ای	۱	۱	کسب و کار و قوانین کار (۱)	۱	۱	کسب و کار و قوانین کار (۲)	۱	۱
		الزامات محیط کار	۱	۱	استفاده از فناوری اطلاعات	۱	۱			
					بهداشت و ایمنی در آشپزخانه	۱	۱			
					نگه داری مواد غذایی در آشپزخانه	۱	۱			
۸	خوشه دروس: شایستگی های فنی	تهیه ساندویچ های سرد	۳	۲/۵	تهیه انواع سوپ	۲	۱/۵	کارروزی	۲	۴
		تهیه سالاد و اردورهای سرد	۳	۲/۵	تهیه انواع کوکو	۲	۱/۵	تهیه چاشنی های داغ و سس	۲	۱/۵
		آماده سازی مواد اولیه خام	۳	۲/۵	تهیه چند نوع پلوی ساده (عدس پلو، رشته پلو، پلو ساده، چلو، شوید باقلا پلو، استانبولی)	۳	۲	تهیه غذاهای ساده گوشتی (ماکارونی، پنه گوشت، پنه فیله مرغ، خوراک گوشت چرخ کرده)	۳	۲/۵
		تهیه مربا، کمپوت، مارمالاد	۲	۱/۵	انواع پخت گوشت	۳	۲/۵	انواع دسر سنتی	۳	۲/۵
		نظافت و تمیزکاری آشپزخانه	۱	۱	انواع پخت سبزی	۳	۲/۵	مهارت های اختیاری	۳	۲/۵
		پاک کردن سبزی و صیفی جات	۳	۲						
		جمع	۳۶	۲۲	جمع	۳۶	۳۲	جمع	۳۶	۳۲
۹	برنامه ویژه مدرسه	زمینه سازی برای اجرای بند ۵-۵ سند تحول بنیادین (سالانه ۵۰ تا ۱۰۰ ساعت)								

جدول مواد درسی و ساعات تدریس هفتگی رشته تحصیلی: کمک قناد

ردیف	دامنه محتوایی	پایه ۱۰			پایه ۱۱			پایه ۱۲		
		نام درس	واحد	ساعت	نام درس	واحد	ساعت	نام درس	واحد	ساعت
۱	تربیت دینی و اخلاقی	تعلیمات دینی و قرآن (۱)	۲	۲	تعلیمات دینی و قرآن (۲)	۲	۲	تعلیمات دینی و قرآن (۳)	۲	۲
۲	زبان و ادبیات فارسی	ادبیات فارسی (۱)	۲	۲	ادبیات فارسی (۲)	۲	۲	ادبیات فارسی (۳)	۲	۲
۳	مطالعات اجتماعی	مطالعات اجتماعی (۱)	۲	۲	مطالعات اجتماعی (۲)	۲	۲	مطالعات اجتماعی (۳)	۲	۲
۴	ریاضیات	ریاضی (۱)	۳	۳	ریاضی (۲)	۳	۳	ریاضی (۳)	۳	۳
۵	خوشه دروس: انسان و سلامت	علوم زیستی و بهداشت (۱)	۲	۲	علوم زیستی و بهداشت (۲)	۲	۲	علوم زیستی و بهداشت (۳)	۲	۲
		تربیت بدنی (۱)	۲	۱	تربیت بدنی (۲)	۲	۱	تربیت بدنی (۳)	۲	۱
۶	خوشه دروس: انسان و مهارت های زندگی	انتخابی (۱) کامپیوتر، هنر، توانبخشی، تربیت بدنی پیشرفته، مهارت زندگی، صنایع دستی محلی، سرمه دوزی، پته دوزی، توربافی، قالبهای گچی، کار با چرم، گل های چینی، پارچه دوختهای تزئینی، هوبه کاری روی پارچه، مشاغل ساده (۱)	۶	۶	انتخابی ۲	۶	۶	انتخابی ۳	۶	۶
		اخلاق حرفه ای	۱	۱	کسب و کار و قوانین کار (۱)	۱	۱	کسب و کار و قوانین کار (۲)	۱	۱
		الزامات محیط کار	۱	۱	استفاده از فناوری اطلاعات	۱	۱			
		بهداشت و ایمنی در آشپزخانه			بهداشت و ایمنی در آشپزخانه	۱	۱			
					نگه داری مواد غذایی در قنادی	۱	۱			
		تهیه ساندویچ های سرد	۲/۵	۳	انواع دسرهای غیر سنتی	۱/۵	۲	کارورزی	۴	۶
		تهیه سالاد و اردورهای سرد	۲/۵	۳	تهیه انواع شربت	۱/۵	۲	پخت شیرینی محلی	۱/۵	۲
		آماده سازی مواد اولیه خام	۲/۵	۳	خشک کردن میوه	۲	۳	تهیه چند نوع شیرینی و کیک	۲/۵	۳
		تهیه مربا، کمپوت، مارمالاد	۱/۵	۲	آماده کردن دانه های روغنی	۲/۵	۳	انواع دسر سنتی	۲/۵	۳
		نظافت و تمیز کاری آشپزخانه	۱	۱	مهارت های اختیاری	۲/۵	۳	تهیه انواع نوشیدنی های سرد و گرم	۲/۵	۳
		پاک کردن سبزی و صیفی جات	۲	۳						
		جمع	۳۲	۳۶	جمع	۳۲	۳۶	جمع	۳۲	۳۷
۹	برنامه ویژه مدرسه	زمینه سازی برای اجرای بند ۵-۵ سند تحول بنیادین (سالانه ۵۰ تا ۱۰۰ ساعت)								

شایستگی های رشته مهارتی گروه خدمات تغذیه ای

در این مبحث به طور مشروح به معرفی شایستگی ها پرداخته می شود. هر شایستگی دارای سه کاربرد است.

- کاربرد نخست به شرح پودمان و عناصر آن اختصاص دارد. در هر یک از عناصر، هدف نهایی از یادگیری آن عنصر در قالب یک جمله عملکردی بیان شده است.
- در کاربرد دوم شایستگی مورد تحلیل قرار گرفته است و دانش، مهارت و نگرش های ضروری برای دستیابی به اهداف هر یک از اجزای پودمان مشخص شده است. بدیهی است همکاران محترم باید با استفاده از رئوس برنامه درسی (دانش، مهارت، نگرش، نکات ایمنی و ...) هر یک از شایستگی های مهارت، به ارائه آموزش خود در محیط کارگاه بپردازند. هم چنین تأکید بر این است که تا حد امکان مفاهیم شناختی و مهارتی توأماً تدریس گردد.
- کاربرد سوم به ارزیابی از عملکرد دانش آموز، اختصاص دارد. همکاران ارجمنند جهت ارزشیابی پایانی از عملکرد هر دانش آموز ضمن مشاهده کار وی باید کاربرد فهرست واری از شایستگی مهارت را تکمیل نمایند. (همکاران می توانند مواردی را که به تشخیص خود قابل ارزشیابی می دانند، جایگزین موارد پیشنهاد شده نمایند). در ضمن تدوین کاربرد ارزیابی برای شایستگی هایی که فاقد فهرست واری است به عهده همکاران گرامی می باشد.

شایستگی مهارت: پاک کردن سبزی، صیفی، غلات و حبوبات و دانه‌های خشکبار

شرح شایستگی مهارت: این پودمان توانایی پاک کردن سبزی، صیفی، غلات و حبوبات را با رعایت اصول ایمنی و بهداشتی زیر نظر مربی فراهم می‌کند.

عناصر شایستگی	معیار عملکرد
پاک کردن سبزی‌ها	<ul style="list-style-type: none"> - ابزار مناسب کار (قیچی آشپزخانه) انتخاب می‌شود. - سبزی‌ها مطابق با دستورالعمل تمیز می‌شود.
پاک سازی صیفی‌ها	<ul style="list-style-type: none"> - ابزار مناسب کار (پوست کن، چاقوی مناسب و ..) انتخاب می‌شود. - صیفی جات سالم و ناسالم از هم جدا می‌شود. - صیفی جات مطابق با دستورالعمل تمیز می‌شود.
پاک سازی غلات و حبوبات	<ul style="list-style-type: none"> - متناسب با نوع غلات و حبوبات سرند مناسب انتخاب می‌شود. - متناسب با حجم مواد مورد نظر، سینی مناسب انتخاب می‌شود. - ناخالصی‌ها از مواد غلات و حبوبات جداسازی می‌شود. - غلات و حبوبات پاک شده در ظروف در دار ریخته می‌شود.
پاکسازی و پوست گیری خشکبار	<ul style="list-style-type: none"> - متناسب با نوع خشکبار سرند مناسب انتخاب می‌شود. - متناسب با حجم مواد سینی مناسب انتخاب می‌شود. - پوست خشکبار مطابق دستورالعمل گرفته می‌شود. - انواع خشکبار مطابق دستورالعمل خرد و ریز می‌شود.
تمیز کاری ابزار و سطوح	<ul style="list-style-type: none"> - تمیز کاری ابزار و سطوح از ضایعات و آلودگیها مطابق با دستورالعمل انجام می‌شود.
راهنمای آزمون	<p>ارزشیابی این شایستگی بر مبنای ۲۰ نمره می‌باشد. (عملی ۱۴ نمره، کتبی ۳ نمره و رفتارهای شغلی ۳ نمره) نحوه محاسبه نمره پایانی آن به قرار ذیل می‌باشد.</p> <p style="text-align: center;">نمره پایانی = نمره آزمون نوبت دوم + نمره تکوینی دانش آموز</p> <p style="text-align: center;">۲</p> <p>نمره تکوینی دانش آموز شامل موارد زیر است:</p> <p style="text-align: center;">میانگین نمرات آزمون‌های مستمر نوبت اول + نمره آزمون نوبت اول + میانگین نمرات آزمون‌های مستمر نوبت دوم</p> <p style="text-align: center;">۳</p>
مفاهیم شناختی پیش نیاز	خواندن و نوشتن، سالم، ناسالم، شناخت انواع سبزی، مفهوم صیفی، شناخت انواع صیفی، مفهوم خشکبار، مفهوم حبوبات و شناخت انواع آن

<p>اخلاق حرفه ای (هم نیاز)</p>	<p>پودمان های هم نیاز و پیش نیاز</p>
<p>آراستگی ظاهری: لباس کار تمیز پوشیده می شود. نظم و ترتیب: پس از پایان کار وسایل در جای خود قرار داده می شود. مسئولیت پذیری: کار محوله را به درستی انجام می دهد. مهارت های ارتباطی: واژه های مربوط به کار خود را به درستی بیان می کند. گزارش کار خود را به مربی می دهد. با دیگران مؤدبانه صحبت می کند. رعایت بهداشت فردی: قبل و پس از پایان کار دست و صورت خود را می شوید. وقت شناسی: به موقع در کارگاه حضور پیدا می کند. کار خود را در زمان تعیین شده انجام می دهد.</p>	<p>رفتارهای شغلی</p>
<p>یک فضای کارگاهی در حدود حداقل ۲,۵ تا ۳ متر مربع برای هر دانش آموز، حداقل ۲,۵ تا ۳ متر کاشی شده به طور کامل، کف موزاییک یا سنگ قابل شست و شو، بدون لغزندگی و دارای شیب مناسب برای کف شویی و دارای چاه فاضلاب، دارای پنجره و دستگاه تهویه، توری برای جلوگیری از ورود حشرات، کیسول آتش نشانی، جعبه کمک های اولیه، کابینت های درب دار به صورت طولی و چسبیده به دیوار در دو بخش زمینی و هوایی</p>	<p>امکانات (فضای فیزیکی)</p>
<p>چاقوی آشپزخانه، پوست کن، کاسه، سبد، سینی، سرند، ظروف دردار و...</p>	<p>ابزار و تجهیزات</p>
<p>انواع سبزی، صیفی، غلات، حبوبات، خشکبار مواد شوینده و ضد عفونی کننده، دستکش، دستمال</p>	<p>مواد مصرفی</p>
<p>فیلم آموزشی مرتبط</p>	<p>نرم افزار</p>
<p>فوق دیپلم و بالاتر در رشته تحصیلی مرتبط و یا فوق دیپلم و بالاتر در رشته کودکان استثنایی با داشتن مدرک مهارتی مرتبط از سازمان های متولی آموزش حرفه ای</p>	<p>نیروی انسانی</p>

برنامه درسی شایستگی: پاک کردن سبزی، صیفی، غلات و حبوبات و دانه‌های خشکبار

اجزای شایستگی	عناصر شایستگی
<p align="center">دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - وسایل و ابزار لازم برای پاک کردن سبزی (سینی، لگن، سبد، کارد و ...) - ویژگی سبزی سالم - نحوه پاک کردن سبزی ها(حذف قسمت های زاید و ...) 	<p align="center">پاک کردن سبزی‌ها</p>
<p align="center">مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب وسایل مناسب برای پاک کردن سبزی ها - جدا کردن سبزی های سالم از سبزی های زرد و پلاسیده 	
<p align="center">دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - وسایل و ابزار مناسب کار برای پاک کردن صیفی جات(پوست کن، چاقو،سینی،سبد و ...) - معیارهای صیفی جات سالم - نحوه جدا کردن قسمت های لکه دار و خراب از صیفی جات - نحوه تمیز کردن صیفی جات(گوجه فرنگی ، بادنجان، کدو و ...) 	<p align="center">پاک سازی صیفی جات</p>
<p align="center">مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب وسایل مناسب برای تمیز کردن صیفی جات - جدا کردن صیفی جات سالم از ناسالم - تمیز کردن صیفی جات 	
<p align="center">دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - وسایل و ابزار مناسب برای پاک سازی غلات و حبوبات(سینی، لگن، سبد ، سرنده و ...) - ویژگی غلات و حبوبات سالم - نحوه سرنده کردن انواع غلات و حبوبات - نحوه جدا سازی ناخالصی ها از انواع غلات و حبوبات 	<p align="center">پاک سازی غلات و حبوبات</p>
<p align="center">مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب وسایل مناسب برای پاک سازی غلات و حبوبات - سرنده کردن انواع غلات و حبوبات - جدا کردن ناخالصی ها از انواع غلات و حبوبات - ریختن غلات و حبوبات پاک شده در ظروف درب دار - رعایت نکات بهداشتی در حین کار 	
<p align="center">دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - وسایل و ابزار مناسب برای پاک سازی و پوست گیری خشکبار(سفره ، سرنده، سینی، سبد ، کارد ، لگن و ...) - معیارهای سالم بودن خشکبار - نحوه سرنده کردن انواع خشکبار - نحوه جدا سازی ناخالصی ها از انواع خشکبار 	<p align="center">پاک سازی و پوست گیری خشکبار</p>

<ul style="list-style-type: none"> - نحوه پوست گیری انواع خشکبار(گردو، بادام زمینی، بادام و ...) - نحوه خرد کردن و ریز کردن انواع خشکبار 	
<p style="text-align: center;">مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب وسایل و ابزار مناسب برای پاک سازی و پوست گیری خشکبار - جدا کردن خشکبار های سالم از ناسالم - سرند کردن خشکبار - پوست گیری انواع خشکبار - خرد کردن و ریز کردن انواع خشکبار 	
<p style="text-align: center;">دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب مواد پاک کننده و شوینده متناسب با نوع کار (مایع ظرفشویی، پودر شست و شو و ...) - نکات ایمنی و بهداشتی به هنگام کار با مواد شوینده - نحوه شستن و تمیز کردن ابزار و ظروف - نحوه گذاشتن ظروف در جای مناسب - نحوه تمیز کردن سطوح با مواد شوینده استاندارد 	تمیز کاری ابزار، ظروف و سطوح
<p style="text-align: center;">مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب مواد پاک کننده و شوینده متناسب با نوع کار - شستن ابزار و ظروف و خشک کردن آنها - گذاشتن ظروف پس از خشک کردن در جای مناسب - تمیز کردن سطوح با مواد شوینده - تمیز کردن اجاق گاز 	
<ul style="list-style-type: none"> - رعایت بهداشت و نظافت فردی و کارگاهی - رعایت بهداشت فیزیکی بدن ضمن کار (اصول ارگونومی) - استفاده از ماسک ، کلاه ، دستکش و لباس کار مناسب - رعایت نکات ایمنی هنگام تمیز کردن ویا کار با وسایل برنده، اجاق گاز و سایر تجهیزات - اجتناب از روشن نمودن کبریت ویا انداختن کبریت نیمه سوخته بر روی زمین کارگاه - رعایت نکات ایمنی به هنگام کنترل پریز و سیم های برق - قراردادن وسایل در جای خود پس از اتمام کار 	نکات ایمنی حین کار
<ul style="list-style-type: none"> - علاقه مندی به کار - دقت، توجه و سرعت هنگام کار - صرفه جویی در مواد مصرفی 	نگرش
<ul style="list-style-type: none"> - ریختن ضایعات به تفکیک در کیسه زباله(سطل بازیافت) - ریختن مواد بازیافتی در سطل مخصوص 	توجهات زیست محیطی
<ul style="list-style-type: none"> - چاقوی آشپزخانه، پوست کن ، کاسه ،سبد ،سینی، سرند، ظروف دردار و... 	محصولات ، ابزار و مواد مصرفی
<ul style="list-style-type: none"> - خواندن و نوشتن اعداد و کلمات 	دانش پایه

فهرست واریسی از شایستگی مهارت: پاک کردن سبزی، صیفی، غلات و حبوبات و دانه‌های خشکبار

	نام و نام خانوادگی دانش آموز:	رشته:	پایه:	تاریخ آزمون نوبت دوم:	
اجزای شایستگی	آیتم‌های ارزیابی				به طور صحیح انجام نمی‌دهد.
اجزای شایستگی	به طور صحیح انجام می‌دهد.	کلامی مربی به طور صحیح انجام می‌دهد.	با راهنمایی کلامی مربی به طور صحیح انجام می‌دهد.		
پاک کردن سبزی‌ها	- وسیله و ابزار مناسب پاک کردن سبزی را انتخاب می‌کند.				
	- سبزی سالم را از سبزی ناسالم جدا می‌کند.				
	- سبزی را به درستی پاک می‌کند.				
پاک سازی صیفی جات	- وسیله و ابزار مناسب برای پاک کردن صیفی جات را انتخاب می‌کند.				
	- صیفی جات سالم را از ناسالم جدا می‌کند.				
	- صیفی جات را تمیز می‌کند.				
پاک سازی غلات و حبوبات	- وسیله و ابزار مناسب برای پاک سازی غلات و حبوبات را انتخاب می‌کند.				
	- غلات و حبوبات سالم را از ناسالم جدا می‌کند.				
	- غلات و حبوبات پاک شده را در ظروف درب دار مناسب می‌ریزد.				
پاک سازی و پوست گیری خشکبار	- وسیله و ابزار مناسب برای پاک سازی غلات و حبوبات را انتخاب می‌کند.				
	- خشکبار سالم را از ناسالم جدا می‌کند				
	- انواع خشکبار را سرنند می‌کند.				
	- انواع خشکبار را پوست گیری می‌کند.				
تمیز کاری ابزار، ظروف و سطوح	- انواع خشکبار را خرد و ریز می‌کند.				
	- مواد پاک کننده و شوینده متناسب با نوع کار را انتخاب می‌کند.				
	- ابزار و ظروف را می‌شوید.				
	- ابزار و ظروف را خشک می‌کند.				
	- ابزار و ظروف را پس از خشک کردن در جای مناسب می‌گذارد.				
	- اجاق گاز را تمیز می‌کند.				
- سطوح را با مواد شوینده تمیز می‌کند.					
نمره عملی دانش آموز:					
نام و نام خانوادگی هنر آموز:					تاریخ و امضاء:

شایستگی مهارت: تهیه ساندویچ‌های سرد

شرح شایستگی مهارت: این پودمان توانایی تهیه ساندویچ‌های سرد (پنیر، کالباس، تخم‌مرغ، الویه) را با رعایت اصول ایمنی و بهداشتی زیرنظر مربی فراهم می‌کند.

عناصر شایستگی	معیار عملکرد
ساندویچ پنیر	<ul style="list-style-type: none"> - ابزار مناسب برای تهیه ساندویچ پنیر انتخاب می‌شود. (تخته کار، کارد، رنده و.....) - مواد اولیه طبق دستورالعمل آماده می‌شود. - مواد به میزان مناسب درون نان‌ها قرار داده می‌شود. - ساندویچ‌ها بسته بندی یا در ظروف مناسب چیده می‌شود.
ساندویچ کالباس	<ul style="list-style-type: none"> - ابزار مناسب (چاقو، تخته) برای تهیه ساندویچ کالباس انتخاب می‌شود. - مواد اولیه مطابق دستورالعمل آماده می‌شود. - مواد اولیه با ابزار مناسب خرد می‌شود. - مواد اولیه به میزان مناسب در نان‌ها قرار داده می‌شود. - طعم دهنده های مناسب افزوده می‌شود. - ساندویچ ها بسته بندی و یا در ظروف مناسب چیده می شود.
ساندویچ تخم مرغ	<ul style="list-style-type: none"> - ابزار مناسب (چاقو، تخته) برای تهیه ساندویچ تخم‌مرغ انتخاب می‌شود. - مواد اولیه مطابق دستورالعمل آماده می‌شود. - اجاق گاز روشن می‌شود. - تخم مرغ ها درون ظرف مناسب قرار داده می‌شود. - زمان مناسب برای پخت تخم مرغ ها رعایت می‌شود. - مواد اولیه با ابزار مناسب خرد می‌شود. - مواد اولیه به میزان مناسب در نان‌ها قرار داده می‌شود. - طعم دهنده های مناسب افزوده می‌شود. - ساندویچ ها بسته بندی و یا در ظروف مناسب چیده می‌شود.
ساندویچ الویه	<ul style="list-style-type: none"> - ابزار مناسب (چاقو، تخته، خردکن، رنده) برای تهیه ساندویچ الویه انتخاب می‌شود. - مواد اولیه مطابق دستورالعمل آماده می‌شود. - اجاق گاز روشن می‌شود. - بمواد اولیه مطابق دستورالعمل پخته می‌شود. - زمان مناسب برای پخت مواد در نظر گرفته می‌شود. - مواد اولیه با ابزار مناسب خرد می‌شود. - مواد اولیه مخلوط می‌شود. - طعم دهنده های مناسب افزوده می‌شود. - اولویه آماده شده به میزان مناسب در نان‌ها قرار داده می‌شود. - ساندویچ ها بسته بندی و یا در ظروف مناسب چیده می‌شود.
تمیز کاری ابزار ظروف و سطوح	<ul style="list-style-type: none"> - ابزار و ظروف شسته، خشک و جاددهی می‌شود. - تمیز کاری سطوح از ضایعات و آلودگیها مطابق با دستورالعمل انجام می‌شود.

<p style="text-align: center;">راهنمای آزمون</p>	<p>ارزشیابی این شایستگی بر مبنای ۲۰ نمره می‌باشد. (عملی ۱۴ نمره، کتبی ۳ نمره و رفتارهای شغلی ۳ نمره) نحوه محاسبه نمره پایانی آن به قرار ذیل می‌باشد.</p> <p>نمره پایانی = نمره آزمون نوبت دوم + نمره تکوینی دانش آموز</p> <p style="text-align: center;">۲</p> <p>نمره تکوینی دانش آموز شامل موارد زیر است:</p> <p>میانگین نمرات آزمون‌های مستمر نوبت اول + نمره آزمون نوبت اول + میانگین نمرات آزمون‌های مستمر نوبت دوم</p> <p style="text-align: center;">۳</p>
	<p style="text-align: center;">مفاهیم شناختی</p> <p style="text-align: center;">پیش نیاز</p> <p>خواندن و نوشتن، شمارش، مخلوط، خام، پخته، جوش آمدن، زمان و...</p>
<p style="text-align: center;">پودمان‌های هم نیاز و</p> <p style="text-align: center;">پیش نیاز</p> <p>اخلاق حرفه ای</p>	
<p style="text-align: center;">رفتارهای شغلی</p> <p>آراستگی ظاهری: لباس کار تمیز پوشیده می‌شود.</p> <p>نظم و ترتیب: پس از پایان کار وسایل در جای خود قرار داده می‌شود.</p> <p>مسئولیت پذیری: کار محوله را به درستی انجام می‌دهد.</p> <p>مهارت‌های ارتباطی: واژه‌های مربوط به کار خود را به درستی بیان می‌کند. گزارش کار خود را به مربی می‌دهد. با دیگران مؤدبانه صحبت می‌کند.</p> <p>رعایت بهداشت فردی: قبل و پس از پایان کار دست و صورت خود را می‌شوید.</p> <p>وقت شناسی: به موقع در کارگاه حضور پیدا می‌کند. کار خود را در زمان تعیین شده انجام می‌دهد.</p>	
<p style="text-align: center;">امکانات</p> <p style="text-align: center;">(فضای فیزیکی)</p> <p>یک فضای کارگاهی در حدود حداقل ۲,۵ تا ۳ متر مربع برای هر دانش آموز، حداقل ۲,۵ تا ۳ متر کاشی شده به طور کامل، کف موزاییک یا سنگ قابل شست و شو، بدون لغزندگی و دارای شیب مناسب برای کف شویی و دارای چاه فاضلاب، دارای پنجره و دستگاه تهویه، توری برای جلوگیری از ورود حشرات، کیپسول آتش نشانی، جعبه کمک های اولیه، کابینت های درب دار به صورت طولی و چسبیده به دیوار در دو بخش زمینی و هوایی</p>	
<p style="text-align: center;">ابزار و تجهیزات</p> <p>ترازوی آشپزخانه، پیمانه ها و قاشق های اندازه گیری، چاقوی آشپزخانه، تخته کار، کاسه ، قاشق، چنگال، کارد، سینی، دیس، بشقاب، رنده و ...</p> <p>اجاق گاز، فندک اتمی، یخچال و فریزر، میز کار آشپزخانه، کابینت آشپزخانه همراه با هود، آب چکان</p>	
<p style="text-align: center;">مواد مصرفی</p> <p>مواد اولیه سالاد (پنیر، کالباس، تخم مرغ، الویه)، مواد شوینده و ضد عفونی کننده، دستمال ، دستکش</p>	
<p style="text-align: center;">نرم افزار</p> <p>فیلم آموزشی مرتبط</p>	
<p style="text-align: center;">نیروی انسانی</p> <p>فوق دیپلم و بالاتر در رشته تحصیلی مرتبط و یا فوق دیپلم و بالاتر در رشته کودکان استثنایی با داشتن مدرک مهارتی مرتبط از سازمان های متولی آموزش حرفه ای</p>	

برنامه درسی شایستگی: تهیه ساندویچ‌های سرد

اجزای شایستگی	عناصر شایستگی
<p align="center">دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - وسایل و ابزار لازم برای تهیه ساندویچ (تخته کار، کارد، رنده و) - میزان مواد لازم و نسبت‌های آن متناسب با تعداد افراد (نان، پنیر، خیار، سبزی، گوجه فرنگی و - نحوه آماده کردن مواد (شستن و خرد کردن مواد، رنده کردن پنیر) - نحوه‌ی تهیه ساندویچ (قراردادن مواد آماده شده در داخل نان‌ها) - نحوه بسته‌بندی و چیدمان ساندویچ‌ها در ظرف 	<p align="center">ساندویچ پنیر</p>
<p align="center">مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب ابزار مناسب برای تهیه ساندویچ - انتخاب مواد اولیه به میزان لازم - آماده کردن مواد (شستن، خردکردن و رنده کردن مواد و) با توجه به نسبت‌های آن - قراردادن مواد درون نان‌ها - بسته‌بندی نان‌ها و چیدمان آن در ظرف 	
<p align="center">دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - وسایل و ابزار لازم برای تهیه ساندویچ (تخته کار، کارد و) - میزان مواد و افزودنی‌های لازم و نسبت‌های آن متناسب با تعداد افراد (کالباس، خیارشور، گوجه فرنگی، کاهو، نان و سس) - نحوه آماده کردن مواد (شستن، خردکردن و رنده کردن مواد) - نحوه تهیه ساندویچ (قراردادن مواد آماده شده در داخل نان‌ها) - نحوه بسته‌بندی و چیدمان ساندویچ‌ها درون ظرف 	<p align="center">ساندویچ کالباس</p>
<p align="center">مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب ابزار مناسب برای تهیه ساندویچ - انتخاب مواد اولیه و افزودنی‌های لازم و نسبت‌های آن متناسب با تعداد افراد - آماده کردن مواد (شستن، خردکردن مواد و) با توجه به نسبت‌های آن - قراردادن مواد درون نان‌ها - بسته‌بندی نان‌ها و چیدمان آن در ظرف 	

<p style="text-align: right;">دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - وسایل و ابزار لازم برای تهیه ساندویچ تخم مرغ (تخته کار، کارد و) - میزان مواد و افزودنی‌های لازم و نسبت‌های آن متناسب با تعداد افراد (تخم‌مرغ، گوجه فرنگی، خیارشور، کاهو) - نحوه آماده کردن مواد(شستن ، خرد کردن، پوست کردن، رنده کردن و پختن مواد) - نحوه روشن کردن اجاق گاز و تنظیم حرارت آن (ابتدا کبریت را زده و سپس اجاق گاز روی درجه حرارت مناسب تنظیم می‌شود) - مدت زمان لازم برای درست شدن تخم‌مرغ - نحوه تشخیص پخته شدن تخم مرغ (چرخاندن تخم‌مرغ و یا) - نحوه تهیه ساندویچ (شستن و خردکردن مواد، رنده کردن تخم مرغ و) - نحوه بسته‌بندی و چیدمان ساندویچ‌ها در ظرف 	<p>ساندویچ تخم مرغ</p>
<p style="text-align: right;">مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب ابزار مناسب برای تهیه ساندویچ - انتخاب مواد اولیه به میزان لازم - آماده کردن مواد (شستن ، خردکردن مواد ، پختن تخم مرغ ، پوست کردن و رنده کردن تخم مرغ) باتوجه به نسبت‌های آن - روشن کردن اجاق گاز با درجه حرارت مناسب و رعایت نکات ایمنی - ریختن آب به اندازه مناسب در ظرف - امتحان پخته شدن تخم مرغ - قراردادن مواد درون نان‌ها - بسته‌بندی نان‌ها و چیدمان آن‌ها در ظرف 	
<p style="text-align: right;">دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - وسایل و ابزار لازم برای تهیه ساندویچ الویه (تخته کار، کارد و) - میزان مواد و افزودنی‌های لازم و نسبت‌های آن متناسب با تعداد افراد (تخم‌مرغ، نخود سبز پخته، خیارشور، سیب‌زمینی پخته، گوشت مرغ، نمک و فلفل، سیر در صورت تمایل، سس مایونز، سرکه) - نحوه تهیه پخت گوشت مرغ و سیب زمینی - مدت زمان لازم برای پخت - آماده کردن مواد (خردکردن سیب‌زمینی، مرغ، خیارشور و رنده کردن تخم‌مرغ و سیر، مخلوط کردن تمام مواد و) - نحوه‌ی تزیین سالاد 	<p>ساندویچ الویه</p>

<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب ابزار مناسب برای تهیه سالاد - انتخاب مواد اولیه و افزودنی‌های مورد نیاز متناسب با تعداد افراد - پخت مواد مورد نیاز با رعایت میزان حرارت لازم و زمان مناسب - خردکردن و مخلوط کردن مواد اولیه - اضافه کردن افزودنی‌های مناسب - قراردادن مواد در ظرف مناسب و تزئین ظرف سالاد - رعایت نکات بهداشتی در تمامی مراحل 	
<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - مواد پاک کننده و شوینده متناسب با نوع کار (مابغ ظرفشویی، پودر شست و شو و ...) - نحوه شستن و تمیزکردن ابزار و ظروف - نحوه تمیزکردن سطوح با مواد شوینده استاندارد - نحوه تمیزکردن اجاق گاز 	<p>تمیز کاری ابزار، ظروف و سطوح</p>
<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب مواد پاک کننده و شوینده متناسب با نوع کار - شستن ابزار و ظروف و خشک کردن آن‌ها - تمیز کردن سطوح با مواد شوینده و خشک کردن آن - تمیز کردن اجاق گاز با مواد شوینده مناسب 	
<ul style="list-style-type: none"> - رعایت بهداشت و نظافت فردی و کارگاهی - رعایت بهداشت فیزیکی بدن ضمن کار (اصول ارگونومی) - استفاده از ماسک ، کلاه ، دستکش و لباس کار مناسب - رعایت نکات ایمنی هنگام تمیز کردن ویا کار با وسایل برنده، اجاق گاز و سایر تجهیزات - اجتناب از روشن نمودن کبریت ویا انداختن کبریت نیمه سوخته بر روی زمین کارگاه - رعایت نکات ایمنی به هنگام کنترل پریز و سیم های برق - قراردادن وسایل در جای خود پس از اتمام کار 	<p>نکات ایمنی حین کار</p>
<ul style="list-style-type: none"> - علاقه مندی به کار - دقت، توجه و سرعت هنگام کار - صرفه جویی در مواد مصرفی 	<p>نگرش</p>
<ul style="list-style-type: none"> - ریختن ضایعات به تفکیک در کیسه زباله(سطل بازیافت) - ریختن مواد بازیافتی در سطل مخصوص 	<p>توجهات زیست محیطی</p>
<ul style="list-style-type: none"> - چاقوی آشپزخانه، پوست کن ، کاسه ،سبد ،سینی، سرنده، ظروف دردار و... 	<p>محصولات ، ابزار و مواد مصرفی</p>
<ul style="list-style-type: none"> - خواندن و نوشتن اعداد و کلمات 	<p>دانش پایه</p>

فهرست واریسی از شایستگی مهارت: تهیه ساندویچ‌های سرد

نام و نام خانوادگی دانش آموز: **رشته:** **پایه:** **تاریخ آزمون نوبت دوم:**

به طور صحیح انجام نمی‌دهد.	با راهنمایی کلامی مربی به طور صحیح انجام می‌دهد.	به طور مستقل و صحیح انجام می‌دهد.	آیتم‌های ارزیابی	اجزای شایستگی
			- وسیله و ابزار مناسب برای تهیه ساندویچ را انتخاب می‌کند.	ساندویچ پنیر
			- مواد اولیه را به میزان لازم انتخاب می‌کند.	
			- مواد مورد نیاز را می‌شوید.	
			- مواد مورد نیاز را خرد می‌کند	
			- مواد را با توجه به نسبت‌های آن درون نان‌ها می‌گذارد.	
			- ساندویچ‌ها را بسته‌بندی و در ظرف مناسب می‌چیند.	
			- وسیله و ابزار مناسب برای تهیه ساندویچ کالباس را انتخاب می‌کند.	ساندویچ کالباس
			- مواد اولیه و افزودنی‌های لازم را با توجه به نسبت‌های آن متناسب با تعداد افراد انتخاب کند.	
			- مواد مورد نیاز را می‌شوید.	
			- مواد مورد نیاز را خرد می‌کند	
			- مواد را با توجه به نسبت‌های آن درون نان‌ها می‌گذارد.	
			- ساندویچ‌ها را بسته‌بندی و در ظرف مناسب می‌چیند.	
			- وسیله و ابزار مناسب برای تهیه ساندویچ کالباس را انتخاب می‌کند.	ساندویچ تخم مرغ
			- مواد اولیه و افزودنی‌های لازم را با توجه به نسبت‌های آن متناسب با تعداد افراد انتخاب کند.	
			- مواد مورد نیاز را می‌شوید.	
			- تخم مرغ‌ها را در ظرف مناسب بر روی اجاق گاز می‌پزد.	
			- نکات ایمنی در حین کار با اجاق گاز را رعایت می‌کند.	
			- زمان لازم برای پخت تخم مرغ‌ها را رعایت می‌کند.	
			- تخم مرغ‌ها را به درستی پوست می‌کند.	
			- مواد مورد نیاز را به درستی رنده می‌کند.	
			- مواد مورد نیاز را خرد می‌کند	
			- مواد را با توجه به نسبت‌های آن درون نان‌ها می‌گذارد.	
			- ساندویچ‌ها را بسته‌بندی و در ظرف مناسب می‌چیند.	

			- وسیله و ابزار مناسب برای تهیه ساندویچ الویه را انتخاب می کند.	ساندویچ الویه
			- مواد اولیه و افزودنی های لازم را با توجه به نسبت های آن متناسب با تعداد افراد انتخاب کند.	
			- مواد مورد نیاز را می شوید.	
			- گوشت مرغ و تخم مرغ ها را در ظرف مناسب بر روی اجاق گاز می پزد.	
			- نکات ایمنی در حین کار با اجاق گاز را رعایت می کند.	
			- زمان لازم برای پخت مرغ و تخم مرغ ها را رعایت می کند.	
			- تخم مرغ ها را به درستی پوست می کند.	
			- مواد مورد نیاز را به درستی رنده می کند.	
			- مواد مورد نیاز را خرد می کند	
			- مواد آماده شده را در ظرف مناسب مخلوط می کند.	
			- مواد را با توجه به نسبت های آن درون نان ها می گذارد.	
			- ساندویچ ها را بسته بندی و در ظرف مناسب می چیند.	
			- مواد پاک کننده و شوینده متناسب با نوع کار را انتخاب می کند.	تمیز کاری ابزار، ظروف و سطوح
			- ابزار و ظروف را می شوید.	
			- ابزار و ظروف را خشک می کند.	
			- ابزار و ظروف را پس از خشک کردن در جای مناسب می گذارد.	
			- اجاق گاز را تمیز می کند.	
			- سطوح را با مواد شوینده تمیز می کند.	
				نمره عملی دانش آموز:
تاریخ و امضاء:				نام و نام خانوادگی هنر آموز:

شایستگی مهارت: تهیه سالاد و اردورهای سرد

شرح شایستگی مهارت: این پودمان توانایی فراهم کردن سالاد و اردورهای سرد را با رعایت اصول ایمنی و بهداشتی زیرنظر مربی فراهم می‌کند.

عناصر شایستگی	معیار عملکرد
سالاد شیرازی	<ul style="list-style-type: none"> - ابزار مناسب (چاقو، پوست‌گیر، تخته) برای آماده کردن مواد اولیه سالاد انتخاب می‌شود. - مواد اولیه به میزان مناسب طبق دستورالعمل آماده می‌شود. - مواد اولیه با ابزار مناسب پوست گرفته می‌شود. - مواد اولیه با ابزار مناسب خرد می‌شود. - مواد اولیه آماده شده مخلوط می‌شود. - طعم دهنده های مناسب انتخاب و افزوده می‌شود. - مواد در ظرف مناسب ریخته می‌شود.
سالاد کلم	<ul style="list-style-type: none"> - ابزار مناسب (چاقو، پوست‌گیر، دستگاه خردکنی) برای آماده کردن مواد اولیه سالاد انتخاب می‌شود. - مواد اولیه به میزان مناسب طبق دستورالعمل آماده می‌شود. - مواد اولیه با ابزار مناسب خرد می‌شود. - طعم دهنده های مناسب انتخاب و افزوده می‌شود. - مواد سالاد مخلوط می‌شود. - سالاد در ظرف مناسب ریخته می‌شود.
سالاد ماکارونی	<ul style="list-style-type: none"> - ابزار مناسب (چاقو، تخته، رنده) برای آماده کردن مواد سالاد انتخاب می‌شود. - مواد با ابزار مناسب خرد می‌شود. - اجاق گاز روشن می‌شود. - مواد مورد نیاز پخته می‌شود. - زمان پخت مواد رعایت می‌شود. - مواد اولیه مطابق دستورالعمل آماده می‌شود. - مواد اولیه پس از آماده‌سازی مخلوط می‌شود. - طعم دهنده های مناسب افزوده می‌شود. - سالاد در ظرف مناسب ریخته می‌شود.
سالاد اندونزی	<ul style="list-style-type: none"> - ابزار مناسب (چاقو، تخته، رنده) برای آماده کردن مواد سالاد انتخاب می‌شود. - اجاق گاز روشن می‌شود. - مواد مورد نیاز پخته می‌شود. - زمان پخت مواد رعایت می‌شود. - مواد با ابزار مناسب خرد یا رنده می‌شود. - مواد اولیه پس از آماده‌سازی مخلوط می‌شود. - طعم دهنده های مناسب انتخاب و افزوده می‌شود. - سالاد در ظرف مناسب ریخته می‌شود.

<ul style="list-style-type: none"> - ابزار مناسب برای تهیه مواد بورانی اسفناج انتخاب می شود. - مواد اولیه مطابق دستورالعمل آماده می شود. - اجاق گاز روشن می شود. - مواد مورد نیاز پخته می شود. - زمان پخت مواد رعایت می شود. - مواد آماده شده مخلوط می شود. - افزودنی های مناسب اضافه می شود. - بورانی در ظرف مناسب ریخته می شود. 	بورانی اسفناج
<ul style="list-style-type: none"> - ابزار مناسب برای تهیه مواد بورانی بادمجان انتخاب می شود. - مواد اولیه با ابزار مناسب خرد و له می شود. - مواد اولیه مطابق با دستورالعمل آماده می شود. - مواد اولیه پس از آماده سازی مخلوط می شود. - طعم دهنده های مناسب انتخاب می شود. - بورانی در ظرف مناسب ریخته می شود. 	بورانی بادمجان
<ul style="list-style-type: none"> - ابزار و ظروف شسته، خشک و جاددهی می شود. - تمیز کاری سطوح از ضایعات و آلودگیها مطابق با دستورالعمل انجام می شود. 	تمیز کاری ابزار، ظروف و سطوح
<p>ارزشیابی این شایستگی بر مبنای ۲۰ نمره می باشد. (عملی ۱۴ نمره، کتبی ۳ نمره و رفتارهای شغلی ۳ نمره) نحوه محاسبه نمره پایانی آن به قرار ذیل می باشد.</p> <p>نمره پایانی = <u>نمره آزمون نوبت دوم + نمره تکوینی دانش آموز</u></p> <p style="text-align: center;">۲</p> <p>نمره تکوینی دانش آموز شامل موارد زیر است:</p> <p><u>میانگین نمرات آزمون های مستمر نوبت اول + نمره آزمون نوبت اول + میانگین نمرات آزمون های مستمر نوبت دوم</u></p> <p style="text-align: center;">۳</p>	راهمای آزمون
<p>خواندن و نوشتن، شمارش، شور، شیرین، ترش، مخلوط، خرد، شناخت مواد(خیار، کلم، گوجه فرنگی، و...)</p>	مفاهیم شناختی پیش نیاز
<p>اخلاق حرفه ای</p>	پودمان های هم نیاز و پیش نیاز
<p>آراستگی ظاهری: لباس کار تمیز پوشیده می شود.</p> <p>نظم و ترتیب: پس از پایان کار وسایل در جای خود قرار داده می شود.</p> <p>مسئولیت پذیری: کار محوله را به درستی انجام می دهد.</p> <p>مهارت های ارتباطی: واژه های مربوط به کار خود را به درستی بیان می کند. گزارش کار خود را به مربی می دهد. با دیگران مؤدبانه صحبت می کند.</p> <p>رعایت بهداشت فردی: قبل و پس از پایان کار دست و صورت خود را می شوید.</p> <p>وقت شناسی: به موقع در کارگاه حضور پیدا می کند. کار خود را در زمان تعیین شده انجام می دهد.</p>	رفتارهای شغلی

<p>یک فضای کارگاهی در حدود حداقل ۲,۵ تا ۳ متر مربع برای هر دانش آموز، حداقل ۲,۵ تا ۳ متر کاشی شده به طور کامل، کف موزاییک یا سنگ قابل شست و شو، بدون لغزندگی و دارای شیب مناسب برای کف شویی و دارای چاه فاضلاب، دارای پنجره و دستگاه تهویه، توری برای جلوگیری از ورود حشرات، کپسول آتش نشانی، جعبه کمک های اولیه، کابینت های درب دار به صورت طولی و چسبیده به دیوار در دو بخش زمینی و هوایی</p>	<p>امکانات (فضای فیزیکی)</p>
<p>ترازوی آشپزخانه، پیمانها و قاشق های اندازه گیری، چاقوی آشپزخانه، کاسه، قاشق، چنگال، کارد، دیس، بشقاب، رنده، سینی و... اجاق گاز، فندک اتمی، یخچال و فریزر، میز کار آشپزخانه، کابینت آشپزخانه همراه با هود، آب چکان و سینک</p>	<p>ابزار و تجهیزات</p>
<p>مواد اولیه سالاد (شیرازی، کلم، ماکارونی، اندونزی)، بورانی اسفناج و بادمجان مواد شوینده و ضد عفونی کننده، دستمال، دستکش</p>	<p>مواد مصرفی</p>
<p>فیلم آموزشی مرتبط</p>	<p>نرم افزار</p>
<p>فوق دیپلم و بالاتر در رشته تحصیلی مرتبط و یا فوق دیپلم و بالاتر در رشته کودکان استثنایی با داشتن مدرک مهارتی مرتبط از سازمان های متولی آموزش حرفه ای</p>	<p>نیروی انسانی</p>

برنامه درسی شایستگی: تهیه سالاد و اردورهای سرد

اجزای شایستگی	عناصر شایستگی
<p align="center">دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - وسایل و ابزار لازم برای تهیه سالاد شیرازی(چاقو، پوست گیر، تخته کار) - میزان مواد لازم و طعم دهنده های آن و نسبت آن متناسب با تعداد افراد(گوجه فرنگی، خیار، پیاز و ...) - نحوه تهیه سالاد(شستن مواد، ریز کردن مواد، مخلوط کردن مواد، افزودن طعم دهنده ها و ...) - نحوه تزئین سالاد 	<p align="center">سالاد شیرازی</p>
<p align="center">مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب ابزار لازم برای تهیه سالاد شیرازی - انتخاب مواد اولیه و افزودنی های لازم و نسبت آن ها متناسب با تعداد افراد - آماده کردن مواد (شستن، ریز کردن، مخلوط کردن و ...) - افزودن طعم دهنده های مناسب - ریختن سالاد در ظرف مناسب - رعایت نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار 	
<p align="center">دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - وسایل و ابزار لازم برای تهیه سالاد کلم(چاقو، پوست گیر، تخته کار) - میزان مواد لازم و طعم دهنده های آن و نسبت های آن متناسب با تعداد افراد(کلم ، هویج ، کشمش، سس، سرکه و ...) - نحوه تهیه سالاد(شستن مواد، برش های نازک کلم، رنده کردن، مخلوط کردن مواد و ...) - نحوه تزئین سالاد 	<p align="center">سالاد کلم</p>
<p align="center">مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب ابزار لازم برای تهیه سالاد کلم - انتخاب مواد اولیه و افزودنی های لازم و نسبت آن ها متناسب با تعداد افراد - آماده کردن مواد (شستن مواد، برش کلم ها، رنده کردن هویج، مخلوط کردن مواد و ...) - ریختن سالاد در ظرف مناسب و تزئین آن - قرار دادن سالاد آماده شده در یخچال(با این کار مواد به خوبی طعم یکدیگر را می گیرند) - رعایت نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار 	
<p align="center">دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - وسایل و ابزار لازم برای تهیه سالاد ماکارونی(قابلمه، آبکش، چاقو، تخته کار و ...) - میزان مواد لازم و طعم دهنده های مناسب و نسبت های آن متناسب با تعداد افراد(ماکارونی درشت شکل دار، مرغ پخته خرد شده، گوجه فرنگی، خیار شور خرد شده، سس مایونز، ماست، نمک، فلفل و ...) - نحوه پخت ماکارونی و چگونگی تشخیص پخته شدن آن - نحوه تهیه سالاد(مخلوط کردن ماکارونی، مرغ و سایر مواد) - نحوه تزئین سالاد 	<p align="center">سالاد ماکارونی</p>

<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب ابزار لازم برای تهیه سالاد ماکارونی - انتخاب مواد اولیه و افزودنی های لازم و نسبت آن ها متناسب با تعداد افراد - آماده کردن مواد (ماکارونی، مرغ، گوجه فرنگی، خیار شور و ...) - پختن ماکارونی و آبکش کردن آن - مخلوط کردن ماکارونی و مرغ با سایر مواد (خیار شور، نمک، فلفل، سس و ...) - ریختن سالاد در ظرف مناسب و تزئین آن - قرار دادن سالاد آماده شده در یخچال (با این کار مواد به خوبی طعم یکدیگر را می گیرند) - رعایت نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار 	
<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - وسایل و ابزار لازم برای تهیه سالاد اندونزی (ظرف مناسب، چاقو، تخته کار و ...) - میزان مواد لازم و طعم دهنده های مناسب و نسبت های آن متناسب با تعداد افراد (کلم برگ سفید، هویج پخته شده و رنده شده، گردو، کشمش، سس مایونز، فلفل، نمک، سرکه و ...) - نحوه تهیه سالاد (مخلوط کردن مواد با هم) - نحوه تزئین سالاد 	
<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب ابزار لازم برای تهیه سالاد اندونزی - انتخاب مواد اولیه و افزودنی های لازم و نسبت آن ها متناسب با تعداد افراد - آماده کردن مواد (برش کلم برگ سفید، رنده کردن هویج، گردو، کشمش، سس مایونز، فلفل، نمک، سرکه و ...) - مخلوط کردن مواد (کلم، هویج، نمک، فلفل، سس و ...) - ریختن سالاد در ظرف مناسب و تزئین آن - قرار دادن سالاد آماده شده در یخچال (با این کار مواد به خوبی طعم یکدیگر را می گیرند) - رعایت نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار 	<p>سالاد اندونزی</p>
<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - وسایل و ابزار لازم برای تهیه بورانی اسفناج (چاقو، لگن، آبکش، رنده، ظرف مناسب، تخته کار و ...) - میزان مواد لازم و طعم دهنده های مناسب و نسبت های آن متناسب با تعداد افراد (اسفناج، ماست چکیده، سیر، نمک، فلفل و ...) - نحوه آماده کردن مواد (پاک کردن، شستن، خرد کردن و پختن اسفناج با حرارت ملایم، رنده کردن سیر و ...) - نحوه تهیه بورانی (مخلوط کردن اسفناج با ماست، سیر رنده شده، نمک، فلفل و ...) - نحوه تزئین بورانی 	<p>بورانی اسفناج</p>
<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب ابزار لازم برای تهیه بورانی اسفناج - انتخاب مواد اولیه و افزودنی های لازم و نسبت آن ها متناسب با تعداد افراد - آماده کردن مواد (پاک کردن، شستن و خرد کردن اسفناج، ماست، رنده کردن سیر و ...) - پختن اسفناج - رنده کردن سیر - له کردن بورانی 	

<ul style="list-style-type: none"> - مخلوط کردن اسفناج با سایر مواد(ماست،سیر،نمک،فلفل،سس و ...) - ریختن بورانی در ظرف مناسب و تزئین آن - قرار دادن بورانی آماده شده در یخچال(با این کار مواد به خوبی طعم یکدیگر را می گیرند) - رعایت نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار 	
<p style="text-align: right;">دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - وسایل و ابزار لازم برای تهیه بورانی بادنجان(قابلمه،چاقو،لگن،آبکش،رنده،ظرف مناسب ،تخته کار و ...) - میزان مواد لازم و طعم دهنده های مناسب و نسبت های آن متناسب با تعداد افراد(بادنجان، ماست چکیده، سیر رنده شده،نعنا، نمک، فلفل و ...) - نحوه آماده کردن بادنجان ها(شستن بادنجان ها،سوراخ کردن بادنجان ها با چنگال، روشن کردن اجاق گاز،قرار دادن شعله پخش کن، کبابی کردن بادنجان ها روی اجاق گاز ، سرد شدن بادنجان ها،پوست گرفتن بادنجان ها، له کردن با چنگال ها) - نحوه تهیه بورانی بادنجان (مخلوط کردن بادنجان با سایر مواد) - نحوه تزئین بورانی بادنجان 	بورانی بادنجان
<p style="text-align: right;">مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب ابزار لازم برای تهیه بورانی بادنجان - انتخاب مواد اولیه و افزودنی های لازم و نسبت آن ها متناسب با تعداد افراد - آماده کردن بادنجان ها، - کبابی و پوست کردن بادنجان ها - له کردن بادن جان ها با چنگال - مخلوط کردن بادنجان با سایر مواد - ریختن بورانی بادنجان در ظرف مناسب و تزئین آن - قرار دادن بورانی آماده شده در یخچال(با این کار مواد به خوبی طعم یکدیگر را می گیرند) - رعایت نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار 	
<p style="text-align: right;">دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - وسایل و ابزار لازم برای تمیزکاری ابزار،ظروف و سطوح - نحوه شستن و خشک کردن ابزار و ظروف - نحوه تمیزکاری سطوح از ضایعات و آلودگیها 	تمیز کاری ابزار، ظروف و سطوح
<p style="text-align: right;">مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب وسایل و ابزار لازم برای تمیزکاری ابزار،ظروف و سطوح - شستن و خشک کردن ابزار و ظروف - تمیزکاری سطوح از ضایعات و آلودگی ها 	

فهرست واریسی ارزشیابی مهارت: تهیه سالاد و اردوهای سرد

نام و نام خانوادگی دانش آموز: رشته: پایه: تاریخ آزمون نوبت دوم:

اجزای شایستگی	آیتم‌های ارزیابی	به طور مستقل و صحیح انجام می‌دهد.	با راهنمایی کلامی مربی به طور صحیح انجام می‌دهد.	به طور صحیح انجام نمی‌دهد.
سالاد شیرازی	- وسیله و ابزار مناسب برای تهیه سالاد شیرازی را انتخاب می‌کند.			
	- مواد اولیه را به میزان لازم انتخاب می‌کند.			
	- مواد مورد نیاز را می‌شوید.			
	- مواد مورد نیاز را خرد می‌کند			
	- مواد تهیه شده را در یک ظرف مناسب می‌ریزد.			
	- طعم دهنده های مناسب را انتخاب و به سالاد اضافه می‌کند.			
سالاد کلم	- وسیله و ابزار مناسب برای تهیه سالاد کلم را انتخاب می‌کند.			
	- مواد اولیه و افزودنی‌های لازم را با توجه به نسبت‌های آن متناسب با تعداد افراد انتخاب کند.			
	- مواد مورد نیاز را می‌شوید.			
	- مواد مورد نیاز را خرد می‌کند			
	- مواد مورد نیاز را مخلوط می‌کند.			
	- مواد تهیه شده را در یک ظرف مناسب می‌ریزد.			
سالاد ماکارونی	- وسیله و ابزار مناسب برای تهیه ساندویچ ماکارونی را انتخاب می‌کند.			
	- مواد اولیه و افزودنی‌های لازم و نسبت آن‌ها متناسب با تعداد افراد انتخاب و تهیه می‌کند			
	- مواد مورد نیاز را می‌شوید.			
	- اجاق گاز را با توجه به نکات ایمنی روشن می‌کند.			
	- ماکارونی و مرغ را می‌پزد.			
	- زمان لازم برای پخت ماکارونی و مرغ را رعایت می‌کند.			
	- ماکارونی را آبکش می‌کند.			
	- تخم مرغ‌ها را پوست می‌کند.			
	- مواد مورد نیاز را به درستی رنده می‌کند.			
	- مواد مورد نیاز را خرد می‌کند			
	- ماکارونی و مرغ را با سایر مواد(خیار شور، نمک، فلفل، سس و ...) مخلوط می‌کند.			
	- سالاد را در ظرف مناسب می‌ریزد.			
- سالاد آماده شده را در یخچال می‌گذارد(با این کار مواد به خوبی طعم یکدیگر را می‌گیرند).				

			- وسیله و ابزار مناسب برای تهیه سالاد اندونزی را انتخاب می کند.	سالاد اندونزی
			- مواد اولیه و افزودنی های لازم را با توجه به نسبت های آن متناسب با تعداد افراد انتخاب کند.	
			- مواد مورد نیاز را می شوید.	
			- کلم برگ ها را به نازکی برش می زند.	
			- هویج ها را رنده می کند.	
			- نکات ایمنی هنگام کار با چاقو و رنده را رعایت می کند.	
			- کلم برگ ها و هویج ها را با مواد دیگر مخلوط می کند.	
			- طعم دهنده های مناسب را با میزان مناسب به سالاد اضافه می کند.	
			- مواد آماده شده را در ظرف مناسب می ریزد.	
			- قرار دادن سالاد آماده شده در یخچال (با این کار مواد به خوبی طعم یکدیگر را می گیرند).	
			- وسیله و ابزار مناسب برای تهیه بورانی اسفناج را انتخاب می کند.	
			- مواد اولیه و افزودنی های لازم را با توجه به نسبت های آن متناسب با تعداد افراد انتخاب کند.	
			- مواد مورد نیاز را می شوید.	
			- اجاق گاز را با توجه به نکات ایمنی روشن می کند.	
			- اسفناج ها را می پزد.	
			- زمان لازم برای پخت اسفناج ها را رعایت می کند.	
			- اسفناج ها را له میکند.	
			- سیر را رنده می کند	
			- نکات ایمنی هنگام کار با رنده را رعایت می کند.	
			- اسفناج را با سایر مواد (ماست، سیر، نمک، فلفل، سس و ...) مخلوط می کند.	
			- بورانی را در ظرف مناسب می ریزد.	
			- بورانی را تزئین می کند.	
			- بورانی آماده شده را در یخچال می گذارد. (با این کار مواد به خوبی طعم یکدیگر را می گیرند).	

			- وسیله و ابزار مناسب برای تهیه بورانی بادنجان را انتخاب می کند.	بورانی بادنجان
			- مواد اولیه و افزودنی های لازم را با توجه به نسبت های آن متناسب با تعداد افراد انتخاب کند.	
			- مواد مورد نیاز را می شوید.	
			- اجاق گاز را با توجه به نکات ایمنی روشن می کند.	
			- بادنجان ها را با شعله مناسب کبابی می کند.	
			- بادن جان ها ی کبابی شده را پوست می کند.	
			- بادنجان ها را له می کند.	
			- سیر را رنده می کند	
			- نکات ایمنی هنگام کار با رنده را رعایت می کند.	
			- بادنجان ها را با سایر مواد(ماست،سیر،نمک، فلفل،سس و ...) مخلوط می کند.	
			- بورانی را در ظرف مناسب می ریزد.	
			- بورانی را تزئین می کند.	
			- بورانی آماده شده را در یخچال می گذارد(با این کار مواد به خوبی طعم یکدیگر را می گیرند).	
			- وسایل و ابزار لازم برای تمیزکاری ابزار،ظروف و سطوح را انتخاب می کند.	
			- شستن و خشک کردن ابزار و ظروف	
			- تمیزکاری سطوح از ضایعات و آلودگیها	
			- ظروف و ابزار را با میزان مناسبی از مواد شویندهفمی شوید.	
			- ظروف و ابزار را آبکشی می کند.	
			- ظروف و ابزار را در جای مناسب می گذارد.	
			- سطوح را از آلودگی ها پاک می کند.	
نمره عملی دانش آموز:				
تاریخ و امضاء:				نام و نام خانوادگی هنر آموز:

پودمان شایستگی: تهیه مربا ، کمپوت، مارمالاد

شرح شایستگی: این پودمان توانایی تهیه مربا، مارمالاد و کمپوت را با رعایت اصول ایمنی و بهداشتی زیرنظر مربی فراهم می‌کند.

عناصر شایستگی	معیار عملکرد
آماده سازی مواد ابزار و تجهیزات	<ul style="list-style-type: none"> - مواد لازم و نسبت‌های آن برای تهیه کمپوت، مارمالاد و مربا آماده می‌شود. - تجهیزات لازم برای تهیه کمپوت، مارمالاد و مربا انتخاب می‌شود. - ابزار لازم برای تهیه کمپوت، مارمالاد و مربا انتخاب می‌شود. - لباس کار مناسب پوشیده می‌شود.
تهیه مربا	<ul style="list-style-type: none"> - میوه در صورت لزوم پوست‌گیری و دانه‌گیری و به قطعات مناسب تقسیم می‌شود. - میزان شکر و آب طبق دستورالعمل مربی مخلوط و در ظرف مناسب ریخته می‌شود. - مواد روی حرارت مناسب قرار داده می‌شود. - غلظت شربت مطابق با دستورالعمل کنترل می‌شود. - میوه در زمان مناسب به شربت اضافه می‌شود. - در صورت لزوم افزودنی مناسب انتخاب و اضافه می‌شود. - مربا پس از سرد شدن در ظرف مناسب ریخته می‌شود. - برچسب‌زنی روی ظرف انجام می‌شود.
تهیه کمپوت	<ul style="list-style-type: none"> - میوه به قطعات مناسب تقسیم می‌شود. - میوه در صورت لزوم پوست‌گیری و هسته‌گیری می‌شود - میزان شکر و آب طبق میزان دستورالعمل مربی مخلوط و در ظرف مناسب ریخته می‌شود. - مواد روی حرارت مناسب قرار داده می‌شود. - غلظت شربت مطابق با دستورالعمل کنترل می‌شود. - میوه در زمان مناسب به شربت اضافه می‌شود. - در صورت لزوم افزودنی مناسب انتخاب و اضافه می‌شود. - کمپوت پس از سرد شدن در ظرف مناسب ریخته می‌شود. - برچسب‌زنی روی ظرف انجام می‌شود.
تهیه مارمالاد	<ul style="list-style-type: none"> - میوه مناسب برای تهیه مارمالاد انتخاب می‌شود. - در صورت لزوم پوست یا هسته‌گیری می‌شود. - میوه‌های آماده شده میکس یا پوره می‌شود. - با توجه به نوع میوه شکر مورد نیاز اضافه می‌شود. - ژلاتین مطابق با دستورالعمل آماده می‌شود. - ژلاتین آماده شده به مارمالاد اضافه می‌شود. - مارمالاد از روی حرارت برداشته می‌شود. - پس از سرد شدن مارمالاد جهت شفاف شدن چند دور هم زده می‌شود. - مواد در داخل ظرف‌های مناسب ریخته و برچسب زده می‌شود.
تمیز کردن ظروف	<ul style="list-style-type: none"> - ظروف استفاده شده شسته می‌شود. - ابزار استفاده شده شسته و خشک و در جای خود قرار می‌گیرد.
تمیز کردن آشپزخانه	<ul style="list-style-type: none"> - اجاق گاز تمیز می‌شود. - اطراف اجاق و سطوح شسته و خشک می‌شود. - کف آشپزخانه شسته و خشک می‌شود.

راهنمای آزمون	<p>ارزشیابی این شایستگی بر مبنای ۲۰ نمره می‌باشد. (عملی ۱۴ نمره، کتبی ۳ نمره و رفتارهای شغلی ۳ نمره) نحوه محاسبه پایانی آن به قرار ذیل می‌باشد.</p> <p>نمره پایانی = $\frac{\text{نمره آزمون نوبت دوم} + \text{نمره تکوینی دانش آموز}}{۲}$</p> <p>نمره تکوینی دانش آموز شامل موارد زیر است:</p> <p>میانگین نمرات آزمون‌های مستمر نوبت اول + نمره آزمون نوبت اول + میانگین نمرات آزمون‌های مستمر نوبت دوم</p> <p style="text-align: center;">۲</p>
	<p>مفاهیم شناختی پیش نیاز</p> <p>خواندن و نوشتن، شمارش،</p>
<p>پودمان‌های هم نیاز و پیش نیاز</p> <p>اخلاق حرفه ای</p>	
<p>رفتارهای شغلی</p> <p>آراستگی ظاهری: لباس کار تمیز پوشیده می‌شود. نظم و ترتیب: پس از پایان کار وسایل در جای خود قرار داده می‌شود. مسئولیت پذیری: کار محوله را به درستی انجام می‌دهد. مهارت‌های ارتباطی: واژه‌های مربوط به کار خود را به درستی بیان می‌کند. گزارش کار خود را به مربی می‌دهد. با دیگران مؤدبانه صحبت می‌کند. رعایت بهداشت فردی: قبل و پس از پایان کار دست و صورت خود را می‌شوید. وقت شناسی: به موقع در کارگاه حضور پیدا می‌کند. کار خود را در زمان تعیین شده انجام می‌دهد.</p>	
<p>امکانات (فضای فیزیکی)</p> <p>یک فضای کارگاهی در حدود حداقل ۲٫۵ تا ۳ متر مربع برای هر دانش آموز، حداقل ۲٫۵ تا ۳ متر کاشی شده به طور کامل، کف موزاییک یا سنگ قابل شست و شو، بدون لغزندگی و دارای شیب مناسب برای کف شویی و دارای چاه فاضلاب، دارای پنجره و دستگاه تهویه، توری برای جلوگیری از ورود حشرات، کپسول آتش نشانی، جعبه کمک های اولیه، کابینت های درب دار به صورت طولی و چسبیده به دیوار در دو بخش زمینی و هوایی</p>	
<p>ابزار و تجهیزات</p> <p>اجاق گاز، فریزر، یخچال، دستگاه مخلوط کن، پیماننه یا ظروف اندازه گیری، ظروف نگهداری قوطی نگهداری</p>	
<p>مواد مصرفی</p> <p>مواد اولیه کمپوت، مربا و مارمالاد مواد شوینده و ضد عفونی کننده، دستکش، دستمال</p>	
<p>نرم افزار</p> <p>فیلم آموزشی مرتبط</p>	
<p>نیروی انسانی</p> <p>فوق دیپلم و بالاتر در رشته تحصیلی مرتبط و یا فوق دیپلم و بالاتر در رشته کودکان استثنایی با داشتن مدرک مهارتی مرتبط از سازمان های متولی آموزش حرفه ای</p>	

برنامه درسی شایستگی: تهیه مربا ، مارمالاد ، کمپوت	
عناصر شایستگی	اجزای شایستگی
آماده سازی مواد ، ابزار و تجهیزات	دانش:
	<ul style="list-style-type: none"> - وسایل و ابزار لازم برای تهیه کمپوت ، مارمالاد و مربا - میزان مواد لازم و نسبت‌های آن برای تهیه کمپوت ، مارمالاد و مربا
تهیه مربا	مهارت:
	<ul style="list-style-type: none"> - انتخاب وسایل و ابزار لازم برای تهیه کمپوت ، مارمالاد و مربا - انتخاب مواد اولیه و افزودنی های لازم برای تهیه کمپوت ، مارمالاد و مربا - آماده کردن مواد لازم برای تهیه کمپوت ، مارمالاد و مربا با توجه به نسبت‌های آن
تهیه مربا	دانش:
	<ul style="list-style-type: none"> - نحوه آماده کردن میوه مورد نظر(انتخاب میوه تازه وبدون لک، شستن ،خشک کردن، پوست گرفتن، دانه گرفتن، جدا کردن هسته ،خرد کردن و تکه کردن) - میزان مواد(آب و شکر) و نسبت‌های آن(میزان شکر برای میوه های شیرین و ترش تغییر می کند). - نحوه روشن کردن اجاق گاز و تنظیم حرارت آن (ابتدا کبریت روشن شود و سپس اجاق گاز روی درجه حرارت مناسب تنظیم شود). - نحوه تهیه مربا(جوشاندن آب مورد نیاز درون قابلمه لعابی/ مسی،اضافه کردن میوه ، نرم شدن میوه ، اضافه کردن شکر، پخته شدن سیب، اضافه کردن : هل، گلاب ، آبلیمو، برداشتن ظرف از روی حرارت پس از غلیظ شدن شربت) - نحوه تشخیص قوام آمدن شربت(مقداری از شربت را پس از سرد شدن میان دو انگشت گرفته و سپس انگشتها به آرامی از هم باز شود. شربت باید به صورت یک نخ دراز کشیده شود). - علت کپک زدن شربت - زمان لازم برای پخت میوه مورد نظر - نحوه نگه داری مربا (ریختن داخل ظرفی مناسب و گذاشتن در یخچال پس از سرد شدن)
تهیه مربا	مهارت:
	<ul style="list-style-type: none"> - آماده کردن مواد (انتخاب میوه، شستن ،خشک کردن، پوست گرفتن، دانه گرفتن، جدا کردن هسته ،خرد کردن،رنده کردن و تکه کردن) با توجه به نسبت‌های آن - روشن کردن گاز و تنظیم حرارت با رعایت نکات ایمنی - جوش آوردن آب در ظرفی مناسب - ریختن میوه درون قابلمه در زمان مناسب - اضافه کردن شکر در زمان مناسب - اضافه کردن سایر افزودنی های لازم در صورت دلخواه - برداشتن مربا از روی حرارت ، پس از پخته شدن کامل میوه و غلیظ شدن شربت - ریختن مربا در ظرف مناسب پس از سرد شدن کامل آن - زدن برچسب نام مربا روی شیشه و گذاشتن آن در یخچال

<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - نحوه آماده کردن میوه مورد نظر (انتخاب میوه تازه وبدون لک، شستن، خشک کردن، پوست گرفتن، دانه گرفتن، جدا کردن هسته، خرد کردن، رنده کردن و تکه کردن) - میزان مواد (آب و شکر) و نسبت‌های آن (به ازای هر ۱ کیلو میوه، ۱ پیمانه شکر و ۲/۵ پیمانه آب لازم است. میزان شکر برای میوه های شیرین و ترش تغییر می کند). - نحوه روشن کردن اجاق گاز و تنظیم حرارت آن (ابتدا کبریت روشن شود و سپس اجاق گاز روی درجه حرارت مناسب تنظیم شود). - نحوه تهیه کمپوت (جوشاندن آب مورد نیاز، اضافه کردن شکر، قوام آمدن شربت کمپوت، اضافه کردن میوه) - نحوه تشخیص قوام آمدن شربت (مقداری از شربت را پس از سرد شدن میان دو انگشت گرفته و سپس انگشتها به آرامی از هم باز شود. شربت باید به صورت یک نخ دراز کشیده شود). - علت کپک زدن شربت - زمان لازم پخت مورد نظر - نحوه نگه داری کمپوت (ریختن داخل ظرفی مناسب و گذاشتن در یخچال پس از سرد شدن) 	<p>تهیه کمپوت</p>
<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - آماده کردن مواد (انتخاب میوه، شستن، خشک کردن، پوست گرفتن، دانه گرفتن، جدا کردن هسته، خرد کردن، رنده کردن و تکه کردن) با توجه به نسبت‌های آن - روشن کردن گاز و تنظیم حرارت با رعایت نکات ایمنی - ریختن مواد در ظرف مناسب و جوش آوردن مواد - تهیه شربت تا مرحله قوام آوردن آن - اضافه کردن میوه به شربت - اضافه کردن افزودنی های لازم در صورت دلخواه - برداشتن کمپوت از روی اجاق، پس از پخت میوه مورد نظر - ریختن کمپوت در ظرف مناسب - گذاشتن ظرف در یخچال پس از سرد شدن 	
<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - نحوه آماده کردن میوه مورد نظر (انتخاب میوه تازه وبدون لک، شستن، خشک کردن، پوست گرفتن، دانه گرفتن، جدا کردن هسته، له کردن میوه توسط دستگاه مخلوط کن) - میزان مواد (آب، شکر، ژلاتین) و نسبت‌های آن (میزان شکر برای میوه های شیرین و ترش تغییر می کند). - نحوه روشن کردن اجاق گاز و تنظیم حرارت آن (ابتدا کبریت روشن شود و سپس اجاق گاز روی درجه حرارت مناسب تنظیم شود). - نحوه تهیه مارمالاد (ریختن میوه در ظرف مناسب، اضافه کردن شکر به میوه له شده، قرار دادن ظرف بر روی شعله اجاق گاز به مدت ۳۰-۲۰ دقیقه، نرم کردن ورق ژلاتین در آب سرد و اضافه کردن آن به مواد، هم زدن کامل مواد، پخته شدن مواد پس از چند جوش و برداشتن ظرف از روی شعله) - زمان لازم برای پخت مارمالاد مورد نظر - نحوه نگه داری مارمالاد (ریختن داخل ظرفی مناسب و گذاشتن در یخچال پس از سرد شدن) 	<p>تهیه مارمالاد</p>

<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - آماده کردن مواد (انتخاب میوه، شستن، خشک کردن، پوست گرفتن، دانه گرفتن، جدا کردن هسته، خرد کردن، جدا کردن هسته، له کردن میوه توسط دستگاه مخلوط کن /چرخ گوشت) به نسبت های لازم - اضافه کردن شکر به میوه له شده و قرار دادن ظرف بر روی شعله اجاق گاز - تنظیم حرارت اجاق گاز - پختن میوه با توجه به زمان تعیین شده - نرم کردن ورق ژلاتین در آب سرد و اضافه کردن آن به مواد - مخلوط کردن کامل مواد و برداشتن ظرف از روی اجاق گاز - ریختن مارمالاد در ظرف مناسب پس از سرد شدن کامل آن - زدن برچسب نام مارمالاد روی شیشه و گذاشتن در یخچال 	
<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ضرورت شستن ابزار و ظروف پس از پخت و پز (جلوگیری از آلودگی وسایل، تمیز شدن سریع تر وسایل و ...) - مواد پاک کننده و شوینده متناسب با نوع کار(مایع ظرفشویی، پودر شست و شو و ...) - میزان مواد شوینده مورد نیاز برای شستن ظروف و وسایل - نحوه شستن و تمیز کردن ابزار و ظروف - ضرورت نگه داری ظروف در جای سر بسته 	<p>تمیز کاری ظروف</p>
<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب مواد پاک کننده و شوینده متناسب با نوع کار - شستن ابزار و ظروف با میزان مناسبی از مواد شوینده - خشک کردن ابزار و ظروف - قرار دادن ابزار و وسایل در جای خود 	
<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ضرورت تمیز کردن اجاق گاز، سطوح و کف آشپزخانه - انتخاب مواد پاک کننده و شوینده متناسب با نوع کار (مایع ظرفشویی، پودر شست و شو، سرکه و ...) - میزان مواد شوینده مورد نیاز برای شستن اجاق گاز، سطوح و کف آشپزخانه - نحوه تمیز کردن اجاق گاز با مواد شوینده استاندارد (پرکردن ظرف بزرگی از مخلوط متناسب آب گرم، مایع ظرفشویی و سرکه؛ قرار دادن شبکه های اجاق گاز و سر شعله ها حدود ۲۰ دقیقه در ظرف آب گرم؛ خالی کردن ظرف و پر کردن آن با آب گرم و مواد شوینده؛ شستن شبکه ها و سرشعله ها با سیم ظرفشویی؛ ساییدن سطح گاز با اسکاچ نرم و فاقد مواد ساینده؛ از بین بردن لکه های مقاوم تر با یک قاشق غذاخوری جوش شیرین و چند قطره آب بر روی آن و شستن سطوح پس از ۲۰ دقیقه؛ تمیز کردن سطح گاز با دستمال مرطوب) - نحوه تمیز کردن سطوح با مواد شوینده استاندارد(تمیز کردن سطوح کابینت با مخلوطی از سرکه، آب گرم و یک قطره مایع ظرفشویی توسط اسفنج؛ پاک کردن سطوح با یک دستمال حوله ای تمیز) - نحوه تمیز کردن کف آشپزخانه با مواد شوینده استاندارد(تمیز کردن کف آشپزخانه با مخلوطی از سرکه، یک قطره مایع ظرفشویی و یک لیتر آب؛ تمیز کردن خطوط میان کاشی ها با اسفنج؛ تمیز کردن سرامیک کف با تی) 	<p>تمیز کاری آشپزخانه</p>

<p style="text-align: right;">مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب مواد پاک کننده و شوینده متناسب با نوع کار - شستن و تمیز کردن اجاق گاز با میزان مناسبی از مواد شوینده - خشک کردن صفحه اجاق گاز با دستمال حوله ای تمیز - شستن و تمیز کردن سطوح آشپزخانه با میزان مناسبی از مواد شوینده - شستن و تمیز کردن کف آشپزخانه با میزان مناسبی از مواد شوینده 	
	<p style="text-align: center;">بهداشت و ایمنی</p> <ul style="list-style-type: none"> - استفاده از دستکش، کلاه و ماسک ، لباس کار - داشتن هواکش برای گردش هوای تمیز

فهرست و ارسی از شایستگی مهارت: تهیه مربا، کمپوت، مارمالاد

نام و نام خانوادگی دانش آموز: رشته: پایه: تاریخ آزمون نوبت دوم:

اجزای شایستگی	آیتم‌های ارزیابی	به طور مستقل و صحیح انجام می‌دهد.	با راهنمایی کلامی مربی به طور صحیح انجام می‌دهد.	به طور صحیح انجام نمی‌دهد.
آماده سازی مواد، ابزار و تجهیزات	- مواد لازم را با توجه به نسبت‌های مناسب برای تهیه مربا آماده می‌کند			
	- ابزار و وسایل لازم برای تهیه مربا را انتخاب می‌کند.			
	- لباس کار مناسب می‌پوشد.			
تهیه مربا	- وسیله و ابزار مناسب برای تهیه مربا را انتخاب می‌کند.			
	- مواد اولیه و افزودنی‌های لازم را با توجه به نسبت‌های مناسب انتخاب می‌کند.			
	- مواد مورد نیاز را می‌شوید.			
	- مواد مورد نیاز را خشک می‌کند.			
	- مواد مورد نیاز پوست می‌گیرد.			
	- دانه گیری و جدا کردن هسته میوه ها را انجام می‌دهد.			
	- مواد مورد نیاز را خرد می‌کند.			
	- گاز را برای جوش آوردن آب بارعایت نکات ایمنی با حرارت مناسب روشن می‌کند.			
	- میوه ها را در زمان مناسب در آب جوش می‌ریزد.			
	- شکر را در زمان لازم به مواد اضافه می‌کند.			
	- افزودنی‌های لازم را به مواد اضافه می‌کند.			
	تهیه کمپوت	- پس از پخته شدن کامل میوه و غلیظ شدن شربت ، مربا را از روی حرارت برمی‌دارد.		
- پس از سرد شدن کامل مربا، آن را در ظرف مناسب درب دار می‌ریزد.				
- برچسب نام مربا را روی شیشه می‌زند.				
- شیشه مربا را در یخچال می‌گذارد.				
- وسیله و ابزار مناسب برای تهیه کمپوت را انتخاب می‌کند.				
- مواد اولیه و افزودنی‌های لازم را با توجه به نسبت‌های مناسب انتخاب می‌کند.				
- مواد مورد نیاز را می‌شوید.				
- مواد مورد نیاز را خشک می‌کند.				
- مواد مورد نیاز پوست می‌گیرد.				
- دانه گیری و جدا کردن هسته میوه ها را انجام می‌دهد.				

			- مواد مورد نیاز را خرد می کند.	
			- گاز را برای جوش آوردن آب بارعایت نکات ایمنی با حرارت مناسب روشن می کند.	
			- شربت را تا مرحله قوام آوردن، تهیه می کند.	
			- میوه را به شربت اضافه می کند.	
			- افزودنی های لازم را در صورت دلخواه به مواد اضافه می کند.	
			- کمپوت را پس از پخته شدن میوه ها، از روی حرارت بر می دارد.	
			- کمپوت آماده شده را پس از سرد شدن در ظرف مناسب درب دار می ریزد.	
			- برچسب نام کمپوت را روی شیشه می زند.	
			- شیشه کمپوت را در یخچال می گذارد.	
			- وسیله و ابزار مناسب برای تهیه مارمالاد را انتخاب می کند.	
			- مواد اولیه وافزودنی های لازم را باتوجه به نسبت های مناسب انتخاب می کند.	
			- مواد مورد نیاز را می شوید.	
			- مواد مورد نیاز را خشک می کند.	
			- مواد مورد نیاز پوست می گیرد.	
			- دانه گیری و جدا کردن هسته میوه ها را انجام می دهد.	
			- میوه های آماده شده را توسط دستگاه مخلوط کن /چرخ گوشت ، له می کند.	
			- میوه له شده را در یک ظرف مناسب می ریزد.	
			- شکر را به میوه له شده در ظرف مناسب اضافه می کند	
			- گاز را بارعایت نکات ایمنی با حرارت مناسب روشن می کند.	
			- ظرف مواد را بر روی شعله مناسب اجاق گاز قرار می دهد.	
			- ورق ژلاتین را در آب سرد نرم کرده و به مواد اضافه می کند.	
			- مواد را کاملا مخلوط می کند.	
			- زدن برچسب نام مارمالاد روی شیشه و گذاشتن در یخچال	
			- مارمالاد آماده شده را پس از سرد شدن در شیشه مناسب درب دار می ریزد.	
			- برچسب نام کمپوت را روی شیشه می زند.	
			- شیشه مارمالاد را در یخچال می گذارد.	

تهیه مارمالاد

			- وسیله و ابزار مناسب برای تمیز کاری ظروف را انتخاب می کند.	تمیز کاری ظروف
			- مواد پاک کننده و شوینده متناسب با نوع کار را انتخاب می کند.	
			- ظروف و وسایل را با میزان مناسبی از مواد شوینده مناسب، می شوید.	
			- ظروف و وسایل را با میزان مناسبی از آب، آبکشی می کند.	
			- ظروف و وسایل را خشک می کند.	
			- ظروف و وسایل را در جای مناسب می گذارد.	
			- مواد مناسب برای تمیز کاری آشپزخانه را انتخاب می کند.	تمیز کاری آشپزخانه
			- اجاق گاز را با میزان مناسبی از مواد شوینده، تمیز و پاک می کند.	
			- صفحه اجاق گاز را با دستمال حوله ای تمیز، خشک می کند.	
			- شستن و تمیز کردن کف آشپزخانه با میزان مناسبی از مواد شوینده.	
			- سطوح آشپزخانه را با میزان مناسبی از مواد شوینده، شسته و پاک می کند.	
			- کف آشپزخانه را با میزان مناسبی از مواد شوینده، شسته و پاک می کند	
			- نکات ایمنی هنگام کار با شوینده ها را رعایت می کند..	
نمره عملی دانش آموز:				
تاریخ و امضاء:			نام و نام خانوادگی هنر آموز:	

شایستگی مهارت: نظافت و تمیزکاری در آشپزخانه

شرح شایستگی مهارت : این پودمان توانایی نظافت و تمیزکاری وسایل و فضای آشپزخانه را با رعایت اصول ایمنی و بهداشتی زیر نظر مربی فراهم می کند.

عناصر شایستگی	معیار عملکرد
تمیز کردن ابزار و تجهیزات خرد کردنی	<ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل مناسب شست و شو انتخاب می شود. - مواد مناسب برای شست و شو انتخاب می شود. - ابزار و تجهیزات مورد نظر شست و شو، خشک و جاددهی می شود.
تمیز کردن چرخ گوشت	<ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل مناسب شست و شو انتخاب می شود. - مواد شوینده مناسب انتخاب می شود. - قطعات چرخ گوشت از یکدیگر جدا می شود. - قطعات با ابزار و مواد مناسب شست و شو می شود. - قطعات مورد نظر خشک و جاگذاری می شود.
تمیز کردن یخچال و فریزر	<ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل مناسب شست و شو انتخاب می شود. - مواد شوینده مناسب مطابق با دستورالعمل انتخاب می شود. - وسایل یخچال خارج می شود. - قسمت هایی از یخچال و فریزر که قابل جداسازی هست، جدا می شود. - یخچال مطابق دستورالعمل تمیز می شود. - قسمت های جدا شده پس از شست و شو و خشک کردن در یخچال و فریزر جاسازی می شود.
تمیز کردن تجهیزات پخت (ماکروویو، تستر، اجاق گاز و...)	<ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل مناسب شست و شو انتخاب می شود. - مواد شوینده مناسب مطابق با دستورالعمل انتخاب می شود. - قسمت هایی از تجهیزات که قابل جداسازی هست، جدا می شود. - قطعات مطابق با دستورالعمل تمیز می شود. - قسمت های جدا شده پس از شست و شو و خشک کردن جاسازی می شود.
تمیز کردن سطوح کف و دیوار	<ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل مناسب شست و شو انتخاب می شود. (جارو، تی، اسکاچ و ...) - مواد شوینده و ضدعفونی کننده مطابق با دستورالعمل انتخاب می شود. - بر اساس الویت، سطوح، روی کابینت ها و کمد ها، دیوارها و کف بر اساس دستورالعمل شست و شو و خشک می شود.
راهنمای آزمون	<p>ارزشیابی این شایستگی بر مبنای ۲۰ نمره می باشد. (ارزشیابی عملی ۱۴ نمره، کتبی ۳ نمره و ارزشیابی از رفتارهای شغلی ۳ نمره)</p> <p>نحوه محاسبه نمره پایانی آن به قرار ذیل می باشد.</p> <p style="text-align: center;">نمره پایانی = <u>نمره آزمون نوبت دوم + نمره تکوینی دانش آموز</u></p> <p style="text-align: center;">۲</p> <p>نمره تکوینی دانش آموز شامل موارد زیر است:</p> <p style="text-align: center;">میانگین نمرات آزمون های مستمر نوبت اول + نمره آزمون نوبت اول + میانگین نمرات آزمون های مستمر نوبت دوم</p> <p style="text-align: center;">۳</p>
مفاهیم شناختی پیش نیاز	خواندن و نوشتن، خیس، خشک و...

اخلاق حرفه ای	پودمان های هم نیاز و پیش نیاز
<p>آراستگی ظاهری: لباس کار تمیز پوشیده می شود.</p> <p>نظم و ترتیب: پس از پایان کار وسایل در جای خود قرار داده می شود.</p> <p>مسئولیت پذیری: کار محوله را به درستی انجام می دهد.</p> <p>مهارت های ارتباطی: واژه های مربوط به کار خود را به درستی بیان می کند. گزارش کار خود را به مربی می دهد. با دیگران مؤدبانه صحبت می کند.</p> <p>رعایت بهداشت فردی: قبل و پس از پایان کار دست و صورت خود را می شوید.</p> <p>وقت شناسی: به موقع در کارگاه حضور پیدا می کند. کار خود را در زمان تعیین شده انجام می دهد.</p>	رفتار های شغلی
<p>یک فضای کارگاهی در حدود حداقل ۲,۵ تا ۳ متر مربع برای هر دانش آموز، حداقل ۲,۵ تا ۳ متر کاشی شده به طور کامل، کف موزاییک یا سنگ قابل شست و شو، بدون لغزندگی و دارای شیب مناسب برای کف شویی و دارای چاه فاضلاب، دارای پنجره و دستگاه تهویه، توری برای جلوگیری از ورود حشرات، کپسول آتش نشانی، جعبه کمک های اولیه، کابینت های درب دار به صورت طولی و چسبیده به دیوار در دو بخش زمینی و هوایی</p>	امکانات (فضای فیزیکی)
<p>اجاق گاز، یخچال و فریزر، ماکروویو، تستر، میز کار آشپزخانه، کابینت آشپزخانه همراه با هود، آب چکان و سینک، ابزار و وسایل خرد کردن مانند چاقوی آشپزخانه، پوست کنو...</p>	ابزار و تجهیزات
مواد شوینده، دستمال، دستکش و ...	مواد مصرفی
فیلم آموزشی مرتبط	نرم افزار
فوق دیپلم و بالاتر در رشته تحصیلی مرتبط و یا فوق دیپلم و بالاتر در رشته کودکان استثنایی با داشتن مدرک مهارتی مرتبط از سازمان های متولی آموزش حرفه ای	نیروی انسانی

برنامه درسی شایستگی: نظافت و تمیزکاری در آشپزخانه

اجزای شایستگی	عناصر شایستگی
<p align="center">دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ضرورت تمیز کردن ابزار و تجهیزات (کارد، تخته کار و ...) - ابزار و وسایل مناسب جهت شست و شو - انواع مواد پاک کننده و شوینده با اولویت مواد طبیعی (سرکه، جوش شیرین و مایع ظرفشویی) - نحوه تمیز کردن ابزار ، وسایل و تجهیزات خرد کردنی - نحوه خشک کردن و جایدهی وسایل 	<p align="center">تمیز کردن ابزار و تجهیزات خرد کردنی</p>
<p align="center">مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب ابزار و وسایل مناسب برای شست و شو - انتخاب انواع مواد پاک کننده و شوینده با اولویت مواد طبیعی متناسب با نوع کار (سرکه، جوش شیرین و ...) - تمیز کردن ابزار، وسایل و تجهیزات با مواد شوینده مناسب - خشک کردن و جایدهی ابزار، وسایل و تجهیزات - رعایت نکات ایمنی و بهداشتی در حین انجام کار 	
<p align="center">دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ضرورت تمیز کردن چرخ گوشت - ابزار و وسایل مناسب جهت شست و شو - انواع مواد پاک کننده و شوینده متناسب با نوع کار - نحوه باز کردن قطعات چرخ گوشت - نحوه تمیز کردن چرخ گوشت - نحوه خشک کردن چرخ گوشت و سوار کردن قطعات آن 	<p align="center">تمیز کردن چرخ گوشت</p>
<p align="center">مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب ابزار و وسایل مناسب جهت شست و شو - انتخاب مواد پاک کننده و شوینده - تمیز کردن قطعات چرخ گوشت - باز کردن قطعات چرخ گوشت - خشک کردن و جایدهی قطعات شست و شو - رعایت نکات ایمنی و بهداشتی در حین انجام کار 	
<p align="center">دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ضرورت تمیز کردن یخچال و فریزر - انواع مواد پاک کننده و شوینده متناسب با نوع کار - نحوه باز کردن قطعات قابل شست و شو و جابه جایی یخچال و فریزر - نحوه تمیز کردن یخچال و فریزر - نحوه خشک کردن قطعات یخچال و فریزر - نحوه قرار دادن قطعات خشک شده یخچال و فریزر در جای اولیه 	<p align="center">تمیز کردن یخچال و فریزر</p>

<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب مواد پاک کننده و شوینده متناسب با نوع کار - باز کردن قطعات قابل شست و شو و جابه جایی یخچال و فریزر - تمیز کردن یخچال و فریزر - خشک کردن قطعات یخچال و فریزر - قرار دادن قطعات خشک شده یخچال و فریزر در جای اولیه - رعایت نکات ایمنی و بهداشتی در حین انجام کار 	
<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ضرورت تمیز کردن تجهیزات پخت - انواع مواد پاک کننده و شوینده با اولویت مواد طبیعی(سرکه،جوش شیرین و ...)،مایع ظرفشویی - نحوه تمیز کردن ماکرو ویو - نحوه جدا کردن قطعات قابل جدا کردن در دستگاه ماکروویو - نحوه خشک کردن و جاگذاری قطعات ماکرو ویو - نحوه تمیز کردن تستر - نحوه جدا کردن قطعات قابل جدا کردن در دستگاه تستر - نحوه خشک کردن و جاگذاری قطعات تستر - نحوه تمیز کردن اجاق گاز - نحوه جدا کردن قطعات قابل جدا کردن در اجاق گاز - نحوه خشک کردن و جاگذاری قطعات اجاق گاز 	<p>تمیز کردن تجهیزات پخت (ماکرو ویو،تستر، اجاق گاز)</p>
<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب مواد پاک کننده و شوینده متناسب با نوع کار - تمیز کردن ماکرو ویو جدا کردن قطعات قابل جدا کردن در دستگاه ماکروویو - خشک کردن و جاگذاری قطعات ماکرو ویو - نحوه تمیز کردن تستر - جدا کردن قطعات قابل جدا کردن در دستگاه تستر - خشک کردن و جاگذاری قطعات تستر - شستن و تمیز کردن اجاق گاز با میزان مناسبی از مواد شوینده - جدا کردن قطعات قابل جدا کردن در اجاق گاز - خشک کردن صفحه اجاق گاز با دستمال حوله ای تمیز - رعایت نکات ایمنی و بهداشتی در حین انجام کار 	
<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ضرورت تمیز کردن و ضدعفونی کردن سطوح کف و دیوار - ابزار و وسایل مناسب برای شست و شوی سطوح، کف و دیوار آشپزخانه - انواع مواد پاک کننده و شوینده با اولویت مواد طبیعی(سرکه،جوش شیرین و ...)،مایع ظرفشویی - نحوه تمیز کردن کف آشپزخانه - نحوه خشک کردن کف آشپزخانه - نحوه تمیز کردن سطوح دیوار - نحوه خشک کردن سطوح دیوار 	<p>تمیز کردن سطوح دیوار و کف</p>

<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب انواع مواد پاک کننده و شوینده با اولویت مواد طبیعی (سرکه، جوش شیرین و ...)، مایع ظرفشویی - انتخاب ابزار و وسایل مناسب برای شست و شوی سطوح، کف و دیوار آشپزخانه - تمیز کردن کف آشپزخانه - نخشک کردن کف آشپزخانه - متمیز کردن سطوح دیوار - خشک کردن سطوح دیوار 	
<ul style="list-style-type: none"> - استفاده از دستکش، کلاه و ماسک ، لباس کار - داشتن هواکش برای گردش هوای تمیز 	<p>نکات ایمنی در حین کار</p>

فهرست واریسی ارزشیابی مهارت: نظافت و تمیز کاری در آشپزخانه

نام و نام خانوادگی دانش آموز: رشته: پایه: تاریخ آزمون نوبت دوم:

به طور صحیح انجام نمی دهد.	با راهنمایی کلامی مربی به طور صحیح انجام می دهد.	به طور مستقل و صحیح انجام می دهد.	آیتم های ارزیابی	اجزای شایستگی
			- انواع مواد پاک کننده و شوینده را با اولویت مواد طبیعی متناسب با نوع کار (سرکه، جوش شیرین و ...)، انتخاب می کند.	تمیز کردن ابزار و تجهیزات خرد کردنی
			- ابزار، وسایل، تجهیزات و مواد شوینده مناسب را انتخاب می کند.	
			- لباس کار مناسب می پوشد.	
			- ابزار، وسایل و تجهیزات را با مواد شوینده مناسب می شوید.	
			- ابزار، وسایل و تجهیزات را با دستمال تمیز، خشک می کند.	
			- ابزار، وسایل و تجهیزات را در جای مناسب می گذارد.	
			- نکات ایمنی و بهداشتی را در حین انجام کار رعایت می کند.	
			- انواع مواد پاک کننده و شوینده را با اولویت مواد طبیعی متناسب با نوع کار (سرکه، جوش شیرین و ...)، انتخاب می کند.	تمیز کردن چرخ گوشت
			- ابزار، وسایل، تجهیزات و مواد شوینده مناسب را انتخاب می کند.	
			- لباس کار مناسب می پوشد.	
			- قطعات قابل شست و شوی و جا به جایی چرخ گوشت را با رعایت نکات ایمنی باز می کند.	
			- قطعات چرخ گوشت را با مواد شوینده مناسب می شوید.	
			- قطعات چرخ گوشت را با دستمال تمیز خشک می کند.	
			- سوار کردن قطعات چرخ گوشت را به درستی می کند.	
			- نکات ایمنی و بهداشتی را در حین انجام کار رعایت می کند.	

			- انواع مواد پاک کننده و شوینده را با اولویت مواد طبیعی متناسب با نوع کار(سرکه،جوش شیرین و ...)، انتخاب می کند.	تمیز کردن یخچال و فریزر
			- ابزار، وسایل، تجهیزات و مواد شوینده مناسب را انتخاب می کند	
			- قطعات قابل شست و شوی و جا به جایی یخچال و فریزر را بارعایت نکات ایمنی بازمی کند.	
			- قطعات یخچال و فریزر را با مواد شوینده مناسب می شوید.	
			- قطعات یخچال و فریزر را با دستمال تمیز خشک می کند.	
			- یخچال و فریزر را با مواد مناسب تمیز می کند.	
			- یخچال و فریزر را با دستمال تمیز خشک می کند.	
			- قطعات خشک شده یخچال و فریزر را در جای اولیه قرار می دهد.	
			- نکات ایمنی و بهداشتی را در حین انجام کار رعایت می کند.	
			- انواع مواد پاک کننده و شوینده را با اولویت مواد طبیعی متناسب با نوع کار(سرکه،جوش شیرین و ...)، انتخاب می کند.	تمیز کردن تجهیزات پخت (ماکرو ویو، تستر، اجاق گاز و ...)
			- ابزار، وسایل، تجهیزات و مواد شوینده مناسب را انتخاب می کند	
			- قطعات قابل شست و شوی و جا به جایی ماکرو ویو ، تستر، اجاق گاز و ... را بارعایت نکات ایمنی بازمی کند.	
			- قطعات ماکرو ویو ، تستر، اجاق گاز و ... را با مواد شوینده مناسب می شوید.	
			- قطعات ماکرو ویو ، تستر، اجاق گاز و ... را با دستمال تمیز خشک می کند.	
			- ماکرو ویو ، تستر، اجاق گاز و ... را با مواد مناسب تمیز می کند.	
			- ماکرو ویو ، تستر، اجاق گاز و ... را با دستمال تمیز خشک می کند.	
			- ماکرو ویو ، تستر، اجاق گاز و ... را در جای اولیه قرار می دهد.	
			- نکات ایمنی و بهداشتی را در حین انجام کار رعایت می کند.	
			- وسیله و ابزار مناسب برای تمیز کردن سطوح کف و دیوار را انتخاب می کند.	تمیز کردن سطوح کف و دیوار
			- مواد پاک کننده و شوینده متناسب با نوع کار را انتخاب می کند.	
			- سطح دیوارها را تمیز می کند.	
			- سطح دیوارها را خشک می کند.	
			- کف آشپزخانه را تمیز می کند.	
			- کف آشپزخانه را خشک می کند.	
نمره عملی دانش آموز:				
نام و نام خانوادگی هنر آموز:				
تاریخ و امضاء:				

شایستگی مهارت: آماده سازی مواد اولیه خام (سبزی‌ها، میوه‌ها، صیفی‌ها، گوشت)

شرح شایستگی مهارت: این پودمان توانایی شست و شو، ریز کردن، قطعه کردن، بسته بندی و برچسب زدن مواد خام (سبزی، میوه‌ها، صیفی جات و گوشت) با رعایت اصول ایمنی و بهداشتی زیر نظر مربی فراهم می‌کند.

عناصر شایستگی	معیار عملکرد
شست و شوی مواد اولیه غذایی	<ul style="list-style-type: none"> - لباس کار مناسب (روپوش، کفش، سربند، دستکش) پوشیده می‌شود. - دست‌ها مطابق با دستورالعمل بهداشتی شست و شو می‌شود. - مواد غذایی مطابق با دستورالعمل با مواد شوینده و ضدعفونی کننده شست و شو می‌شود. - شست و شوی مجدد مواد اولیه غذایی پس از کاربرد مواد ضدعفونی کننده انجام می‌شود. - مواد غذایی بعد از شست و شو خشک و در ظرف‌های مناسب ریخته می‌شود
خرد کردن سبزی‌ها، میوه‌ها، صیفی‌ها	<ul style="list-style-type: none"> - ابزار و ماشین‌آلات متناسب با نوع کار انتخاب می‌شود. - بر اساس نوع خرد کردن، مواد تفکیک می‌شود. - بر اساس دستورالعمل، مواد مختلف (ریز، خرد، نگینی، خلال و ...) می‌شود. - مواد خردشده بر اساس نوع آن بسته بندی می‌شود. - مواد بسته‌بندی شده برچسب زده می‌شود. - مواد بسته بندی شده متناسب با شرایط نگهداری طبقه‌بندی می‌شود.
خرد کردن و چرخ کردن گوشت	<ul style="list-style-type: none"> - ابزار و ماشین‌آلات متناسب با نوع کار انتخاب می‌شود. - بر اساس نوع خرد کردن، مواد تفکیک می‌شود. - بر اساس دستورالعمل، مواد (ریز، خرد، قطعه، چرخ) می‌شود. - گوشت‌ها بر اساس نوع و میزان مصرف بسته‌بندی می‌شود. - بسته‌های گوشت برچسب زده می‌شود. - گوشت‌ها بر حسب شرایط نگهداری طبقه‌بندی می‌شود
تمیز کاری ابزار، ظروف و سطوح	<ul style="list-style-type: none"> - ابزار و ظروف شسته، خشک و جاددهی می‌شود. - تمیز کاری سطوح از ضایعات و آلودگیها مطابق با دستورالعمل انجام می‌شود.
راهمای آزمون	<p>ارزشیابی این شایستگی بر مبنای ۲۰ نمره می‌باشد. (ارزشیابی عملی ۱۴ نمره، کتبی ۳ نمره و ارزشیابی از رفتارهای شغلی ۳ نمره)</p> <p>نحوه محاسبه نمره پایانی آن به قرار ذیل می‌باشد.</p> <p>نمره پایانی = نمره آزمون نوبت دوم + نمره تکوینی دانش آموز</p> <p style="text-align: center;">۲</p> <p>نمره تکوینی دانش آموز شامل موارد زیر است:</p> <p>میانگین نمرات آزمون‌های مستمر نوبت اول + نمره آزمون نوبت اول + میانگین نمرات آزمون‌های مستمر نوبت دوم</p> <p style="text-align: center;">۳</p>
مهارت‌های حسی حرکتی پیش نیاز	توسط کارشناس توانبخشی تدوین خواهد شد.
مفاهیم شناختی پیش نیاز	خواندن و نوشتن، شمارش، ریز، نگینی، خلال، قطعه کردن، ضد عفونی و...

اخلاق حرفه ای	پودمان‌های هم‌نیاز و پیش‌نیاز
<p>آراستگی ظاهری: لباس کار تمیز پوشیده می‌شود.</p> <p>نظم و ترتیب: پس از پایان کار وسایل در جای خود قرار داده می‌شود.</p> <p>مسئولیت‌پذیری: کار محوله را به درستی انجام می‌دهد.</p> <p>مهارت‌های ارتباطی: واژه‌های مربوط به کار خود را به درستی بیان می‌کند. گزارش کار خود را به مربی می‌دهد. با دیگران مؤدبانه صحبت می‌کند.</p> <p>رعایت بهداشت فردی: قبل و پس از پایان کار دست و صورت خود را می‌شوید.</p> <p>وقت‌شناسی: به موقع در کارگاه حضور پیدا می‌کند. کار خود را در زمان تعیین شده انجام می‌دهد.</p>	رفتارهای شغلی
<p>یک فضای کارگاهی در حدود حداقل ۲,۵ تا ۳ متر مربع برای هر دانش آموز، حداقل ۲,۵ تا ۳ متر کاشی شده به طور کامل، کف موزاییک یا سنگ قابل شست و شو، بدون لغزندگی و دارای شیب مناسب برای کف شویی و دارای چاه فاضلاب، دارای پنجره و دستگاه تهویه، توری برای جلوگیری از ورود حشرات، کپسول آتش نشانی، جعبه کمک‌های اولیه، کابینت‌های درب دار به صورت طولی و چسبیده به دیوار در دو بخش زمینی و هوایی</p>	امکانات (فضای فیزیکی)
ترازوی آشپزخانه، چاقوی آشپزخانه، کاسه، سینی، تخته، اجاق گاز، فندک اتمی، کپسول آتش نشانی، یخچال و فریزر، میز کار آشپزخانه، کابینت آشپزخانه همراه با هود، آب چکان و سینک، چرخ گوشت	ابزار و تجهیزات
انواع (سبزی، صیفی جات، میوه ها)، گوشت مواد شوینده و ضد عفونی کننده، دستمال، دستکش	مواد مصرفی
فیلم آموزشی مرتبط	نرم افزار
فوق دیپلم و بالاتر در رشته تحصیلی مرتبط و یا فوق دیپلم و بالاتر در رشته کودکان استثنایی با داشتن مدرک مهارتی مرتبط از سازمان‌های متولی آموزش حرفه ای	نیروی انسانی

برنامه درسی شایستگی: آماده سازی مواد اولیه خام (سبزی‌ها، میوه‌ها، صیفی‌ها، گوشت)

اجزای شایستگی	عناصر شایستگی
<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ضرورت پوشیدن لباس کار مناسب (محافظت در مقابل خطرات احتمالی در آشپزخانه ، رعایت بهداشت فردی و ...) - ضرورت شستن دست ها - نحوه شستن دست ها - ضرورت شستن مواد اولیه غذایی - نحوه شستن مواد اولیه غذایی(سبزی‌ها، میوه‌ها، صیفی‌ها، گوشت) - ضرورت ضد عفونی کردن مواد اولیه غذایی(پاک شدن مواد اولیه از آفت کش ها و براق کننده هایی که روی پوست برخی مواد مانند میوه ها و گوجه فرنگی می زنند، جلوگیری از مسمومیت) - نحوه ضدعفونی کردن مواد اولیه غذایی - ضرورت شستن مواد پس از ضد عفونی کردن - نحوه خشک کردن و نگهداری مواد اولیه غذایی 	<p>شست و شوی مواد اولیه غذایی</p>
<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - استفاده از لباس کار مناسب در حین انجام کار - شستن دست ها طبق دستور مربی - شستن سبزی ها - شستن میوه ها - شستن صیفی ها - شستن گوشت - ضد عفونی کردن سبزی ها(طبق دستورالعمل) - ضد عفونی کردن میوه ها(طبق دستورالعمل) - ضد عفونی کردن صیفی ها(طبق دستورالعمل) - خشک کردن مواد اولیه غذایی - نگهداری مواد اولیه غذایی در ظرف های مناسب 	
<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار و ماشین آلات متناسب با نوع مواد(کارد مخصوص، تخته کار) - نحوه خرد کردن سبزی ها (قرار دادن میزان مناسب سبزی بر روی تخته کار، گرفتن صحیح کارد در دست غالب، چگونگی حرکت دست مقابل و ...) - نحوه خرد کردن میوه ها - نحوه خرد کردن صیفی ها - نحوه بسته بندی هر یک از مواد بر حسب نوع مصرف و تعداد نفرات - نکات بهداشتی در زمینه بسته بندی مواد 	<p>خرد کردن سبزی‌ها، میوه‌ها، صیفی‌ها</p>

<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب ابزار و ماشین آلات متناسب با نوع مواد اولیه - خرد کردن سبزی ها طبق دستورالعمل مربی - خرد کردن میوه ها(خرد کردن، ریز کردن، نگینی کردن) - خرد کردن صیفی ها - بسته بندی مواد خرد شده - برچسب زدن بر روی بسته های مواد بسته بندی شده - جایدهی مواد طبق دستورالعمل مربی - رعایت نکات بهداشتی در حین بسته بندی مواد 	
<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - آماده کردن ابزار و ماشین آلات متناسب با نوع مواد(کارد ، تخته کار، چرخ گوشت و ...) - نحوه تمیز کردن انواع گوشت(قرمز، مرغ، ماهی و ...) - نحوه آماده کردن انواع گوشت(قرمز، مرغ، ماهی و ...) - نحوه استفاده از چرخ گوشت - نحوه بسته بندی گوشت ها بر حسب نوع مصرف و تعداد نفرات - نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار 	
<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب ابزار و ماشین آلات متناسب با نوع مواد - تمیز و خرد کردن مرغ به قطعات مناسب - تمیز و خرد کردن گوشت قرمز به قطعات مناسب - تمیز و خرد کردن ماهی به قطعات مناسب - بسته بندی مرغ بر حسب نوع مصرف و تعداد نفرات - بسته بندی گوشت قرمز بر حسب نوع مصرف و تعداد نفرات - بسته بندی ماهی بر حسب نوع مصرف و تعداد نفرات - زدن برچسب روی هر یک از بسته ها با تعیین نوع مصرف گوشت و تاریخ آن - رعایت نکات بهداشتی در حین کار 	<p>خرد کردن و چرخ کردن گوشت</p>
<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل لازم متناسب با نوع کار - انواع پاک کننده و شوینده متناسب با نوع کار - ضرورت تمیز کردن و ضد عفونی کردن - نحوه تمیز کردن ابزار، ظروف و سطوح - نحوه تمیز کردن چرخ گوشت 	
<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب مواد پاک کننده و شوینده متناسب با نوع کار - شستن ابزار و ظروف با مواد شوینده مناسب - خشک کردن ابزار و ظروف و قرار دادن آن ها در جای مناسب - باز کردن قطعات چرخ گوشت - شستن قطعات چرخ گوشت با مواد شوینده مناسب - خشک کردن قطعات چرخ گوشت - سوار کردن قطعات چرخ گوشت و قرار دادن در جای مناسب - تمیز کردن سطوح آشپز خانه با مواد پاک کننده مناسب 	<p>تمیز کاری ابزار، ظروف و سطوح</p>

فهرست و آرسی از شایستگی مهارت: آماده سازی مواد اولیه خام (سبزی‌ها، میوه‌ها، صیفی‌ها، گوشت)

نام و نام خانوادگی دانش آموز: رشته: پایه: تاریخ آزمون نوبت دوم:

اجزای شایستگی	آیتم‌های ارزیابی	به طور مستقل و صحیح انجام می‌دهد.	با راهنمایی کلامی مربی به طور صحیح انجام می‌دهد.	به طور صحیح انجام نمی‌دهد.
شست و شوی مواد اولیه غذایی	- انواع مواد ضد عفونی کننده مناسب را انتخاب می کند.			
	- ابزار، وسایل و مواد شوینده مناسب را انتخاب می کند.			
	- لباس کار مناسب می پوشد.			
	- دست ها را طبق دستور مربی می شوید.			
	- سبزی ها را طبق دستور مربی شسته و ضد عفونی می کند.			
	- میوه ها را طبق دستور مربی شسته و ضد عفونی می کند.			
	- صیفی ها را طبق دستور مربی شسته و ضد عفونی می کند.			
	- گوشت ها را به درستی می شوید.			
	- مواد اولیه غذایی را به درستی خشک می کند.			
	- مواد اولیه غذایی را در ظرف های مناسب نگهداری می کند.			
خرد کردن سبزی‌ها، میوه ها، صیفی‌ها	- ابزار ، وسایل و ماشین آلات مناسب را انتخاب می کند.			
	- لباس کار مناسب می پوشد.			
	- دست ها را طبق دستور مربی می شوید.			
	- سبزی ها را به قطعات مناسب خرد می کند.			
	- میوه ها را به قطعات مناسب خرد می کند.			
	- صیفی ها را به قطعات مناسب خرد می کند.			
	- سبزی ها را بر حسب نوع مصرف و تعداد نفرات بسته بندی می کند.			
	- میوه ها را بر حسب نوع مصرف و تعداد نفرات بسته بندی می کند.			
	- صیفی ها را بر حسب نوع مصرف و تعداد نفرات بسته بندی می کند.			
	- روی هر یک از بسته های سبزی، میوه و صیفی ها را با تعیین نوع مصرف و تاریخ آن، برچسب می زند.			
- نکات بهداشتی را در حین کار رعایت می کند.				

			- ابزار ، وسایل و ماشین آلات مناسب را انتخاب می کند.	خرد کردن و چرخ کردن گوشت
			- لباس کار مناسب می پوشد.	
			- دست ها را طبق دستور مری می شوید.	
			- مرغ را تمیز و به قطعات مناسب خرد می کند.	
			- گوشت قرمز را تمیز و به قطعات مناسب خرد می کند.	
			- ماهی را تمیز و به قطعات مناسب خرد می کند.	
			- مرغ خرد شده را بر حسب نوع مصرف و تعداد نفرات بسته بندی می کند.	
			- گوشت قرمز خرد شده را بر حسب نوع مصرف و تعداد نفرات بسته بندی می کند.	
			- ماهی خرد شده را بر حسب نوع مصرف و تعداد نفرات بسته بندی می کند.	
			- روی هر یک از بسته های گوشت را با تعیین نوع مصرف گوشت و تاریخ آن، برچسب می زند.	
			- نکات بهداشتی و ایمنی را در حین کار رعایت می کند.	
			- انواع مواد شست و شوی مناسب را انتخاب می کند.	
			- ابزار، وسایل و مواد شوینده مناسب را انتخاب می کند.	
			- لباس کار مناسب می پوشد.	
			- ابزار و ظروف را با مواد شوینده مناسب می شوید.	
			- ابزار و ظروف را با دستمال تمیز خشک می کند.	
			- ابزار و ظروف خشک شده را در جای مناسب می گذارد.	
			- قطعات قابل شست و شو و متحرک چرخ گوشت را از دستگاه اصلی جدا می کند.	
			- قطعات چرخ گوشت را با مواد شوینده مناسب می شوید.	
			- قطعات شسته شده را با دستمال تمیز خشک می کند.	
			- قطعات چرخ گوشت را در جای خود سوار می کند	
			- سطوح آشپزخانه را با مواد شوینده مناسب می شوید.	
			- سطوح آشپزخانه را خشک می کند.	
			- نکات بهداشتی و ایمنی را در حین کار رعایت می کند.	
				نمره عملی دانش آموز:
تاریخ و امضاء:				نام و نام خانوادگی هنر آموز:

شایستگی مهارت: تهیه انواع سوپ

شرح شایستگی مهارت: این پودمان توانایی تهیه انواع سوپ (جو، ورمیشل، کرفس) را با استفاده از مواد اولیه‌ای که در اختیار دانش‌آموز قرار می‌گیرد با رعایت موارد ایمنی و بهداشتی زیرنظر مربی فراهم می‌کند.

معیار عملکرد		
<ul style="list-style-type: none"> - وسایل طبق دستورالعمل مربی انتخاب می‌شود. - مواد مورد نیاز به تعداد نفرات بر اساس دستورالعمل مربی آماده می‌شود. - جو مطابق دستورالعمل تمیز می‌شود. - اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی روشن می‌شود. - جو در ظرف مناسب ریخته شده و روی اجاق گاز قرار می‌گیرد. - بعد از پخته شدن جو سایر مواد و افزودنی‌ها به آن اضافه می‌شود. - حرارت اجاق گاز کنترل و زمان مناسب برای جا افتادن مواد در نظر گرفته می‌شود. - سوپ در ظرف مناسب ریخته و تزیین می‌شود. 	تهیه سوپ جو	عناصر شایستگی
<ul style="list-style-type: none"> - وسایل طبق دستورالعمل مربی انتخاب می‌شود. - مواد مورد نیاز به تعداد نفرات بر اساس دستورالعمل مربی آماده می‌شود. - مواد (سیب زمینی، پیاز، هویج) مطابق دستورالعمل خرد می‌شود. - اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی روشن می‌شود. - مواد سوپ در ظرف مناسب ریخته شده و روی اجاق گاز قرار می‌گیرد. - بعد از پخته شدن مواد، سایر افزودنی‌ها به آن اضافه می‌شود. - حرارت اجاق گاز کنترل و زمان مناسب برای جا افتادن مواد در نظر گرفته می‌شود. - سوپ در ظرف مناسب ریخته و تزیین می‌شود. 	تهیه سوپ ورمیشل	
<ul style="list-style-type: none"> - وسایل طبق دستورالعمل مربی انتخاب می‌شود. - مواد مورد نیاز به تعداد نفرات بر اساس دستورالعمل مربی آماده می‌شود. - مواد (کرفس، پیاز) مطابق دستورالعمل خرد می‌شود. - اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی روشن می‌شود. - مواد سوپ در ظرف مناسب ریخته شده و روی اجاق گاز قرار می‌گیرد. - بعد از پخته شدن مواد، سایر افزودنی‌ها به آن اضافه می‌شود. - حرارت اجاق گاز کنترل و زمان مناسب برای جا افتادن مواد در نظر گرفته می‌شود. - سوپ در ظرف مناسب ریخته و تزیین می‌شود. 	تهیه سوپ کرفس	
<ul style="list-style-type: none"> - وسایل کار شسته، خشک و جایدھی می‌شود. - تمیزکاری اجاق گاز و جای دهی از ضایعات و آلودگیها مطابق با دستورالعمل انجام می‌شود. 	تمیز کاری وسایل، تجهیزات و سطوح	

راهنمای آزمون	<p>ارزشیابی این شایستگی بر مبنای ۲۰ نمره می‌باشد. (ارزشیابی عملی ۱۴ نمره، کتبی ۳ نمره و ارزشیابی از رفتارهای شغلی ۳ نمره)</p> <p>نحوه محاسبه نمره پایانی آن به قرار ذیل می‌باشد.</p> <p>نمره پایانی = نمره آزمون نوبت دوم + نمره تکوینی دانش‌آموز</p> <p style="text-align: center;">۲</p> <p>نمره تکوینی دانش‌آموز شامل موارد زیر است:</p> <p>میانگین نمرات آزمون‌های مستمر نوبت اول + نمره آزمون نوبت اول + میانگین نمرات آزمون‌های مستمر نوبت دوم</p> <p style="text-align: center;">۳</p>
	<p>مفاهیم شناختی</p> <p>پیش‌نیاز</p> <p>مهارت‌های عمومی پایه تعریف شده برای ورود به دوره دوم متوسطه حرفه ای</p>
<p>پودمان‌های هم‌نیاز و پیش‌نیاز</p> <p>پاک کردن سبزی، صیفی، حبوبات، غلات و دانه‌های خشکبار</p>	<p>رفتارهای شغلی</p> <p>آراستگی ظاهری: لباس کار تمیز پوشیده می‌شود.</p> <p>نظم و ترتیب: پس از پایان کار وسایل در جای خود قرار داده می‌شود.</p> <p>مسئولیت‌پذیری: کار محوله را به درستی انجام می‌دهد.</p> <p>مهارت‌های ارتباطی: واژه‌های مربوط به کار خود را به درستی بیان می‌کند. گزارش کار خود را به مربی می‌دهد. با دیگران مؤدبانه صحبت می‌کند.</p> <p>رعایت بهداشت فردی: قبل و پس از پایان کار دست و صورت خود را می‌شوید.</p> <p>وقت‌شناسی: به موقع در کارگاه حضور پیدا می‌کند. کار خود را در زمان تعیین شده انجام می‌دهد.</p>
<p>امکانات (فضای فیزیکی)</p> <p>یک فضای کاری در حدود ۳۰ متر مربع</p>	<p>ابزار و تجهیزات</p> <p>ترازوی آشپزخانه، پیمانها و قاشق‌های اندازه‌گیری، چاقوی آشپزخانه، کاسه، سوپخوری، قاشق، چنگال، کارد، سینی، تابه، قابلمه، شعله پخش‌کن، اجاق گاز، فندک اتمی، کپسول آتش‌نشانی، یخچال و فریزر، میز کار آشپزخانه، کابینت آشپزخانه همراه با هود، آب‌چکان و سینک</p>
<p>مواد مصرفی</p> <p>مواد اولیه سوپ (جو، ورمیشل، کرفس)، روغن، مواد شوینده و ضدعفونی‌کننده</p>	<p>نرم افزار</p> <p>فیلم آموزشی مرتبط</p>
<p>نیروی انسانی</p> <p>فوق دیپلم و بالاتر در رشته تحصیلی مرتبط و یا فوق دیپلم و بالاتر در رشته کودکان استثنایی با داشتن مدرک مهارتی مرتبط از سازمان‌های متولی آموزش حرفه ای</p>	

درسی شایستگی مهارت: تهیه انواع سوپ

اجزای شایستگی	عناصر شایستگی
<p style="text-align: center;">دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل لازم جهت تهیه سوپ جو (تخته کار، چاقو، قابلمه، صافی و...) - میزان مواد مورد نیاز و افزودنی های لازم و نسبت های آن متناسب با تعداد افراد برای تهیه سوپ جو: هویج، نمک و فلفل و آویشن ، جو بلغور یا نیم کوب، گندم پوست گرفته ، شیر، کره ، آب مرغ - نحوه تهیه سوپ جو: - پاک کردن جو بلغور و شستن آن - بعد از شستن در ظرفی مناسب ریخته و با آب ولرم ۲۴ ساعت بگذارید تا خیس بخورد. - گاز را روشن کرده و قابلمه جو را روی حرارت بگذارید. زمان دهید تا کاملا پخته و له شود. - بعد از پخت کامل بلغور و گندم آن را از صافی رد کرده تا پوسته آن گرفته شود و شیره آن جدا شود. - در قابلمه مناسب کره ریخته روی حرارت قرار دهید. - گاز را مجددا روشن کرده و قابلمه را روی حرارت قرار دهید کمی که کره آب شد نمک، جو و گندم صاف شده را ریخته ، آب مرغ و شیر را اضافه کرده بگذارید تا کاملا غلیظ شود. - هویج را پوست کرده شسته و سپس آن را روی تخته کار با چاقو ریز خرد کنید. - حال قابلمه مناسب را انتخاب کرده و هویج ها را با کمی آب در قابلمه بریزید. - اجاق گاز را روشن کرده و قابلمه ای که هویج داخل آن است بگذارید روی حرارت تا کاملا پخته شود. بعد از پختن شدن از صافی رد کرده به مواد اصلی سوپ اضافه کنید. - در نهایت نمک و فلفل و آویشن سوپ را دوباره ریخته و چک کنید. - در ظرف مناسب سوپ را ریخته و با کمی جعفری خرد شده که از قبل آماده کرده اید برای تزئین استفاده کنید. 	<p>تهیه سوپ جو</p>
<p style="text-align: center;">مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - پوشیدن لباس کار مناسب و پیشبند - انتخاب وسایل کار مناسب برای تهیه سوپ جو - آماده کردن مواد اولیه به میزان مورد نیاز - پاک کردن بلغور و گندم و خیساندن آن - پاک کردن و شستشوی مواد اولیه و خرد کردن آنها - انتخاب ظروف مناسب برای تهیه سوپ جو - انجام مراحل پخت سوپ جو - ریختن سوپ در ظرفی مناسبی و تزئین آن 	
<p style="text-align: center;">دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل لازم جهت تهیه سوپ ورمیشل (تخته کار، چاقو، قابلمه، تابه، و...) - میزان مواد مورد نیاز و سایر افزودنی های لازم و نسبت های آن متناسب با تعداد افراد برای تهیه سوپ ورمیشل - لوبیا سبز ، پیما نه ، سیب زمینی، سیر ۱-۲ حبه، رب گوجه فرنگی ، فلفل سوجوری ، زرده تخم مرغ ۲ عدد ، 	<p>تهیه سوپ ورمیشل</p>

نعناع و ترخان هرکدام ۱ قاشق سوپخوری ، ورمیشل ۲۵۰ گرم ، آب گوشت ۴ پیمانه، نمک و فلفل

- نحوه تهیه سوپ ورمیشل:

- پاک کردن لوبیا سبز و شستن آن
- لوبیا ها را بعد از خشک شدن روی تخته کاربا چاقو ریز خرد کرده.
- اجاق گاز را روشن کرده و قابلمه مناسب برداشته و د ر آن آب ریخته تا بجوشد. سپس لوبیاها را داخل آن بریزید. بعد از گذشت زمان ۴-۵ دقیقه زیر اجاق گاز را خاموش کرده لوبیا ها را آبکش کرده و در کاسه ای که داخل آن آب سرد است بریزید تا در چند دقیقه لوبیا سرد شود.
- حال سیب زمینی ها را شسته و بعد از آن پوست گیری نمایید.
- سیب زمینی ها را روی تخته کار با چاقو ریز خرد نمائید.
- قابلمه ای مناسب برای تهیه سوپ انتخاب کنید.
- اجاق گاز را روشن کرده قابلمه را روی حرارت ملایم قرار دهید.
- روغن را داخل قابلمه ریخته بعد از گرم شدن به آن سیرا اضافه کنید.
- بعد از آن که بوی سیر سرخ شده بلند شد و کمی طلایی شد لوبیا را اضافه کرده، تفت دهید.
- سیب زمینی را به قابلمه اضافه کنید و بعد از چند دقیقه که روی حرارت سرخ شد رب گوجه فرنگی را اضافه کنید تا کمی سرخ شود.
- آب گوشت را اضافه کرده و بگذارید تا مواد پخته شود.
- حال نعناع و ترخان را پاک کرده، شسته و بعد از خشک شدن روی تخته کاربا چاقو خوب ریز خرد نمائید.
- بعد از آن که تمام مواد داخل سوپ پخته شد ورمیشل را اضافه نمایید.
- بعد از پخت ورمیشل سبزی ها را اضافه نمایید.
- زیر حرارت را خاموش نمایید تا حدی که کمی از حرارت سوپ بیافتد.
- در کاسه کوچک زرده تخم مرغ و مقداری نمک و فلفل را خوب با چنگال بزنید.
- مقداری از سوپ را آهسته آهسته با ملاقه به کاسه حاوی زرده تخم مرغ اضافه کرده تا آهسته آهسته زرده بامواد داخل سوپ مخلوط شود(اصلا نباید زرده تکه تکه در سوپ دیده شود)
- بعد از حل شدن زرده در بخشی از سوپ تمام کاسه را به قابلمه منتقل کنید.
- حال دوباره زیر اجاق گاز را روشن کنید.
- قابلمه را روی حرارت قرار دهید تا کاملا سوپ جا بیافتد بعد از چک کردن نمک و فلفل سوپ ، سوپ آماده ریختن در ظرف پذیرایی است با مقداری نعناع تزئین نمایید.

مهارت:

- پوشیدن لباس کار مناسب و پیشبند
- آماده کردن مواد اولیه به میزان مورد نیاز
- انتخاب وسایل کار مناسب برای تهیه سوپ ورمیشل
- پاک کردن و شستشوی مواد اولیه و خرد کردن آنها
- روشن کردن اجاق گاز برقی یا گازی
- انتخاب ظروف مناسب برای تهیه سوپ ورمیشل
- انجام تمام مراحل پخت سوپ ورمیشل
- ریختن سوپ در ظرفی مناسب و تزئین آن

دانش:

- ابزار و وسایل لازم جهت تهیه سوپ کرفس (چاقو، تخته کار، رنده، قابلمه، لگن، سب و...)
- میزان مواد مورد نیاز و افزودنی های لازم و نسبت های آن متناسب با تعداد افراد برای تهیه سوپ کرفس
- آب گوشت ۵ پیمانه، آرد ۲ قاشق سوپخوری، شیر پر چرب ۱ پیمانه، هویج خرد شده ۱/۲ پیمانه، پیاز ریز خرد شده ۱/۴ پیمانه، کرفس ریز خرد شده ۱ پیمانه، نمک و فلفل به مقدار لازم، و جعفری برای تزئین
- نحوه تهیه سوپ کرفس:
- پیاز، کرفس، هویج و جعفری را پاک کرده، شسته و آن ها را در آب کش ریخته تا آب اضافی آن کشیده شود و سپس هویج را با رنده ریز و پیاز، کرفس و جعفری را بر روی تخته کار خرد کنید.
- قابلمه مناسب را انتخاب کنید.
- اجاق گاز را روشن نمایید.
- قابلمه را روی حرارت گذاشته و کره را در آن بریزید.
- بعد از آب شدن کره به آن پیاز، کرفس و هویج را اضافه کرده و کمی تفت دهید.
- به مواد تفت داده شده آرد را اضافه کرده تا زمانی که بوی سرخ شدن آرد را احساس کنید.
- در این زمان آب گوشت و شیر را اضافه کرده.
- بعد از اینکه سوپ غلیظ شد نمک و فلفل آن را تست کنید.
- بعد از پخت کامل کرفس، هویج و غلیظ شدن سوپ، آن در ظرف پذیرایی ریخته و روی آن را با جعفری که قبلاً خرد کرده اید، تزئین کنید.

تهیه سوپ کرفس

مهارت:

- پوشیدن لباس کار مناسب و پیشبند
- آماده کردن مواد اولیه برای تهیه سوپ
- انتخاب وسایل کار مناسب برای تهیه سوپ کرفس
- پاک کردن و شست و شوی مواد اولیه و خرد کردن آنها
- روشن کردن اجاق گاز برقی یا گازی
- انجام مراحل تهیه سوپ کرفس
- ریختن سوپ در ظرفی مناسب و تزئین آن

نکات ایمنی حین کار

- رعایت بهداشت و نظافت فردی و کارگاهی
- رعایت بهداشت فیزیکی بدن ضمن کار (اصول ارگونومی)
- استفاده از ماسک، کلاه و لباس کار مناسب
- رعایت نکات ایمنی هنگام تمیز کردن ویا کار با وسایل برنده (چاقو، رنده و ...)
- اجتناب از انداختن کبریت نیمه سوخته بر روی زمین
- رعایت نکات ایمنی ضمن کار با اجاق گاز و مواد داغ
- رعایت نکات ایمنی به هنگام کنترل پریز و سیم های برق
- قراردادن وسایل در جای خود پس از اتمام کار

<p>- علاقه مندی به کار - دقت، توجه و سرعت هنگام کار - صرفه جویی در مواد مصرفی</p>	<p>نگرش</p>
<p>- تفکیک زباله تر از خشک</p>	<p>توجهات زیست محیطی</p>
<p>ابزار و تجهیزات: - ترازوی آشپزخانه، پیمانه ها و قاشق های اندازه گیری، چاقوی آشپزخانه، کاسه، سوپخوری، قاشق، چنگال کارد، سینی، تابه، قابلمه، شعله پخش کن، اجاق گاز، فندک اتمی، کپسول آتش نشانی، یخچال و فریزر، میز کار آشپزخانه، کابینت آشپزخانه همراه با هود، آب چکان و سینک</p> <p>مواد مصرفی: - مواد اولیه سوپ (جو، ورمیشل، کرفس)، روغن، مواد شوینده و ضد عفونی کننده</p>	<p>تجهیزات، ابزار و مواد مصرفی</p>
<p>- خواندن و نوشتن اعداد و کلمات</p>	<p>دانش پایه (غیر فنی)</p>

فهرست واریسی از شایستگی مهارت: تهیه انواع سوپ

نام و نام خانوادگی دانش آموز:	رشته:	پایه:	تاریخ آزمون نوبت دوم:		
				اجزای پودمان	
				آیتم های ارزیابی	
				به طور مستقل و صحیح انجام می دهد.	با راهنمایی کلامی مربی به طور صحیح انجام می دهد.
					به طور صحیح انجام نمی دهد.
				بر اساس دستور مربی، وسایل تهیه سوپ جو را انتخاب می کند.	
				مواد مورد نیاز را بر اساس دستورالعمل مربی و تعداد افراد آماده می کند.	
				جو را تمیز می کند.	
				با رعایت نکات ایمنی، اجاق گاز را روشن می کند و حرارت آن را تنظیم می کند.	
				جو را در ظرف مناسب می ریزد و بر اساس دستورالعمل می ریزد.	
				سایر مواد و افزودنی ها را پس از پخته شدن جو، به آن اضافه می کند.	
				سوپ آماده شده را در ظرف مناسب می ریزد.	
				نکات بهداشتی و ایمنی را در حین کار رعایت می کند.	
				بر اساس دستور مربی، وسایل تهیه سوپ ورمیشل را انتخاب می کند.	
				مواد مورد نیاز را بر اساس دستورالعمل مربی و به تعداد افراد آماده می کند.	
				سیب زمینی، پیاز و هویج را بر اساس دستورالعمل مربی خرد می کند.	
				با رعایت نکات ایمنی، اجاق گاز را روشن می کند و حرارت آن را تنظیم می کند.	
				مواد سوپ را در ظرف مناسبی ریخته و بر روی اجاق گاز قرار می دهد.	
				پس از پخته شدن، سایر افزودنی ها را به آن اضافه می کند.	
				زمان و حرارت لازم برای جا افتادن سوپ را کنترل می کند.	
				سوپ آماده شده را در ظرف مناسب می ریزد.	
				نکات بهداشتی و ایمنی را در حین کار، رعایت می کند.	
				بر اساس دستور مربی، وسایل تهیه سوپ کرفس را انتخاب می کند.	
				مواد مورد نیاز را بر اساس دستورالعمل مربی و به تعداد افراد آماده می کند.	
				کرفس و پیاز را بر اساس دستورالعمل مربی، خرد می کند.	
				با رعایت نکات ایمنی، اجاق گاز را روشن می کند و حرارت آن را تنظیم می کند.	
				مواد سوپ را در ظرف مناسبی ریخته و بر روی اجاق گاز قرار می دهد.	
				تهیه سوپ جو	
				تهیه سوپ ورمیشل	
				تهیه سوپ کرفس	

			پس از پخته شدن مواد، سایر افزودنی ها را به آن اضافه می کند.	
			زمان و حرارت لازم برای جا افتادن سوپ را کنترل می کند.	
			سوپ آماده شده را در ظرف مناسب می ریزد.	
			نکات بهداشتی و ایمنی را در حین کار، رعایت می کند.	
			مواد پاک کننده و شوینده مناسب با نوع کار را انتخاب می کند.	تمیز کاری وسایل، تجهیزات و سطوح
			وسایل و ظروف را (پس از شستن و خشک کردن) در جای خود قرار می دهد.	
			لکه و مواد غذایی بر جای مانده بر روی اجاق گاز را شسته و خشک می کند.	
			سطوح و کف آشپزخانه را شسته و خشک می کند.	
نمره عملی دانش آموز:				
تاریخ و امضاء:			نام و نام خانوادگی هنر آموز:	

شایستگی مهارت: تهیه انواع کوکو

شرح شایستگی مهارت: این پودمان توانایی تهیه انواع کوکو (کوکوسبزی، سیب زمینی، کدو، لوبیا) را با استفاده از مواد اولیه‌ای که در اختیار دانش‌آموز قرار می‌گیرد با رعایت موارد ایمنی و بهداشتی زیر نظر مربی فراهم می‌کند.

عناصر شایستگی	معیار عملکرد
تهیه کوکوسبزی	<ul style="list-style-type: none"> - وسایل طبق دستورالعمل مربی انتخاب می‌شود. - مواد مورد نیاز به تعداد نفرات بر اساس دستورالعمل مربی آماده می‌شود. - سبزی کوکو مطابق دستورالعمل تمیز می‌شود. - سبزی به طور مناسب شسته می‌شود. - سبزی به شکل مناسب خرد می‌شود. - مواد مورد نیاز به سبزی اضافه و مخلوط می‌شود. - اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی روشن می‌شود. - روغن به اندازه مناسب در ظرف ریخته می‌شود. - پس از داغ شدن روغن مواد داخل ظرف ریخته می‌شود. - حرارت اجاق گاز کنترل و زمان مناسب برای سرخ شدن کوکو کنترل می‌شود. - کوکو به طور مناسب در ظرف چیده می‌شود.
تهیه کوکو سیب زمینی	<ul style="list-style-type: none"> - وسایل طبق دستورالعمل مربی انتخاب می‌شود. - مواد مورد نیاز به تعداد نفرات بر اساس دستورالعمل مربی آماده می‌شود. - سیب زمینی پخته و رنده می‌شود. - سایر مواد مورد نیاز به سیب زمینی اضافه و مخلوط می‌شود. - اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی روشن می‌شود. - روغن به اندازه مناسب در ظرف ریخته می‌شود. - پس از داغ شدن روغن مواد داخل ظرف ریخته می‌شود. - حرارت اجاق گاز کنترل و زمان مناسب برای سرخ شدن کوکو کنترل می‌شود. - کوکو به طور مناسب در ظرف چیده می‌شود.
تهیه کوکو کدو	<ul style="list-style-type: none"> - وسایل طبق دستورالعمل مربی انتخاب می‌شود. - مواد مورد نیاز به تعداد نفرات بر اساس دستورالعمل مربی آماده می‌شود. - کدو رنده و آب اضافی آن گرفته می‌شود. - سایر مواد مورد نیاز به کدو اضافه می‌شود. - ظرف مناسب برای تهیه کوکو انتخاب می‌شود. - اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی روشن می‌شود. - روغن به اندازه مناسب در ظرف ریخته می‌شود. - پس از داغ شدن روغن مواد داخل ظرف ریخته می‌شود. - حرارت اجاق گاز کنترل و زمان مناسب برای سرخ شدن کوکو کنترل می‌شود. - کوکو به طور مناسب در ظرف چیده می‌شود.

<ul style="list-style-type: none"> - وسایل طبق دستورالعمل مربی انتخاب می شود. - مواد مورد نیاز به تعداد نفرات بر اساس دستورالعمل مربی آماده می شود. - لوبیا سبز تمیز، شسته و ریز خرد می شود. - سایر مواد مورد نیاز به لوبیا اضافه می شود. - ظرف مناسب برای تهیه کوکو انتخاب می شود. - اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی روشن می شود. - روغن به اندازه مناسب در ظرف ریخته می شود. - پس از داغ شدن روغن مواد داخل ظرف ریخته می شود. - حرارت اجاق گاز کنترل و زمان مناسب برای سرخ شدن کوکو کنترل می شود. - کوکو به طور مناسب در ظرف چیده می شود. 	تهیه کوکو لوبیا سبز	
<ul style="list-style-type: none"> - ابزار و ظروف شسته، خشک و جایدهی می شود. - تمیزکاری اجاق گاز و سطوح از ضایعات و آلودگیها مطابق با دستورالعمل انجام می شود. 	تمیزکاری ابزار، ظروف، تجهیزات و سطوح	
<p>ارزشیابی این شایستگی بر مبنای ۲۰ نمره می باشد. (عملی ۱۴ نمره، کتبی ۳ نمره و رفتارهای وابسته به شغل ۳ نمره)</p> <p>نحوه محاسبه نمره پایانی آن به قرار ذیل است:</p> <p>نمره پایانی = نمره آزمون نوبت دوم + نمره تکوینی دانش آموز *</p> <p style="text-align: center;">۲</p> <p>* نمره تکوینی دانش آموز شامل موارد زیر است:</p> <p>میانگین نمرات آزمون های مستمر نوبت اول + نمره آزمون نوبت اول + میانگین نمرات آزمون های مستمر نوبت دوم</p> <p style="text-align: center;">۳</p>		راههای آزمون
مهارت های عمومی پایه تعریف شده برای ورود به دوره دوم متوسطه حرفه ای	مفاهیم شناختی پیش نیاز	
هم نیاز اخلاق حرفه ای	پودمان های هم نیاز و پیش نیاز	
<p>آراستگی ظاهری: لباس کار تمیز پوشیده می شود.</p> <p>نظم و ترتیب: پس از پایان کار وسایل در جای خود قرار داده می شود.</p> <p>مسئولیت پذیری: کار محوله را به درستی انجام می دهد.</p> <p>مهارت های ارتباطی: واژه های مربوط به کار خود را به درستی بیان می کند. گزارش کار خود را به مربی می دهد. با دیگران مودبانه صحبت می کند.</p> <p>رعایت بهداشت فردی: قبل و پس از پایان کار دست و صورت خود را می شوید.</p> <p>وقت شناسی: به موقع در کار گاه حضور پیدا می کند. کار خود را در زمان تعیین شده انجام می دهد.</p>	رفتارهای شغلی	
یک فضای کاری در حدود ۳۰ متر مربع	امکانات (فضای فیزیکی)	

<p>ترازوی آشپزخانه، پیمانۀ ها و قاشق های اندازه گیری، چاقوی آشپزخانه، کاسه، سبد، قاشق، چنگال، کارد، سینی، رنده، تابه، شعله پخش کن، همزن، اجاق گاز، فندک اتمی، کپسول آتش نشانی، یخچال و فریزر، میز کار آشپزخانه، کابینت آشپزخانه همراه با هود، آب چکان و سینک</p>	<p>تجهیزات و ابزار</p>
<p>مواد اولیه (کوکو سبزی، کوکوسیب زمینی، کوکو لوبیا، کدو)، روغن مواد شوینده و ضد عفونی کننده</p>	<p>مواد مصرفی</p>
<p>فیلم آموزشی مرتبط</p>	<p>نرم افزار</p>
<p>فوق دیپلم و بالاتر در رشته تحصیلی مرتبط و یا فوق دیپلم و بالاتر در رشته کودکان استثنایی با داشتن مدرک مهارتی مرتبط از سازمان های متولی آموزش حرفه ای</p>	<p>نیروی انسانی</p>

برنامه درسی شایستگی مهارت: تهیه انواع کوکو

عناصر شایستگی	اجزای شایستگی
تهیه کوکوسبزی	<p style="text-align: right;">دانش:</p> <p>- ابزار و وسایل لازم جهت تهیه کوکوسبزی (تخته کار، چاقو، سبزی خردکن، همزن، کاسه، تابه و...)</p> <p>- میزان مواد اولیه و افزودنی های لازم و نسبت های آن متناسب با تعداد افراد برای تهیه کوکوسبزی (سبزی کوکو (تره، جعفری، گشنیز، شوید)، چند برگ کاهو و سیر تازه، تخم مرغ به تعداد مورد نیاز، روغن به مقدار لازم، زرشک و گردو در صورت تمایل، نمک، فلفل، زرد چوبه به مقدار لازم، آرد شیرینی پزی ۱ تا ۲ قاشق غذاخوری)، گوجه فرنگی برای تزئین</p> <p>- اهمیت پوشیدن لباس کار مناسب و پیش بند.</p> <p>- نحوه آماده کردن مواد کوکو سبزی (پاک کردن، شستن و ضدعفونی کردن سبزی، خردکردن آن بعد از خشک شدن، ریختن سبزی در کاسه ای مناسب و اضافه کردن سایر مواد، ترکیب مواد سبزی با همزن، اضافه کردن آرد به مواد جهت یکدست شدن آن،</p> <p style="text-align: right;">نکته ها:</p> <ul style="list-style-type: none"> • استفاده از چند برگ کاهو باعث پوک شدن کوکوسبزی می شود. • تخم مرغ ها را شسته و سپس دانه دانه در کاسه کوچکی بشکنید و بعد از کنترل تخم مرغ ها آن را به کاسه اصلی که برای کوکو انتخاب کرده اید بریزید. • در صورت استفاده از سبزی فریز شده باید آب اضافه سبزی بعد از یخ زدایی (در صورت آب دار بودن) گرفته شود. <p>- نحوه پخت کوکو سبزی (انتخاب تابه مناسب، روشن کردن اجاق گاز و گذاشتن تابه روی آن، ریختن روغن در تابه پس از گرم شدن آن، ریختن مواد کوکو داخل تابه و صاف کردن سطح آن، گذاشتن درب تابه و کم کردن حرارت، دادن زمان برای پخت کوکو، برش زدن و برگرداندن کوکو پس از سرخ شدن یک طرف)</p> <p>- نحوه تشخیص پخت کوکو</p> <p>- نحوه تزئین کوکو (گذاشتن در ظرفی مناسب و تزئین آن با گوجه فرنگی و جعفری خرد شده و...)</p>
	<p style="text-align: right;">مهارت:</p> <p>- پوشیدن لباس کار مناسب و پیش بند.</p> <p>- انتخاب وسایل کار مناسب برای تهیه کوکوسبزی</p> <p>- آماده کردن مواد اولیه با توجه به تعداد نفرات (پاک کردن و شستشوی مواد اولیه و خرد کردن آنها و ...)</p> <p>- انتخاب ظرف مناسب برای تهیه کوکوسبزی</p> <p>- آماده کردن مایه کوکو</p> <p>- انجام مراحل پخت کوکو</p> <p>- تشخیص پخته شدن کوکو</p> <p>- قرار دادن کوکو در ظرفی مناسب برای سرو کردن</p> <p>- تزئین کوکو با گوجه فرنگی و ...</p>
تهیه کوکو سیب زمینی	<p style="text-align: right;">دانش:</p> <p>- ابزار و وسایل لازم جهت تهیه کوکو سیب زمینی (قابلمه، چاقو، رنده ریز، کاسه، تابه و...)</p> <p>- میزان مواد اولیه و افزودنی های لازم و نسبت های آن متناسب با تعداد افراد برای تهیه کوکوسیب زمینی (سیب زمینی، تخم مرغ، روغن به مقدار لازم، زعفران و نمک و فلفل</p>

<p>- نحوه آماده کردن مواد کو کو سیب زمینی (شستن سیب زمینی و پختن آن با مقداری آب و نمک، پوست گرفتن سیب ها پس از سرد شدن و رنده کردن آن ها، اضافه کردن تخم مرغ و سایر افزودنی ها به مایه کوکو)</p> <p>- نحوه پخت کوکو سیب زمینی (انتخاب تابه مناسب، روشن کردن اجاق گاز و گذاشتن تابه روی آن، ریختن روغن در تابه پس از گرم شدن آن، ریختن مواد کوکو داخل تابه و صاف کردن سطح آن، گذاشتن درب تابه و کم کردن حرارت ، دادن زمان برای پخت کوکو، برش زدن و برگرداندن کوکو پس از سرخ شدن یک طرف)</p> <p>- نحوه تزیین کوکو(گذاشتن در ظرفی مناسب و تزیین آن با گوجه فرنگی و جعفری خرد شده و...)</p>	
<p>مهارت:</p> <p>- پوشیدن لباس کار مناسب و پیش بند.</p> <p>- انتخاب وسایل کار مناسب برای تهیه کوکوسیب زمینی</p> <p>- آماده کردن مواد اولیه با توجه به تعداد نفرات (شستن سیب زمینی و پختن آن با مقداری آب و نمک، پوست گرفتن سیب ها پس از سرد شدن و رنده کردن آن ها، اضافه کردن تخم مرغ و سایر افزودنی ها به مایه کوکو)</p> <p>- انتخاب ظرف مناسب برای تهیه کوکوسیب زمینی</p> <p>- انجام مراحل پخت کوکو</p> <p>- قرار دادن کوکو در ظرفی مناسب برای سرو کردن</p> <p>- تزیین کوکو با گوجه فرنگی و...)</p>	
<p>دانش:</p> <p>- ابزار و وسایل لازم جهت تهیه کوکو کدو (تخته کار، چاقو، رنده، صافی، تابه و...)</p> <p>- میزان مواد اولیه و افزودنی های لازم و نسبت های آن متناسب با تعداد افراد برای تهیه کوکو کدو (کدوسبز، تخم مرغ به تعداد مورد نیاز، پیاز و سیر، هویج متوسط، زعفران و نمک و فلفل و روغن به مقدار لازم)</p> <p>- نحوه آماده کردن مواد کو کو کدو(پوست گرفتن پیاز و رنده کردن آن و گرفتن آب پیاز، پوست گرفتن کدو ها و رنده کردن آن با رنده درشت، پاشیدن نمک بر روی کدوها به مدت نیم ساعت، ریختن کدوها داخل صافی ریز و گرفتن آب اضافی آن با فشار دست، رنده کردن هویج ها، ترکیب همه مواد با هم داخل کاسه و اضافه کردن تخم مرغ و سایر افزودنی ها)</p> <p>- نحوه پخت کوکو کدو (انتخاب تابه مناسب، روشن کردن اجاق گاز و گذاشتن تابه روی آن، ریختن روغن در تابه پس از گرم شدن آن، ریختن مواد کوکو داخل تابه و صاف کردن سطح آن، گذاشتن درب تابه و کم کردن حرارت ، دادن زمان برای پخت کوکو، برش زدن و برگرداندن کوکو پس از سرخ شدن یک طرف)</p> <p>- نحوه تزیین کوکو(گذاشتن در ظرفی مناسب و تزیین آن با گوجه فرنگی و جعفری خرد شده و...)</p>	<p>تهیه کوکو کدو</p>
<p>مهارت:</p> <p>- پوشیدن لباس کار مناسب و پیش بند.</p> <p>- انتخاب وسایل کار مناسب برای تهیه کوکو کدو</p> <p>- آماده کردن مواد اولیه با توجه به تعداد نفرات(پوست گرفتن پیاز و رنده کردن آن و گرفتن آب پیاز، پوست گرفتن کدو ها و رنده کردن آن با رنده درشت، پاشیدن نمک بر روی کدوها به مدت نیم ساعت، ریختن کدوها داخل صافی ریز و گرفتن آب اضافی آن با فشار دست، رنده کردن هویج ها، ترکیب همه مواد با هم داخل کاسه و اضافه کردن تخم مرغ ها و سایر افزودنی ها)</p>	

<p>- انتخاب ظرف مناسب برای تهیه کوکو کدو - انجام مراحل پخت کوکو - قرار دادن کوکو در ظرفی مناسب برای سرو کردن - تزیین کوکو با گوجه فرنگی و ...</p>	
<p style="text-align: right;">دانش:</p> <p>- ابزار و وسایل لازم جهت تهیه کوکو لوبیا سبز (تخته کار، چاقو، قابلمه، سبد، کاسه، تابه و...) - میزان مواد اولیه و افزودنی های لازم و نسبت های آن متناسب با تعداد افراد برای تهیه کوکو لوبیا سبز (لوبیاسبز، تخم مرغ به تعداد مورد نیاز، پیاز، سرخ شده به میزان لازم، گوجه فرنگی، جعفری خرد شده، خیارشور، جوش شیرین، پودر زعفران، آرد، روغن و نمک و فلفل به مقدار لازم) - نحوه آماده کردن مواد کوکو لوبیا سبز (پاک کردن و شستن لوبیا ها، خرد کردن لوبیاها روی تخته کار، ریختن آب داخل یک قابلمه مناسب و گذاشتن آن روی اجاق گاز، ریختن لوبیاها و اضافه کردن مقداری جوش شیرین و نمک داخل قابلمه پس از جوش آمدن آب، آبکش کردن لوبیاها پس از پختن، ریختن لوبیاها داخل کاسه آب سرد و رد کردن آن ها از صافی پس از ۲ و ۳ دقیقه برای خارج شدن آب اضافه، ریختن لوبیاها داخل یک کاسه مناسب، اضافه کردن پیاز داغ و سایر افزودنی ها به مواد و ترکیب آنها) - نکته: در تمام مدت پخت لوبیا سبز در ظرف را نگذارید. - نحوه پخت کوکو لوبیا سبز (انتخاب تابه مناسب، روشن کردن اجاق گاز و گذاشتن تابه روی آن، ریختن روغن در تابه پس از گرم شدن آن، ریختن مواد کوکو داخل تابه و صاف کردن سطح آن، گذاشتن درب تابه و کم کردن حرارت، دادن زمان برای پخت کوکو، برش زدن و برگرداندن کوکو پس از سرخ شدن یک طرف) - نحوه تزیین کوکو (گذاشتن در ظرفی مناسب و تزیین آن با گوجه فرنگی، خیار شور و جعفری خرد شده)</p>	<p>تهیه کوکو لوبیا سبز</p>
<p style="text-align: right;">مهارت:</p> <p>- پوشیدن لباس کار مناسب و پیش بند. - انتخاب وسایل کار مناسب برای تهیه کوکو لوبیا سبز - آماده کردن مواد اولیه با توجه به تعداد نفرات (پاک کردن و شستن لوبیا ها، خرد کردن لوبیاها روی تخته کار، ریختن آب داخل یک قابلمه مناسب و گذاشتن آن روی اجاق گاز، ریختن لوبیاها و اضافه کردن مقداری جوش شیرین و نمک داخل قابلمه پس از جوش آمدن آب، آبکش کردن لوبیاها پس از پختن، ریختن لوبیاها داخل کاسه آب سرد و رد کردن آن ها از صافی پس از ۲ و ۳ دقیقه برای خارج شدن آب اضافه، ریختن لوبیاها داخل یک کاسه مناسب، اضافه کردن پیاز داغ و سایر افزودنی ها به مواد و ترکیب آنها) - انتخاب ظرف مناسب برای تهیه کوکو لوبیا سبز - انجام مراحل پخت کوکو - قراردادن کوکو در ظرفی مناسب برای سرو کردن - تزیین کوکو با گوجه فرنگی و ...</p>	

<ul style="list-style-type: none"> - رعایت بهداشت و نظافت فردی و کارگاهی - رعایت بهداشت فیزیکی بدن ضمن کار (اصول ارگونومی) - استفاده از ماسک، کلاه و لباس کار مناسب - رعایت نکات ایمنی هنگام تمیز کردن و یا کار با وسایل برنده (چاقو ، رنده و) - اجتناب از انداختن کبریت نیمه سوخته بر روی زمین - رعایت نکات ایمنی ضمن کار با اجاق گاز و مواد داغ - رعایت نکات ایمنی به هنگام کنترل پریز و سیم های برق - قراردادن وسایل در جای خود پس از اتمام کار 	نکات ایمنی حین کار
<ul style="list-style-type: none"> - علاقه مندی به کار - دقت، توجه و سرعت هنگام کار - صرفه جویی در مواد مصرفی 	نگرش
<ul style="list-style-type: none"> - تفکیک زباله تر از خشک 	توجهات زیست محیطی
<p style="text-align: center;">ابزار و تجهیزات:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ترازوی آشپزخانه، پیمانه ها و قاشق های اندازه گیری، چاقوی آشپزخانه، کاسه، سبد، قاشق، چنگال، کارد، سینی، رنده، تابه، شعله پخش کن، همزن، اجاق گاز، فندک اتمی، کپسول آتش نشانی، یخچال و فریزر، میز کار آشپزخانه، کابینت آشپزخانه همراه با هود، آب چکان و سینک <p style="text-align: center;">مواد مصرفی:</p> <ul style="list-style-type: none"> - مواد اولیه (کوکو سبزی، کوکوسیپ زمینی، کوکو لوبیا، کوکو کدو)، روغن - مواد شوینده و ضدعفونی کننده 	تجهیزات ، ابزار و مواد مصرفی
<ul style="list-style-type: none"> - خواندن و نوشتن اعداد و کلمات 	دانش پایه (غیر فنی)

فهرست واریسی از شایستگی مهارت: تهیه انواع کوکو

نام و نام خانوادگی دانش آموز:

رشته:

پایه:

تاریخ آزمون نوبت دوم:

اجزای بودمان	آیتم های ارزیابی	به طور مستقل و صحیح انجام می دهد.	با راهنمایی کلامی مربی به طور صحیح انجام می دهد.	به طور صحیح انجام نمی دهد.
تهیه کوکو سبزی	با دستور مربی، وسیله و ابزار مناسب برای تهیه کوکو سبزی را انتخاب می کند.			
	مواد اولیه و افزودنی های لازم را با توجه به نسبت های آن، متناسب با تعداد افراد انتخاب می کند.			
	سبزی ها را تمیز می کند.			
	سبزی ها را مطابق دستورالعمل می شوید.			
	سبزی ها را به شکل مناسب خرد می کند.			
	تخم مرغ ها را مطابق دستورالعمل در ظرف مناسب می شکند.			
	مواد مورد نیاز را به سبزی اضافه و مخلوط می کند.			
	اجاق گاز را با رعایت نکات ایمنی روشن می کند.			
	به اندازه لازم در تابه روغن می ریزد.			
	پس از داغ شدن روغن مواد داخل تابه می ریزد.			
	حرارت اجاق گاز را تنظیم می کند.			
	در زمان مناسب، کوکو را پس از سرخ شدن بر می گرداند.			
	کوکوها را پس از آماده شدن در ظرف مناسب می چیند.			
روی کوکوها را با گوجه فرنگی و... تزیین می کند.				
تهیه کوکو سیب زمینی	با دستور مربی و وسیله و ابزار مناسب برای تهیه کوکوسیب زمینی را انتخاب می کند.			
	مواد اولیه و افزودنی های لازم را با توجه به نسبت های آن، متناسب با تعداد افراد انتخاب می کند.			
	سیب زمینی ها را می شوید.			
	سیب زمینی ها را در ظرف مناسب بر روی اجاق گاز می گذارد.			
	نکات ایمنی در حین کار با اجاق گاز را رعایت می کند.			
زمان لازم برای پخت سیب زمینی را رعایت می کند.				

			سیب زمینی ها را به درستی پوست می کند.	
			سیب زمینی ها را به درستی رنده می کند.	
			مواد آماده شده را در ظرف مناسب مخلوط می کند.	
			اجاق گاز را با رعایت نکات ایمنی روشن می کند.	
			به اندازه لازم در تابه روغن می ریزد.	
			پس از داغ شدن روغن مواد داخل تابه می ریزد.	
			حرارت اجاق گاز را تنظیم می کند.	
			در زمان مناسب کوکو را پس از سرخ شدن بر می گرداند.	
			کوکوها را پس از آماده شدن در ظرف مناسب می چیند.	
			روی کوکوها را با گوجه فرنگی و... تزیین می کند.	
			با دستور مربی وسیله و ابزار مناسب برای تهیه کوکو سبزی را انتخاب کنید.	
			مواد اولیه و افزودنی های لازم را با توجه به نسبت های آن، متناسب با تعداد افراد انتخاب می کند.	
			کدو را تمیز می شوید.	
			کدو ها را به درستی رنده می کند.	
			سایر مواد مورد نیاز به کدو را اضافه و مخلوط می کند.	
			اجاق گاز را با رعایت نکات ایمنی روشن می کند.	
			به اندازه لازم در تابه روغن می ریزد.	
			پس از داغ شدن روغن مواد داخل تابه می ریزد.	
			حرارت اجاق گاز را تنظیم می کند.	
			در زمان مناسب کوکو را پس از سرخ شدن بر می گرداند.	
			کوکوها را پس از آماده شدن در ظرف مناسب می چیند.	
			روی کوکوها را با گوجه فرنگی و... تزیین می کند.	
			با دستور مربی وسیله و ابزار مناسب برای تهیه کوکو سبزی را انتخاب کنید.	
			مواد اولیه و افزودنی های لازم را با توجه به نسبت های آن متناسب با تعداد افراد انتخاب می کند.	
			لوبیا را تمیز می شوید.	
			لوبیا ها را خرد می کند.	

تهیه کوکو کدو

تهیه کوکو

لوبیا سبز

			سایر مواد مورد نیاز را به لوبیاها اضافه و مخلوط می کند.	
			اجاق گاز را با رعایت نکات ایمنی روشن می کند.	
			به اندازه لازم در تابه روغن می ریزد.	
			پس از داغ شدن روغن مواد داخل تابه می ریزد.	
			حرارت اجاق گاز را تنظیم می کند.	
			در زمان مناسب کوکو را پس از سرخ شدن بر می گرداند.	
			کوکوها را پس از آماده شدن در ظرف مناسب می چیند.	
			روی کوکوها را با گوجه فرنگی و... تزیین می کند.	
			مواد پاک کننده و شوینده مناسب با نوع کار را انتخاب می کند.	
			ابزار و ظروف را می شوید.	
			ابزار و ظروف را خشک می کند.	
			ابزار و ظروف را پس از خشک کردن در جای مناسب قرار می دهد.	
			اجاق گاز را تمیز می کند.	
			سطوح را با مواد شوینده تمیز می کند.	
نمره عملی دانش آموز:				
تاریخ و امضاء:			نام و نام خانوادگی هنر آموز:	

شایستگی مهارت: تهیه چلو و چند نوع پلوی ساده (چلو، پلوی ساده، عدس پلو، رشته پلو، شوید باقلا پلو، کته استانبولی)

شرح شایستگی مهارت: این پودمان توانایی طبخ انواع پلو را با استفاده از مواد اولیه که در اختیار دانش آموز قرار می‌گیرد با رعایت موارد ایمنی و بهداشتی زیر نظر مربی فراهم می‌کند.

معیار عملکرد		
<ul style="list-style-type: none"> - با رعایت نکات ایمنی اجاق گاز روشن می‌شود. - آب به میزان مناسب درون قابلمه ریخته می‌شود. - برنج بعد از ریخته شدن نمک در آب جوش ریخته می‌شود. - برنج در زمان مناسب مطابق دستورالعمل آبکش می‌شود. - ظرف مناسب انتخاب می‌شود. - ته‌دیگ مناسب (نان، سیب زمینی و ...) آماده می‌شود. - برنج مطابق دستورالعمل در قابلمه ریخته می‌شود. - افزودنی‌های مناسب مطابق با دستورالعمل به برنج اضافه می‌شود. - در زمان مناسب برنج دم می‌شود. - مغز پخت بودن برنج کنترل می‌شود. - برنج در ظرف مناسب ریخته می‌شود. - برنج در صورت نیاز تزئین می‌شود. 	تهیه چلو	عناصر شایستگی
<ul style="list-style-type: none"> - آب به میزان مناسب درون قابلمه ریخته می‌شود. - عدس را تمیز کرده و می‌پزد. - مواد افزودنی به عدس پلو مطابق دستورالعمل تهیه می‌شود. - برنج بعد از ریخته شدن نمک در آب جوش ریخته می‌شود. - عدس در زمان مناسب به برنج اضافه می‌شود. - برنج در زمان مناسب مطابق دستورالعمل آبکش می‌شود. - ته‌دیگ مناسب (نان، سیب زمینی و ...) آماده می‌شود. - در زمان مناسب عدس پلو دم می‌شود. - مغز پخت بودن برنج کنترل می‌شود. - سایر مواد عدس پلو مطابق دستورالعمل آماده می‌شود. - افزودنی‌های مورد نیاز به مواد اضافه می‌شود. - عدس پلو در ظرف مناسب ریخته می‌شود. - عدس پلو با موادگوشتی آماده شده تزئین می‌شود. 	عدس پلو	

<ul style="list-style-type: none"> - آب به میزان مناسب درون قابلمه ریخته می‌شود. - برنج بعد از ریخته شدن نمک در آب جوش ریخته می‌شود. - رشته در زمان مناسب به برنج اضافه می‌شود. - برنج در زمان مناسب مطابق دستورالعمل آبکش می‌شود. - ته‌دیگ مناسب (نان، سیب زمینی و ...) آماده می‌شود. - در زمان مناسب پلو دم می‌شود. - مغز پخت بودن برنج کنترل می‌شود. - سایر مواد رشته پلو مطابق دستورالعمل آماده می‌شود. - افزودنی های مورد نیاز به مواد اضافه می‌شود. - رشته پلو در ظرف مناسب ریخته می‌شود. - رشته پلو با موادگوشتی آماده شده تزیین می‌شود. 	رشته پلو	
<ul style="list-style-type: none"> - آب به میزان مناسب درون قابلمه ریخته می‌شود. - برنج بعد از ریخته شدن نمک در آب جوش ریخته می‌شود. - باقلای نیم پز در زمان مناسب به برنج اضافه می‌شود. - برنج در زمان مناسب مطابق دستورالعمل آبکش می‌شود. - شوید با برنج مخلوط می‌شود. - ته‌دیگ مناسب (نان، سیب زمینی و ...) آماده می‌شود. - در زمان مناسب پلو دم می‌شود. - مغز پخت بودن برنج کنترل می‌شود. - زعفران به میزان مناسب آماده می‌شود. - پلو زعفرانی تهیه می‌شود. - باقلا پلو در ظرف مناسب ریخته می‌شود. - باقلا پلو با برنج زعفرانی تزیین می‌شود. 	شوید باقلا پلو	
<ul style="list-style-type: none"> - سیب زمینی و پیاز مطابق دستورالعمل آماده می‌شود. - سایر افزودنی ها به مواد اضافه می‌شود. - برنج در قابلمه مناسب ریخته می‌شود. - نمک و آب روغن برنج به میزان مناسب افزوده می‌شود. - در زمان مناسب مواد سیب زمینی اضافه می‌شود. - پلو دم می‌شود. - مغز پخت بودن برنج کنترل می‌شود. - پلو در ظرف مناسب ریخته می‌شود. 	کنه استانبولی	
<ul style="list-style-type: none"> - وسایل کار شسته، خشک و جایدهی می‌شود. - اجاق گاز، سطوح و کف آشپزخانه شسته و خشک می‌شود. 	تمیز کاری وسایل، تجهیزات و سطوح	

راهنامه‌ی آزمون	<p>ارزشیابی این شایستگی بر مبنای ۲۰ نمره می‌باشد. (ارزشیابی عملی ۱۴ نمره، کتبی ۳ نمره و ارزشیابی از رفتارهای شغلی ۳ نمره)</p> <p>نحوه محاسبه نمره پایانی آن به قرار ذیل می‌باشد.</p> <p>نمره پایانی = نمره آزمون نوبت دوم + نمره تکوینی دانش‌آموز</p> <p style="text-align: center;">۲</p> <p>نمره تکوینی دانش‌آموز شامل موارد زیر است:</p> <p>میانگین نمرات آزمون‌های مستمر نوبت اول + نمره آزمون نوبت اول + میانگین نمرات آزمون‌های مستمر نوبت دوم</p> <p style="text-align: center;">۳</p>
	<p>مفاهیم شناختی پیش‌نیاز</p> <p>مهارت‌های عمومی پایه تعریف شده برای ورود به دوره دوم متوسطه حرفه‌ای</p>
<p>پودمان‌های هم‌نیاز و پیش‌نیاز</p> <p>پاک کردن: برنج، عدس و باقلا؛ پوست کندن پیاز و سیب زمینی،</p>	
<p>رفتارهای شغلی</p> <p>آراستگی ظاهری: لباس کار تمیز پوشیده می‌شود.</p> <p>نظم و ترتیب: پس از پایان کار وسایل در جای خود قرار داده می‌شود.</p> <p>مسئولیت‌پذیری: کار محوله را به درستی انجام می‌دهد.</p> <p>مهارت‌های ارتباطی: واژه‌های مربوط به کار خود را به درستی بیان می‌کند. گزارش کار خود را به مربی می‌دهد. با دیگران مؤدبانه صحبت می‌کند.</p> <p>رعایت بهداشت فردی: قبل و پس از پایان کار دست و صورت خود را می‌شوید.</p> <p>وقت‌شناسی: به موقع در کارگاه حضور پیدا می‌کند. کار خود را در زمان تعیین شده انجام می‌دهد.</p>	
<p>امکانات (فضای فیزیکی)</p> <p>یک فضای کاری در حدود ۳۰ متر مربع</p>	
<p>ابزار و تجهیزات</p> <p>ترازوی آشپزخانه، پیمانه‌ها و قاشق‌های اندازه‌گیری، چاقوی آشپزخانه، کاسه، قاشق، چنگال، کارد، سینی، دیس، بشقاب، تابه، قابلمه، شعله‌پخش‌کن، اجاق‌گاز، فندک اتمی، کپسول آتش‌نشانی، یخچال و فریزر، میز کار آشپزخانه، کابینت آشپزخانه همراه با هود، آب‌چکان و سینک، دستگاه مخلوط‌کن</p>	
<p>مواد مصرفی</p> <p>مواد اولیه (چلو، عدس پلو، رشته پلو، رشته پلو، شوید باقلا پلو، استانبولی)، روغن مواد شوینده و ضد عفونی کننده</p>	
<p>نرم افزار</p> <p>فیلم آموزشی مرتبط</p>	
<p>نیروی انسانی</p> <p>فوق دیپلم و بالاتر در رشته تحصیلی مرتبط و یا فوق دیپلم و بالاتر در رشته کودکان استثنایی با داشتن مدرک مهارتی مرتبط از سازمان‌های متولی آموزش حرفه‌ای</p>	

برنامه درسی شایستگی مهارت: تهیه چلو و چند نوع پلوی ساده (چلو، پلوی ساده، عدس پلو، رشته پلو، شوید باقلا پلو، کته استانبولی)

اجزای شایستگی	عناصر شایستگی
<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل لازم جهت تهیه چلوساده (قابلمه، لگن، سبد، سینی، دیس، دم کنی و...) - میزان مواد مورد نیاز و سایر افزودنی های لازم و نسبت های آن متناسب با تعداد افراد برای تهیه چلوساده: برنج ، روغن ، نمک یا سنگ نمک - نحوه تهیه چلو: - پاک کردن برنج و انتخاب ظرف مناسب برای شستن برنج با آب ولرم. - برنج را چند بار با ملایمت شسته و آب آن را خارج کرده سپس سنگ نمک یا نمک را اضافه کرده و برنج را برای ۸ تا ۱۲ ساعت استراحت دهید. - قابلمه مناسبی را برداشته روی حرارت بگذارید. - اجاق گاز را روشن کرده داخل قابلمه، مناسب با مقدار برنج آب ریخته تا حدی که حداقل نصف قابلمه آب داشته باشد. - بعداز جوشاندن آب، برنج را از ظرف خارج کرده و سپس به آب جوش اضافه نمائید. بعداز جوشیدن دوباره آب، کمی روغن اضافه کنید. ظرف و آب باید طوری باشد که برنج به راحتی در آن حرکت کند و روی هم انباشته نشود. - بعد از پخت برنج تا حدی که سفتی آن زیر دندان احساس نشود آن را آبکش کنید و روی آن کمی آب سرد بگیرید. - قابلمه را روی حرارت گذاشته و مقداری روغن ریخته تا گرم شود سپس ته دیگ مناسب را گذاشته (ته چین - نان - کنجذ، سیب زمینی...) برنج را در قابلمه ریخته و به صورت مخروط در بیاورید. - سپس روی برنج کمی روغن و آب گرم ریخته و دم کنی گذاشته ، درب آن را محکم بگذارید تا کاملا بخار کند. - بعد از بخار دادن قابلمه حرارت زیر آن را کم کرده تا برنج کاملا دم بکشد. 	<p>تهیه چلو</p>
<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - پوشیدن لباس کار مناسب و پیشبند - انتخاب وسایل کار مناسب برای تهیه چلوساده - آماده کردن مواد به میزان مورد نیاز - پاک کردن برنج و خیساندن آن - انتخاب ظروف مناسب برای تهیه چلوساده - انجام مراحل پخت - ریختن برنج در ظرفی مناسب 	
<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل لازم جهت تهیه عدس پلو (قابلمه، لگن، سبد، سینی، دیس، تابه، هاون، دم کنی و...) - میزان مواد مورد نیاز و سایر افزودنی های لازم و نسبت های آن متناسب با تعداد افراد برای تهیه عدس پلو: عدس ۱ پیمانه ، برنج ۳ پیمانه ، گوشت چرخ کرده ۵۰۰ گرم ، پیاز ۲ عدد متوسط ، روغن ، نمک و فلفل ، زعفران ، زردچوبه ، دارچین ، پودر زیره کمی، خرما و کشمش ، پودر هل ، پودر گل سرخ - نحوه تهیه عدس پلو: - عدس را پاک کرده سپس آن ها را در ظرفی ریخته و بشویید و به مدت ۲-۴ ساعت بخیسانید. 	<p>عدس پلو</p>

- قابلمه مناسب انتخاب کرده و عدس ها را داخل آن بریزید (آب اولیه عدس را دور ریخته و مجدداً آب بریزید) تا اندازه ای که روی عدس ها را بگیرد.
- اجاق گاز را روشن نمایید.
- قابلمه را روی حرارت قرار دهید.
- مقداری نمک داخل قابلمه ریخته و بگذارید عدس ها تا حدی پخته شود که مغز آن نرم شود ولی له نشود.
- حال قابلمه مناسب برای پخت برنج را انتخاب نمایید و همانند تهیه چلو، برنج را آماده کنید. پس از آبکش کردن برنج، قابلمه مناسب را انتخاب و ته دیگ مورد علاقه خود را بگذارید. اکنون بعد از آنکه یک ردیف برنج داخل قابلمه ریخته شد روی آن عدس، کمی دارچین و خیلی کم پودر زیره، پودر هل و پودر گل سرخ ریخته و دوباره برنج بریزید (در صورت دلخواه می توان لابه لای برنج و عدس، گوشت چرخ کرده، خرما و کشمش بریزید).
- لایه های برنج و عدس را ادامه دهید البته بدون ادویه ها سپس بعد از تمام شدن برنج و عدس روی آن را کمی روغن یا کره بدهید.
- زعفران را درهاون پودر کرده و پودر آماده شده را در ظرف کوچک ریخته و چند تکه یخ روی آن قرار دهید.
- ظرف حاوی زعفران را در جای گرمی قرار دهید تا زعفران خوب دم بکشد.
- دم کنی را روی قابلمه گذاشته درب آن را بگذارید تا دم بکشد.
- پیاز را پاک کرده، شسته و روی تخته کار با چاقو، ریز خرد نمایید.
- تابه مناسب انتخاب کرده و کمی روغن داخل آن بریزید.
- اجاق گاز را روشن کنید.
- تابه را روی حرارت قرار داده روغن که داغ شد پیازها را ریخته و بگذارید سرخ شود.
- سپس گوشت چرخ کرده را اضافه کرده و خوب مخلوط نمایید تا کاملاً سرخ شود.
- به مواد نمک و فلفل، زردچوبه، زعفران و دارچین اضافه کنید و از روی حرارت بردارید.
- تابه کوچک انتخاب و روی حرارت قرار دهید.
- خرما ها را شسته و هسته آن را بگیرید.
- داخل تابه کمی کره یا روغن بریزید کمی که گرم شد؛ خرما ها را اضافه کرده و کمی حرارت دهید. خرماها را در ظرفی ریخته و کنار بگذارید.
- کشمش ها را پاک کرده و با آب گرم بشویید. در آبکش بریزید تا آب اضافی آن خارج شود.
- در تابه کوچک کمی روغن و یا کره ریخته و روی حرارت قرار دهید تا کمی گرم شود سپس کشمش ها را تفت دهید.
- بعد از دم کشیدن عدس پلو آن را در دیس پذیرایی ریخته با گوشت چرخ شده، کشمش و خرما تزئین نمایید.

مهارت:

- پوشیدن لباس کار مناسب و پیشبند
- انتخاب وسایل مناسب برای تهیه عدس پلو
- آماده کردن مواد اولیه به میزان مورد نیاز
- پاک کردن برنج و خیساندن آن
- شستن و هسته گیری خرما
- پاک کردن کشمش و شستن با آب گرم
- پاک کردن عدس و خیساندن آن
- پاک کردن پیاز و شستن و خرد کردن آن

<p>- تفت دادن گوشت</p> <p>- انجام مراحل پخت عدس پلو</p> <p>- ریختن برنج در ظرفی مناسب و تزئین آن</p>	
<p>دانش:</p> <p>- ابزار و وسایل لازم جهت تهیه رشته پلو (قابلمه، لگن، سبد یا سینی، دیس، چاقو، تخته کار، کاسه، دم کنی)</p> <p>- میزان مواد مورد نیاز و سایر افزودنی های لازم و نسبت های آن متناسب با تعداد افراد برای تهیه رشته پلو:</p> <p>رشته مخصوص پلویی نیم کیلو، برنج ۱ کیلو، ماهیچه یا سردست ۷۵۰ گرم، روغن، خرما ۵۰۰ گرم، کشمش ۲۵۰ گرم، پودر زعفران ۱ ق چایخوری، پیاز، زرد چوبه، نمک و فلفل، چوب دارچین</p> <p>- نحوه تهیه رشته پلو:</p> <p>- برنج را پاک کرده و با آب ولرم بشویید.</p> <p>- برنج را با آب ولرم در کاسه ای با سنگ نمک یا نمک به مدت ۸-۱۲ ساعت خیس کنید.</p> <p>- پیاز را پاک کرده شسته سپس روی تخته کار و با چاقو ریز خرد کنید.</p> <p>- قابلمه مناسب را انتخاب نمایید.</p> <p>- اجاق گاز را روشن کرده.</p> <p>- قابلمه را روی حرارت قرار داده و روغن ریخته تا گرم شود.</p> <p>- پیاز را ریخته و کمی که طلایی شد، زردچوبه را بریزید.</p> <p>- گوشت را اضافه کرده تفت دهید سپس مقداری آب ولرم روی گوشت ها ریخته تا حدی که کمی روی گوشت ها را بگیرد.</p> <p>- تا زمانی گوشت کاملا پخته شود روی حرارت قرار دهید در نهایت به آن نمک و فلفل و چوب دارچین به اندازه اضافه نمایید.</p> <p>- بعد از اینکه آب گوشت کم شد به آن زعفران را اضافه کرده بعد از چند جوش از روی حرارت بردارید.</p> <p>- خرماها را شسته و هسته گیری نمایید.</p> <p>- کشمش ها را پاک کرده و سپس آن را در کاسه ای ریخته و با آب گرم بشویید در آبکش ریخته بگذارید تا آب اضافی آن برود.</p> <p>- قابلمه مناسبی برای برنج انتخاب کرده و تا نصف آب پر کنید.</p> <p>- اجاق گاز را روشن کرده و قابلمه آب را گذاشته تا بجوشد.</p> <p>- آب برنجی که برنج را با آن خیس کرده اید را بیرون ریخته و برنج را به آب جوش اضافه نمایید.</p> <p>- بعد از آنکه برنج کمی نرم شد رشته ها را از هم جدا کرده داخل برنج بریزید.</p> <p>- بعد از نرم شدن رشته و پخته شدن برنج آن را آبکش نمایید.</p> <p>- ته قابلمه را کمی روغن ریخته ته دیگ مورد علاقه خود را قرار دهید مثلا سیب زمینی: سیب زمینی را شسته پوست کنده و دوباره بشویید و آن ها را ورقه ورقه نمایید و داخل قابلمه در یک سطح بچینید.</p> <p>- نصفی از برنج و رشته آبکش شده را ریخته روی آن گوشت، کشمش و خرما قرار دهید.</p> <p>- بقیه برنج را روی آن ریخته به صورت مخروط در آورید.</p> <p>- روی برنج کمی آب گوشت غلیظ به همراه روغن دهید و دم کنی را روی قابلمه گذاشته درب آن را ببندید.</p> <p>- در مراحل اول حرارت را زیاد کنید بعد از چند دقیقه که برنج بخار کرد حرارت را کم کنید.</p>	<p>رشته پلو</p>

- بعد از آنکه برنج دم کشید با زعفران بخشی از برنج را مزین کرده و در دیس برنج را کشیده و لای آن گوشت و خرم و کشمش قرار دهید.
- روی آن دوباره برنج ریخته با برنج زعفرانی ، کشمش ، خرما و گوشت تزئین کنید.

مهارت:

- پوشیدن لباس کار مناسب و پیشبند
- انتخاب وسایل مناسب برای تهیه رشته پلو
- آماده کردن مواد اولیه به میزان مورد نیاز
- پاک کردن برنج و خیساندن آن
- شستن و هسته گیری خرما
- پاک کردن کشمش و شستن با آب گرم
- پاک کردن پیاز، شستن، خرد کردن و تفت دادن آن
- پخت گوشت به صورت آب پز
- انتخاب ظروف مناسب برای تهیه رشته پلو
- انجام مراحل پخت رشته پلو
- ریختن رشته پلو در ظرفی مناسب و تزئین آن

دانش:

- ابزار و وسایل لازم جهت تهیه شوید باقلا پلو (قابلمه، لگن، سبد، دیس، سینی، تخته کار، چاقو، کفگیر سوراخ دار، کاسه، دم کنی)
- میزان مواد مورد نیاز و سایر افزودنی های لازم و نسبت های آن متناسب با تعداد افراد برای تهیه شوید باقلا پلو:
- باقلا پاک شده ۷۰ گرم، برنج ۱ کیلو ، ماهیچه یا سردست یا ران ویا گوشت مرغ ، روغن، پودر زعفران ، پیاز ، شوید تازه ۵۰۰ گرم ، شوید خشک ۵۰ گرم ، سیر ۳-۴ حبه، پیاز ۲ عدد ، زرد چوبه ، نمک و فلفل، چوب دارچین، پودر گل سرخ ، پودر زیره
- نحوه تهیه شوید پلو با باقلا :
- برنج را پاک کرده و با آب ولرم بشویید.
- برنج را با آب ولرم در کاسه ای با سنگ نمک یا نمک به مدت ۸-۱۲ ساعت خیس کنید.
- پیاز را پاک کرده شسته سپس روی تخته کار و با چاقو ریز خرد کنید.
- قابلمه مناسب را انتخاب نمایید.
- اجاق گاز را روشن کرده.
- قابلمه را روی حرارت قرار داده و روغن ریخته تا گرم شود.
- پیاز را ریخته و کمی که طلایی شد زردچوبه بریزید.
- گوشت را اضافه کرده تفت دهید سپس مقداری آب ولرم روی گوشت ها ریخته تا حدی که کمی روی گوشت ها را بگیرد.
- تا زمانی گوشت کاملا پخته شود روی حرارت قرار دهید. در نهایت به آن نمک و فلفل و چوب دارچین به اندازه اضافه نمایید.
- بعد از این که آب گوشت کم شد به آن زعفران را اضافه کرده بعد از چند جوش حرارت را خاموش نمایید.
- قابلمه مناسب را انتخاب کرده و تا نصف آن آب بریزید.
- اجاق گاز را روشن کرده و قابلمه را روی حرارت قرار دهید بعد از به جوش آمدن آب

شوید باقلا پلو

- باقلا و نمک (۱ ق غ) و ۲ حبه سیر را داخل آب جوش بریزید.

- بعد از پخته شدن باقالی ها آن را در آبکش ریخته و مجددا در ظرف آب سرد بریزید و ۳-۵ دقیقه صبر نمایید تا کاملا خنک شود.

- باقلا را آبکش کرده و کنار بگذارید.

- شویدها را پاک کرده ، شسته و در آبکش ریخته تا آب اضافه آن کاملا خارج شود.

- شوید ها را روی تخته کار با چاقو خوب ریز خرد کنید.

- قابلمه مناسب برای پخت برنج انتخاب کنید.

- قابلمه را تا نصف از آب پر کنید.

- اجاق گاز را روشن کرده و سپس قابلمه را روی حرارت گذاشته تا آب آن بجوشد.

- آب برنجی که برنج را با آن خیس کرده اید را دور ریخته و برنج را به قابلمه آب جوش انتقال دهید

- مقداری آب سرد الیوان ، به آب جوش اضافه نمایید تا به برنج شوک وارد شود.

- بعد از جوش آمدن مجدد آب برنج، ۲-۳ ق غ روغن مایع به برنج اضافه نمایید.

- بعد از این که برنج را تست کردید و مغز آن دیگر خیلی سفت نبود، کمی شوید تازه اضافه کرده و بعد از یک جوش، آب کش نمایید.

- اجاق گاز را روشن کرده قابلمه را دوباره روی حرارت قرار داده و کمی روغن داخل آن بریزید.

- بخشی از برنج را ریخته روی آن باقلا ، شوید تازه و شوید خشک و فقط برای لایه اول کمی پودر هل ، کمی پودر گل سرخ ، دارچین و پودر زیره اضافه نمایید و مجددا روی آن برنج بریزید.

- روی برنج دوباره باقلا ، شوید تازه و خشک ریخته و این بار ادویه دیگر اضافه ننمایید.

- باقلا، شوید تازه و خشک را لایه لایه برنج ریخته تا تمام شود.

- روی آخرین لایه کمی دارچین ریخته و سپس کمی از آب گوشت را با کره و زعفران مخلوط کرده داخل کفگیر سوراخ دار به صورت پخش و بارانی روی برنج بریزید.

- روی برنج دم کنی قرار داده اول حرارت را زیاد کرده تا بخار کند سپس حرارت را کم کرده تا برنج خوب دم بکشد.

- برنج دم شده را در دیس پذیرایی ریخته و لا به لای آن گوشت پخته شده گذاشته و در آخر روی آن را برنج زعفرانی و چند تکه گوشت تزئین نمایید.

- می توان برنج را جداگانه در دیس کشیده ، برنج را تزئین نمایید و گوشت را هم در ظرف دیگری قرار دهید.

مهارت:

- پوشیدن لباس کار مناسب و پیشبند

- انتخاب وسایل کار مناسب برای تهیه شوید پلو با باقلا

- آماده کردن مواد اولیه مورد نیاز

- پاک کردن برنج و خیساندن آن

- پاک کردن و شستن شوید ، پیاز و سیر و خرد کردن آن ها

- پخت گوشت به صورت آب پز

- انتخاب ظروف مناسب برای تهیه شوید پلو با باقلا

- انجام مراحل پخت شوید پلو با باقلا

- ریختن شوید باقالی در ظرفی مناسب و تزئین آن با گوشت

دانش:

- ابزار و وسایل لازم جهت تهیه استانبولی پلو (قابلمه، سینی، لگن، سبد، دم کنی، تخته کار، رنده، چاقو، دیس)
 - میزان مواد مورد نیاز و سایر افزودنی های لازم و نسبت های آن متناسب با تعداد افراد برای تهیه استانبولی پلو: گوجه فرنگی ۳ کیلو، برنج ۱ کیلو، گوشت چرخ کرده ۳۰۰ گرم، روغن، پودر زعفران، رب گوجه فرنگی، سیب زمینی استانبولی یا پشندی، سیر، پیاز، زرد چوبه، نمک و فلفل، پودر زیره
 - نحوه تهیه استانبولی پلو
 - برنج را پاک کرده و با آب ولرم بشویید.
 - پیاز و سیر را پوست گرفته و شسته روی تخته کار با چاقو ریز خرد کنید.
 - سیب زمینی را شسته پوست گرفته و نگینی ریز خرد کنید.
 - قابلمه مناسب را انتخاب کنید.
 - اجاق گاز را روشن کرده قابلمه را روی آن قرار دهید.
 - روغن را داخل قابلمه ریخته، بگذارید گرم شود. سپس سیب زمینی ها را ریخته خوب سرخ کنید.
 - سیب زمینی ها را از قابلمه خارج کرده روی دستمال جذب روغن گذاشته تا روغن اضافی آن گرفته شود.
 - داخل قابلمه پیاز را ریخته، بعد از سرخ شدن سیر را اضافه کرده کمی طلایی شد گوشت را اضافه می کنیم.
 - گوشت کاملا سرخ شد نمک، فلفل و زردچوبه ریخته کمی تفت دهید.
 - حال رب گوجه فرنگی را در آن ریخته خوب تفت دهید.
 - گوجه فرنگی ها را شسته و سپس با رنده ریزنده کنید و به مواد گوشتی اضافه نمایید حرارت دهید تا آب اضافی آن کشیده شود.
 - سیب زمینی سرخ شده را اضافه نمایید.
 - برنج را شسته سپس با ۲ لیتر آب ولرم و کمی نمک بخیسانید.
 - بعد از استراحت برنج، آن را به مواد گوشتی اضافه کرده و بگذارید تا آب برنج کشیده شود.
- نکته:** در تهیه کته مهم است که بدایند برنج تازه است یا خیر برای هر پیمانه برنج خشک معمولا ۲ پیمانه آب در نظر گرفته می شود. ولی باید به نوع و کیفیت برنج و زمان برداشت آن توجه ویژه ای داشت.
- سپس برنج را دوباره مخلوط کرده به صورت مخروط در آورید. و روی آن کمی روغن بریزید دم کنی را روی قابلمه گذاشته و درب آن را بگذارید.
 - حرارت اولیه برنج زیاد باشد زمانی که برنج بخار کرد حرارت کم کنید تا برنج کاملا دم بکشد.

کته استانبولی

مهارت:

- پوشیدن لباس کار مناسب و پیشیند
- انتخاب وسایل کار مناسب برای تهیه استانبولی پلو
- آماده کردن مواد اولیه مورد نیاز
- پاک کردن برنج و خیساندن آن
- شستن و خرد کردن پیاز و سیر
- پوست گرفتن سیب زمینی و شستن و خرد کردن آن
- انتخاب ظروف مناسب برای تهیه استانبولی پلو
- انجام مراحل تهیه پخت استانبولی پلو
- ریختن استانبولی در ظرفی مناسب

<ul style="list-style-type: none"> - رعایت بهداشت و نظافت فردی و کارگاهی - رعایت بهداشت فیزیکی بدن ضمن کار (اصول ارگونومی) - استفاده از ماسک، کلاه و لباس کار مناسب - رعایت نکات ایمنی هنگام تمیز کردن ویا کار با وسایل برنده(چاقو ، رنده و) - اجتناب از انداختن کبریت نیمه سوخته بر روی زمین - رعایت نکات ایمنی ضمن کار با اجاق گاز و مواد داغ - رعایت نکات ایمنی به هنگام کنترل پریز و سیم های برق - قراردادن وسایل در جای خود پس از اتمام کار 	<p style="text-align: center;">نکات ایمنی حین کار</p>
<ul style="list-style-type: none"> - علاقه مندی به کار - دقت، توجه و سرعت هنگام کار - صرفه جویی در مواد مصرفی 	<p style="text-align: center;">نگرش</p>
<ul style="list-style-type: none"> - تفکیک زباله تر از خشک 	<p style="text-align: center;">توجهات زیست محیطی</p>
<p style="text-align: center;">ابزار و تجهیزات:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ترازوی آشپزخانه، پیمانها و قاشق های اندازه گیری، چاقوی آشپزخانه، کاسه ، قاشق، چنگال، کارد، سینی، دیس، بشقاب، تابه، قابلمه، شعله پخش کن، اجاق گاز، فندک اتمی، کپسول آتش نشانی، یخچال و فریزر، میز کار آشپزخانه، کابینت آشپزخانه همراه با هود، آب چکان و سینک، دستگاه مخلوط کن <p style="text-align: center;">مواد مصرفی:</p> <ul style="list-style-type: none"> - مواد اولیه (چلو، عدس پلو، رشته پلو، شوید باقلا پلو، استانبولی)، روغن مواد شوینده و ضد عفونی کننده 	<p style="text-align: center;">تجهیزات ، ابزار و مواد مصرفی</p>
<ul style="list-style-type: none"> - خواندن و نوشتن اعداد و کلمات 	<p style="text-align: center;">دانش پایه (غیر فنی)</p>

فهرست واریسی از شایستگی مهارت: تهیه چلو و چند نوع پلوی ساده (چلو، پلوی ساده، عدس پلو، رشته پلو، ...)

نام و نام خانوادگی دانش آموز: رشته: پایه: تاریخ آزمون نوبت دوم:

اجزای بودمان	آیتم های ارزیابی	به طور مستقل و صحیح انجام می دهد.	با راهنمایی کلامی مربی به طور صحیح انجام می دهد.	به طور صحیح انجام نمی دهد.
آماده کردن وسایل و مواد	وسایل مورد نیاز را بر اساس دستورالعمل مربی تهیه می کند.			
	مواد مورد نیاز را بر اساس دستورالعمل مربی تهیه می کند.			
	در صورت نیاز به مواد منجمد، مراحل رفع انجماد آن را انجام می دهد.			
	آماده کردن مواد مورد نیاز را انجام می دهد.			
تهیه چلو	با دستور مربی وسایل و ابزار مناسب برای پخت چلو را انتخاب می کند.			
	مواد اولیه و افزودنی های لازم را با توجه به نسبت های آن و متناسب با تعداد افراد، آماده می کند.			
	برنج را تمیز کرده و می خیساند.			
	اجاق گاز را با رعایت نکات ایمنی روشن می کند.			
	برنج را در زمان لازم در آب جوش می ریزد.			
	برنج را در زمان لازم و مطابق دستورالعمل آبکش می کند.			
	مواد ته دیگ را در کف قابلمه قرار می دهد.			
	برنج را مطابق دستورالعمل در قابلمه می ریزد.			
	میزان حرارت و زمان لازم برای دم کشیدن برنج را کنترل می کند.			
	برنج دم کشیده را در ظرف مناسب می ریزد.			
	نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.			
	عدس پلو	با دستور مربی، وسایل و ابزار لازم برای پخت عدس پلو را انتخاب می کند		
مواد اولیه و افزودنی های لازم را با توجه به نسبت های آن، متناسب با تعداد افراد، آماده می کند.				
عدس را تمیز کرده و می پزد.				
برنج/ عدس را آبکش می کند.				

			مواد ته دیگ را در کف قابلمه قرار می دهد.	
			عدس را به برنج اضافه می کند (مخلوط می کند).	
			عدس پلو را دم می کند.	
			عدس پلو را پس از آماده شدن، در ظرف مناسب می ریزد.	
			نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.	
			با دستور مربی و وسایل و ابزار لازم برای پخت رشته پلو را انتخاب می کند.	رشته پلو
			مواد اولیه و افزودنی های لازم را با توجه به نسبت های آن، متناسب با تعداد افراد آماده می کند.	
			مواد لازم برای لا به لای رشته پلو را تهیه می کند.	
			رشته را در زمان مناسب به برنج اضافه می کند.	
			برنج را آبکش می کند.	
			ته دیگ تهیه شده را در کف قابلمه قرار می دهد.	
			برنج و مواد تهیه شده را مطابق دستورالعمل در قابلمه می ریزد.	
			میزان حرارت و زمان لازم برای دم کشیدن برنج را کنترل می کند.	
			رشته پلو دم کشیده را در ظرف مناسب می ریزد.	
			رشته پلو را با مواد گوشتی تهیه شده، تزئین می کند.	
			نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.	
			با دستور مربی، وسایل و ابزار مناسب برای پخت شوید باقلا پلو را انتخاب می کند.	شوید باقلا پلو
			برنج را تمیز کرده و می خیساند.	
			مواد لولیه و افزودنی های لازم را با توجه به نسبت های آن و متناسب با تعداد افراد، آماده می کند.	
			باقلا را تمیز می کند.	
			اجاق گاز را با رعایت نکات ایمنی، روشن می کند.	
			باقلا را می پزد (در حد نیم پز).	
			برنج را در ظرف آب جوش می ریزد.	
			باقلای نیم پز را در زمان مناسب به برنج اضافه می کند.	

			برنج را در زمان مناسب آبکش می‌کند.	
			شوید را با برنج مخلوط می‌کند.	
			مواد ته دیگ را در کف قابلمه قرار می‌دهد.	
			برنج را مطابق دستورالعمل در قابلمه می‌ریزد.	
			میزان حرارت در زمان لازم برای دم کشیدن شوید باقلا پلو را کنترل می‌کند.	
			شوید باقلا پلو آماده شده را در ظرف مناسب می‌ریزد.	
			شوید باقلا پلو را با برنج زعفرانی تزئین می‌کند..	
			نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می‌کند..	
			با دستور مربی، وسایل و ابزار مناسب برای پخت کته استانبولی را انتخاب می‌کند.	
			برنج را تمیز کرده و می‌خیساند.	
			مواد اولیه و افزودنی های لازم را با توجه به نسبت های آن و متناسب با تعداد افراد، آماده می‌کند.	
			سیب زمینی و پیاز را مطابق دستورالعمل آماده می‌کند.	
			برنج را با مقدار کافی آب و نمک و روغن می‌پزد.	
			در زمان لازم سیب زمینی و پیاز تهیه شده را بر اساس دستورالعمل به برنج در حال پختن اضافه می‌کند.	
			در زمان لازم آب روغن را به برنج در حال دم کشیدن اضافه می‌کند.	
			میزان حرارت در زمان لازم برای دم کشیدن کته استانبولی را کنترل می‌کند.	
			نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می‌کند.	
			مواد پاک کننده و شوینده مناسب با نوع کار را انتخاب می‌کند.	
			وسایل و ظروف (پس از شستن) و خشک کردن در جای خود قرار می‌دهد.	
			لکه و مواد غذایی بر جای مانده بر روی اجاق گاز را شسته و خشک می‌کند.	
			سطوح و کف آشپزخانه را شسته و خشک می‌کند.	
نمره عملی دانش آموز:				
نام و نام خانوادگی هنر آموز:			تاریخ و امضاء:	

شایستگی مهارت: انواع پخت گوشت (آب‌پز کردن، بخارپز کردن، تفت دادن، سرخ کردن)

شرح شایستگی مهارت: این پودمان توانایی آماده کردن گوشت جهت انواع پخت آن (آب‌پز کردن، بخارپز کردن، تفت دادن، سرخ کردن) را زیر نظر مربی و با رعایت اصول ایمنی و بهداشتی فراهم می‌کند.

معیار عملکرد		
<ul style="list-style-type: none"> - ابزار و تجهیزات مناسب انتخاب می‌شود. (چاقو، چرخ گوشت، تخته) - لباس کار مناسب پوشیده می‌شود. - گوشت مطابق با دستورالعمل شسته می‌شود. - ضایعات گوشت مطابق با دستورالعمل جدا می‌شود. - گوشت با توجه به نوع مصرف (قیمه، تکه‌ای، چرخی) آماده می‌شود. 	آماده کردن گوشت جهت انواع طبخ	عناصر شایستگی
<ul style="list-style-type: none"> - اجاق گاز روشن می‌شود. - ظرف و میزان آب مناسب جهت آب‌پز کردن مواد گوشتی آماده می‌شود. - مواد گوشتی مورد نظر آب‌پز می‌شود. - مواد آب‌پز شده مطابق با دستورالعمل بسته‌بندی و برچسب زده می‌شود. 	آب‌پز کردن	
<ul style="list-style-type: none"> - اجاق گاز روشن می‌شود. - ظرف و میزان آب مناسب جهت بخارپز کردن مواد گوشتی آماده می‌شود. - مواد گوشتی مورد نظر بخارپز می‌شود. - مواد بخارپز شده مطابق با دستورالعمل بسته‌بندی و برچسب زده می‌شود. 	بخارپز کردن	
<ul style="list-style-type: none"> - ظرف مناسب با توجه به حجم مواد برای تفت دادن گوشت انتخاب می‌شود. - روغن مناسب جهت تفت دادن انتخاب می‌شود. - روغن به مقدار لازم در ظرف ریخته می‌شود. - دمای مناسب اجاق گاز تعیین می‌شود. - مواد گوشتی در روغن مطابق با دستورالعمل تفت داده می‌شود. - مواد گوشتی تفت داده شده بسته‌بندی و برچسب زده می‌شود. 	تفت دادن	
<ul style="list-style-type: none"> - روغن مناسب جهت سرخ کردن انتخاب می‌شود. - ظرف مناسب با توجه به حجم مواد برای سرخ کردن انتخاب می‌شود. - روغن به مقدار لازم در ظرف ریخته می‌شود. - دمای مناسب اجاق گاز تعیین می‌شود. - مواد گوشتی مطابق با دستورالعمل سرخ می‌شود. - مواد گوشتی سرخ شده بسته‌بندی و برچسب زده می‌شود. 	سرخ کردن	
<ul style="list-style-type: none"> - وسایل کار شسته، خشک و جای دهی می‌شود. - اجاق گاز، سطوح و کف آشپزخانه شسته و خشک می‌شود. 	تمیز کاری وسایل، تجهیزات و سطوح	

راهنمای آزمون	<p>ارزشیابی این شایستگی بر مبنای ۲۰ نمره می‌باشد. (ارزشیابی عملی ۱۴ نمره، کتبی ۳ نمره و ارزشیابی از رفتارهای شغلی ۳ نمره)</p> <p>نحوه محاسبه نمره پایانی آن به قرار ذیل می‌باشد.</p> <p>نمره پایانی = نمره آزمون نوبت دوم + نمره تکوینی دانش آموز</p> <p>۲</p> <p>نمره تکوینی دانش آموز شامل موارد زیر است:</p> <p>میانگین نمرات آزمون‌های مستمر نوبت اول + نمره آزمون نوبت اول + میانگین نمرات آزمون‌های مستمر نوبت دوم</p> <p>۳</p>
	<p>مفاهیم شناختی</p> <p>پیش نیاز</p> <p>خواندن و نوشتن، شمارش، روشن و خاموش، بزرگ و کوچک</p>
<p>پودمان‌های هم نیاز و پیش نیاز</p> <p>بهداشت و ایمنی در آشپزخانه (هم نیاز)</p>	
<p>رفتارهای شغلی</p> <p>آراستگی ظاهری: لباس کار تمیز پوشیده می‌شود.</p> <p>نظم و ترتیب: پس از پایان کار وسایل در جای خود قرار داده می‌شود.</p> <p>مسئولیت پذیری: کار محوله را به درستی انجام می‌دهد.</p> <p>مهارت‌های ارتباطی: واژه‌های مربوط به کار خود را به درستی بیان می‌کند. گزارش کار خود را به مربی می‌دهد. با دیگران مودبانه صحبت می‌کند.</p> <p>رعایت بهداشت فردی: قبل و پس از پایان کار دست و صورت خود را می‌شوید.</p> <p>وقت شناسی: به موقع در کارگاه حضور پیدا می‌کند. کار خود را در زمان تعیین شده انجام می‌دهد.</p>	
<p>امکانات (فضای فیزیکی)</p> <p>یک فضای کاری در حدود ۳۰ متر مربع</p>	
<p>ابزار و تجهیزات</p> <p>چاقوی آشپزخانه، کاسه، قابلمه، تابه، سینی، شعله پخش کن، اجاق گاز، فندک اتمی، کپسول آتش نشانی، یخچال و فریزر، چرخ گوشت، میز کار آشپزخانه، کابینت آشپزخانه همراه با هود، آب چکان و سینک</p>	
<p>مواد مصرفی</p> <p>گوشت، روغن، مواد شوینده و ضد عفونی کردن</p>	
<p>نرم افزار</p> <p>فیلم آموزشی مرتبط</p>	
<p>نیروی انسانی</p> <p>فوق دیپلم و بالاتر در رشته تحصیلی مرتبط و یا فوق دیپلم و بالاتر در رشته کودکان استثنایی با داشتن مدرک مهارتی مرتبط از سازمان‌های متولی آموزش حرفه‌ای</p>	

برنامه درسی شایستگی مهارت : انواع پخت گوشت (آب پز کردن، بخارپز کردن، تفت دادن، سرخ کردن)

عناصر شایستگی	اجزای شایستگی
آماده کردن گوشت جهت انواع طبخ	<p style="text-align: center;">دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار، وسایل و تجهیزات مناسب خرد کردن گوشت (چاقو، چرخ گوشت، تخته و دستمال نم دار کوچک) - نشانه های گوشت سالم - ضرورت پوشیدن لباس کار مناسب و پیش بند - نحوه پاک کردن و جدا کردن ضایعات گوشت: <p style="text-align: center;">نکته: از تخته کار و چاقوی مجزا برای خرد کردن گوشت قرمز، ماکیان و ماهی ها استفاده کنید.</p> <ul style="list-style-type: none"> - نحوه خرد کردن گوشت: - شستن دست ها قبل از شروع کار - دستمال کوچک نم داری را زیر تخته کار گذاشته تا تخته کار در حین انجام کار حرکت نکند. - گوشت را روی تخته قرار داده و چربی ها، غدد چربی و پوسته گوشت را با چاقو بگیرید. - گوشت را بعد از برش کمی آب بگیرید و بشویید. باید سعی شود که گوشت کمتر شسته شود. - گوشت را بعد از شستن داخل سبد قرار داده تا آب آن برود. - نحوه بسته بندی گوشت: - گوشت ها را به اندازه های مناسب برای هر وعده غذایی در کیسه فریزر بسته بندی نمایید. - روی هر بسته، نوع برش گوشت (قیمه، خورش و...)، تاریخ بسته بندی و یا خرید آن و نوع گوشت که شامل گوساله یا گوسفندی است را درج کنید.
	<p style="text-align: center;">مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - پوشیدن لباس کار مناسب و پیش بند - انتخاب و آماده کردن ابزار مناسب برای آماده سازی گوشت - تشخیص گوشت فاسد از سالم - خرد کردن گوشت در اندازه های مختلف طبق دستورالعمل مربی - بسته بندی گوشت براساس نوع مصرف و نفرات - درج مشخصات گوشت بر روی هر بسته
آب پز کردن	<p style="text-align: center;">دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار مناسب جهت آب پز کردن گوشت (تخته کار-چاقو- قابلمه و..) - میزان مواد مورد نیاز جهت آب پز کردن : گوشت ، روغن ، آب ، نمک ، فلفل ، پیاز ، سیر، زردچوبه - نحوه آب پز کردن گوشت - پیاز، سیر را تمیز کنید و بشویید. سپس آن ها را روی تخته کار با چاقو ریز خرد نمایید. - قابلمه مناسبی را برای آب پز کردن گوشت انتخاب کنید. - اجاق گاز را روشن کرده قابلمه را روی حرارت قرار دهید. - سپس مقداری روغن روی آن ریخته بعد از گرم شدن پیاز ها را داخل بریزید و با قاشق چوبی آن را مخلوط نمایید تا طلایی شود.

<p>- در این زمان سیر را اضافه نمایید زمانی که سیر طلایی شد زردچوبه را در صورت نیاز به آن اضافه نمایید.</p> <p>- گوشت ها را داخل قابلمه ریخته و حرارت دهید تا اطراف آن کمی تغییر رنگ دهد.</p> <p>- مقداری آب داخل قابلمه ریخته در حدی که کمی روی گوشت ها را بگیرد. درب قابلمه را بگذارید تا کاملاً گوشت پخته شود.</p> <p>- بعد از پخت کامل گوشت به آن نمک بزنید.</p> <p>نکته: متناسب با نوع گوشت و قسمت های مختلف آن زمان متفاوتی برای پخت گوشت وجود دارد.</p> <p>- گوشت ها بعد از پخته شدن آماده مصرف هستند در صورت نیاز به بسته بندی برچسب زمان و تاریخ و نوع گوشت درج شود.</p>	
<p>مهارت:</p> <p>- پوشیدن لباس کار مناسب و پیش بند</p> <p>- انتخاب ابزار مناسب جهت آب پز کردن گوشت.</p> <p>- آماده کردن مواد مورد نیاز جهت آب پز کردن گوشت (پاک کردن و خرد کردن آنها روی تخته کار)</p> <p>- روشن کردن گاز با رعایت نکات ایمنی و قراردادن قابلمه روی آن</p> <p>- انجام تمامی مراحل آب پز کردن گوشت</p> <p>- رعایت مدت زمان مناسب جهت پخت گوشت</p> <p>- بسته بندی گوشت و درج نام، تاریخ و نوع گوشت روی بسته</p>	
<p>دانش:</p> <p>- مفهوم بخارپز کردن (در این روش مستقیماً روی مواد غذایی آب ریخته نمی شود. بلکه فقط بخار آب باعث پختن غذا می شود).</p> <p>- ابزار مناسب جهت بخار پز کردن گوشت (دستگاه بخار پز، تخته کار، چاقو، قابلمه، سبد فلزی و دسته دار، ...)</p> <p>- میزان مواد مورد نیاز جهت بخار پز کردن : گوشت خرد شده، هویج، پیاز، سیب زمینی، سیر</p> <p>- مزایای بخارپز کردن (خوشمزه تر شدن غذا، حفظ ویتامین های غذا)</p> <p>- نحوه بخارپز کردن گوشت:</p> <p>- پیاز، سیر، هویج ، سیب زمینی را پاک کرده و بشویید. سپس آنها را روی تخته کار با چاقو خرد کنید.</p> <p>- قابلمه مناسب با اندازه مواد اولیه انتخاب کنید. سبد فلزی را طوری داخل قابلمه بگذارید که دسته آن روی لبه قابلمه قرار گیرد. داخل قابلمه مقداری آب ریخته تا حدی که آب به سبد برخورد نکند.</p> <p>- اجاق گاز را روشن کنید و قابلمه را روی آن بگذارید.</p> <p>- گوشت و بقیه مواد اولیه را روی سبد فلزی قرار دهید و درب قابلمه را بگذارید تا زمانی که گوشت و بقیه مواد بخارپز شوند.</p> <p>- بعد از بخارپز شدن کامل گوشت ، در صورت نیاز به بسته بندی در ظرف دردار ریخته و سپس برچسب تاریخ و نوع گوشت و نوع پخت را درج نمایید.</p>	<p>بخار پز کردن</p>
<p>مهارت:</p> <p>- پوشیدن لباس کار مناسب و پیش بند</p> <p>- انتخاب ابزار مناسب جهت خرد کردن</p> <p>- آماده کردن مواد مورد نیاز جهت بخارپز کردن (پاک کردن و خرد کردن آنها روی تخته کار)</p>	

<ul style="list-style-type: none"> - روشن کردن گاز با رعایت نکات ایمنی و قراردادن قابلمه روی آن - انجام تمامی مراحل بخارپز کردن - رعایت مدت زمان مناسب جهت بخارپز کردن - بسته بندی گوشت و درج نام، تاریخ و نوع گوشت روی بسته 	
<p style="text-align: right;">دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - مفهوم تفت دادن (روشی برای پخت مواد غذایی است که با استفاده از مقدار کمی روغن در یک ظرف کم عمق (تابه) روی حرارت نسبتاً بالا انجام می شود و معمولاً مواد تشکیل دهنده به قطعات کوچک به منظور تسهیل پخت و پز سریع برش داده می شوند. مواد غذایی سرخ شده به این روش بافت، رطوبت و عطر و طعم خود را حفظ می کنند). - ابزار مناسب جهت تفت دادن گوشت (تابه، تخته کار و ...) - میزان مواد مورد نیاز جهت تفت دادن (گوشت خرد شده ، پیاز، سیر، نمک، فلفل، روغن سرخ کردنی یا پخت و پز) - نحوه تفت دادن گوشت: - پیاز و سیر را پوست کنده، شسته و سپس روی تخته کار با چاقو ریز خرد کنید. - گوشت را کمی بشویید. - تابه مناسب با میزان مواد اولیه را انتخاب کنید. - اجاق گاز را روشن نمایید (برقی یا گازی) تابه را روی حرارت قرار دهید. - برای تفت دادن گوشت ها باید از روغن مناسب سرخ کردنی و یا روغن پخت و پز استفاده نمایید. - (به علت اینکه در این روش روغن حرارت زیادی نمی بیند). - بعد از گرم شدن روغن پیاز و سیر را ریخته و کمی حرارت دهید تا سبک و کمی طلایی شود. - سپس گوشت، نمک و فلفل را اضافه کرده با حرارت ملایم تفت دهید تا کاملاً پخته شود. - بعد از اتمام پخت اولیه گوشت در صورت نیاز برای تهیه غذا از آن استفاده نمایید. - در غیر این صورت بعد از سرد شدن گوشت آن را بسته بندی کرده و روی آن برچسب تاریخ ، نوع گوشت و نوع پخت آن را درج نمایید. 	<p>تفت دادن</p>
<p style="text-align: right;">مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - پوشیدن لباس کار مناسب و پیش بند - انتخاب ابزار مناسب جهت تفت دادن - آماده کردن مواد مورد نیاز جهت تفت دادن (پاک کردن و خرد کردن آنها روی تخته کار) - روشن کردن گاز با رعایت نکات ایمنی و قراردادن قابلمه روی آن - انجام تمامی مراحل تفت دادن - رعایت مدت زمان مناسب جهت تفت دادن - بسته بندی گوشت و درج نام، تاریخ و نوع گوشت روی بسته 	
<p style="text-align: right;">دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - مفهوم سرخ کردن - ابزار مناسب جهت سرخ کردن گوشت (دستگاه سرخ کن، قابلمه ای با ارتفاع متوسط ، تخته کار، چاقو و ...) 	<p>سرخ کردن</p>

<p>- مواد مورد نیاز برای سرخ کردن گوشت : گوشت ترجیحاً مرغ باقطعات یک اندازه و مناسب، روغن سرخ کردنی، نمک و فلفل)</p> <p>- استفاده از روغن های سرخ کردنی به علت مقاوم بودن نسبت به حرارت بیشتر</p> <p>- نحوه سرخ کردن مرغ</p> <p>- ابتدا مرغ را پاک کرده و سپس آن را شسته و داخل سبد قرار دهید تا آب اضافی آن ها کاملاً خارج شود.</p> <p>- مرغ را با نمک و فلفل مزه دار کنید.</p> <p>نکته: اگر از روغن های معمولی برای سرخ کردن استفاده می کنید، روغن باقی مانده را در پایان دور بریزید.</p> <p>- قابلمه مناسب سرخ کردن را آماده کرده و درون آن روغن مخصوص سرخ کردنی بریزید و بگذارید کاملاً گرم شود.</p> <p>- تکه های مرغ آماده شده را درون روغن انداخته و زمان دهید تا کاملاً مغزپخت و رنگ آنها به صورت طلایی مایل به قهوه ای شود.</p> <p>- سپس مرغ ها را از روغن خارج کنید و به وسیله حوله کاغذی روغن آن ها را خوب خشک کنید.</p> <p>- مرغ ها را در ظرف پذیرایی تزئین کرده و سرو کنید.</p> <p>نکته: برای درست کردن گوشت سرخ شده در ابتدا گوشت را خرد می کنیم و بعد با آب نیم پز می کنیم. سپس زردچوبه و یک پیاز خرده شده به آن اضافه و می گذاریم تا خوب پخته شود. آن گاه در ظرفی جداگانه یک پیاز را به صورت خلالی و با کمی روغن سرخ می کنیم تا طلایی رنگ شود. بعد گوشت پخته شده را اضافه و تفت می دهیم تا رنگ گوشت هم طلایی شود.</p>	
<p>مهارت:</p> <p>- پوشیدن لباس کار مناسب و پیش بند</p> <p>- انتخاب ابزار مناسب جهت سرخ کردن</p> <p>- آماده کردن مواد مورد نیاز جهت سرخ کردن (پاک کردن و خرد کردن آنها روی تخته کار)</p> <p>- روشن کردن گاز با رعایت نکات ایمنی و قراردادن قابلمه روی آن</p> <p>- انجام تمامی مراحل سرخ کردن</p> <p>- رعایت مدت زمان مناسب جهت سرخ کردن</p>	
<p>دانش:</p> <p>- مواد پاک کننده و شوینده متناسب با نوع کار (مایع ظرفشویی، پودر شست و شو و ..)</p> <p>- نکات ایمنی و بهداشتی به هنگام کار با مواد شوینده</p> <p>- نحوه شستن و تمیز کردن ابزار و ظروف</p> <p>- نحوه گذاشتن ظروف در جای مناسب</p> <p>- نحوه تمیز کردن سطوح با مواد شوینده استاندارد</p>	
<p>مهارت:</p> <p>- انتخاب مواد پاک کننده و شوینده متناسب با نوع کار</p> <p>- شستن ابزار و ظروف، و خشک کردن آن ها</p> <p>- گذاشتن ظروف، پس از خشک کردن آن ها در جای مناسب</p> <p>- تمیز کردن سطوح با مواد شوینده</p> <p>- تمیز کرد اجاق گاز با مواد شوینده مناسب</p>	<p>تمیز کاری ابزار، تجهیزات و سطوح</p>

<ul style="list-style-type: none"> - رعایت بهداشت و نظافت فردی و کارگاهی - رعایت بهداشت فیزیکی بدن ضمن کار (اصول ارگونومی) - استفاده از ماسک، کلاه و لباس کار مناسب - رعایت نکات ایمنی هنگام تمیز کردن ویا کار با وسایل برنده(چاقو ، رنده و) - اجتناب از انداختن کبریت نیمه سوخته بر روی زمین - رعایت نکات ایمنی ضمن کار با اجاق گاز و مواد داغ - رعایت نکات ایمنی به هنگام کنترل پریز و سیم های برق - قراردادن وسایل در جای خود پس از اتمام کار 	نکات ایمنی حین کار
<ul style="list-style-type: none"> - علاقه مندی به کار - دقت، توجه و سرعت هنگام کار - صرفه جویی در مواد مصرفی 	نگرش
<ul style="list-style-type: none"> - تفکیک زباله تر از خشک 	توجهات زیست محیطی
<p style="text-align: center;">ابزار و تجهیزات:</p> <ul style="list-style-type: none"> - چاقوی آشپزخانه، کاسه، قابلمه ،تابه، سینی ،شعله پخش کن، اجاق گاز، فندک اتمی، کپسول آتش نشانی، یخچال و فریزر، چرخ گوشت،میز کار آشپزخانه، کابینت آشپزخانه همراه با هود، آب چکان و سینک <p style="text-align: center;">مواد مصرفی:</p> <ul style="list-style-type: none"> - گوشت ، روغن،مواد شوینده و ضدعفونی کردن 	تجهیزات ، ابزار و مواد مصرفی
<ul style="list-style-type: none"> - خواندن و نوشتن اعداد و کلمات 	دانش پایه(غیر فنی)

فهرست واریسی از شایستگی مهارت: انواع پخت گوشت (آب‌پز کردن، بخارپز کردن، تفت دادن، سرخ کردن)

نام و نام خانوادگی دانش آموز: رشته: پایه: تاریخ آزمون نوبت دوم:

اجزای بودمان	آیتم های ارزیابی	به طور مستقل و صحیح انجام می دهد.	با راهنمایی کلامی مربی به طور صحیح انجام می دهد.	به طور صحیح انجام نمی دهد.
آماده کردن گوشت جهت انواع طبخ	با دستور مربی، وسایل، ابزار و میزکار مناسب برای آماده کردن گوشت را انتخاب می کند.			
	لباس کار مناسب می پوشد.			
	بر اساس دستورالعمل مربی، ضایعات را از گوشت جدا می کند.			
	گوشت را بر اساس دستورالعمل مربی، می شوید.			
	با توجه به نوع مصرف، گوشت را در قطعه های مناسب، خرد می کند.			
آب‌پز کردن گوشت	نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند			
	با رعایت نکات ایمنی، اجاق گاز را روشن می کند.			
	ظرف مناسب برای پختن گوشت را انتخاب می کند.			
	به میزان مناسب در ظرف آب می ریزد.			
	مواد گوشتی را در دمای مناسب می پزد.			
بخارپز کردن گوشت	میزان پخته شدن گوشت را کنترل می کند.			
	مواد آب‌پز شده را بر اساس دستورالعمل، بسته بندی می کند.			
	بر روی بسته های آماده شده، برچسب مشخصات می چسباند.			
	نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند			
	با رعایت نکات ایمنی، اجاق گاز را روشن می کند.			
تفت دادن	ظرف حاوی گوشت و میزان مناسب آب را، بر روی حرارت قرار می دهد.			
	میزان بخارپز شدن گوشت را کنترل می کند.			
	پس از سرد شدن، گوشت بخارپز شده را در ظرف مناسب بسته بندی می کند.			
	بر روی بسته های آماده شده، برچسب می چسباند.			
	نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند			
سرخ کردن گوشت	با توجه به حجم مواد، ظرف مناسب برای تفت دادن گوشت را انتخاب می کند.			
	روغن مناسب برای تفت دادن گوشت را انتخاب می کند.			
	به مقدار مناسب در ظرف، روغن می ریزد.			
	با رعایت نکات ایمنی، اجاق گاز را روشن کرده و دمای آن را تنظیم می کند.			
	مواد گوشتی را بر اساس دستورالعمل مربی، تفت می دهد.			
سرخ کردن گوشت	پس از سرد شدن مواد گوشتی، آن ها را بسته بندی می کند.			
	بر روی بسته بندی های آماده شده، برچسب مشخصات می چسباند.			
	نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند			
	با توجه به حجم مواد، ظرف مناسب برای سرخ کردن گوشت را انتخاب			

			می کند.	
			روغن مناسب برای سرخ کردن گوشت را انتخاب می کند.	
			به مقدار مناسب در ظرف، روغن می ریزد.	
			با رعایت نکات ایمنی، اجاق گاز را روشن کرده و دمای آن را تنظیم می کند.	
			مواد گوشتی را بر اساس دستورالعمل مربی، سرخ می کند.	
			پس از سرد شدن مواد گوشتی، آن ها را بسته بندی می کند.	
			بر روی بسته های آماده شده، برچسب مشخصات می چسباند.	
			نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.	
			مواد پاک کننده و شوینده مناسب با نوع کار را انتخاب می کند.	
			وسایل و ظروف (پس از شستن) و خشک کردن در جای خود قرار می دهد.	تمیز کاری وسایل، تجهیزات و سطوح
			لکه و مواد مواد غذایی بر جای مانده بر روی اجاق گاز را شسته و خشک می کند.	
			سطوح و کف آشپزخانه را شسته و خشک می کند.	
نمره عملی دانش آموز:				
تاریخ و امضاء:			نام و نام خانوادگی هنر آموز:	

شایستگی مهارت: انواع پخت سبزیها (بلانچ کردن، آب پز کردن، بخارپز کردن، تفت دادن، سرخ کردن)

شرح شایستگی مهارت: این پودمان توانایی انواع پخت سبزی پاک شده و شسته شده را (بلانچ کردن، آب پز کردن، بخارپز کردن، تفت دادن، سرخ کردن) زیر نظر مربی و با رعایت موارد ایمنی و بهداشتی فراهم می کند.

معیار عملکرد		
بلانچ کردن	<ul style="list-style-type: none"> - آب مورد نیاز برای بلانچ کردن اندازه گیری و در ظرف مناسب ریخته می شود. - اجاق گاز به کمک کبریت یا فندک روشن می شود. - دمای مناسب برای بلانچ کردن مطابق با دستورالعمل تنظیم می شود. - مواد مورد نظر مطابق با دستورالعمل بلانچ می شود. - مواد بلانچ شده مطابق با دستورالعمل بسته بندی و برچسب زده می شود. 	عناصر شایستگی
آب پز کردن	<ul style="list-style-type: none"> - آب مورد نیاز برای آب پز کردن اندازه گیری و در ظرف مناسب ریخته می شود. - دمای مناسب برای آب پز کردن مطابق با دستورالعمل تنظیم می شود. - مواد مورد نظر مطابق با دستورالعمل آب پز می شود. - مواد آب پز شده مطابق با دستورالعمل بسته بندی و برچسب زده می شود. 	
بخارپز کردن	<ul style="list-style-type: none"> - آب مورد نیاز جهت بخارپز کردن اندازه گیری و در ظرف مناسب ریخته می شود. - دمای مناسب برای بخارپز کردن مطابق با دستورالعمل تنظیم می شود. - مواد مورد نظر مطابق با دستورالعمل بخارپز می شود. - مواد بخارپز شده مطابق با دستورالعمل بسته بندی و برچسب زده می شود. 	
تفت دادن	<ul style="list-style-type: none"> - ظرف مناسب با توجه به حجم مواد برای تفت دادن انتخاب می شود. - روغن مخصوص جهت تفت دادن انتخاب می شود. - روغن با توجه به حجم مواد برای تفت دادن در ظرف ریخته می شود. - دمای اجاق گاز تنظیم می شود. - مواد مطابق با دستورالعمل تفت داده می شود. - مواد تفت داده شده مطابق با دستورالعمل بسته بندی و برچسب زده می شود. 	
تمیز کاری ابزار، تجهیزات و سطوح	<ul style="list-style-type: none"> - وسایل کار شست و شو ، خشک و جایدھی می شود. - سطح اجاق گاز ، سطوح کابینت و کف آشپزخانه شست و شو و خشک می شود. 	
<p>ارزشیابی این شایستگی بر مبنای ۲۰ نمره می باشد. (عملی ۱۴ نمره، کتبی ۳ نمره و رفتارهای وابسته به شغل ۳ نمره)</p> <p>نحوه محاسبه نمره پایانی آن به قرار ذیل است:</p> <p>نمره پایانی = نمره آزمون نوبت دوم + نمره تکوینی دانش آموز*</p> <p style="text-align: center;">۲</p> <p>* نمره تکوینی دانش آموز شامل موارد زیر است:</p> <p>میانگین نمرات آزمون های مستمر نوبت اول + نمره آزمون نوبت اول + میانگین نمرات آزمون های مستمر نوبت دوم</p> <p style="text-align: center;">۳</p>		راهنمای آزمون
مهارت های عمومی پایه تعریف شده برای ورود به دوره دوم متوسطه حرفه ای		مفاهیم شناختی پیش نیاز
بهداشت و ایمنی در آشپزخانه(هم نیاز)		پودمان های هم نیاز و پیش نیاز

<p>آراستگی ظاهری: لباس کار تمیز پوشیده می‌شود. نظم و ترتیب: پس از پایان کار وسایل در جای خود قرار داده می‌شود. مسئولیت‌پذیری: کار محوله را به درستی انجام می‌دهد. مهارت‌های ارتباطی: واژه‌های مربوط به کار خود را به درستی بیان می‌کند. گزارش کار خود را به مربی می‌دهد. با دیگران مؤدبانه صحبت می‌کند. رعایت بهداشت فردی: قبل و پس از پایان کار دست و صورت خود را می‌شوید. وقت‌شناسی: به موقع در کارگاه حضور پیدا می‌کند. کار خود را در زمان تعیین شده انجام می‌دهد.</p>	<p>رفتارهای شغلی</p>
<p>یک فضای کاری در حدود ۳۰ مترمربع</p>	<p>امکانات (فضای فیزیکی)</p>
<p>چاقوی آشپزخانه، کاسه، قابلمه، قاشق، چنگال، کارد، سینی، شعله پخش کن، اجاق گاز، فندک اتمی، کپسول آتش نشانی، یخچال و فریزر، میز کار آشپزخانه، کابینت آشپزخانه همراه با هود، آب چکان و سینک،</p>	<p>ابزار و تجهیزات</p>
<p>سبزی، روغن، مواد شوینده و ضد عفونی کردن</p>	<p>مواد مصرفی</p>
<p>فیلم آموزشی مرتبط</p>	<p>نرم افزار</p>
<p>فوق دیپلم و بالاتر در رشته تحصیلی مرتبط و یا فوق دیپلم و بالاتر در رشته کودکان استثنایی با داشتن مدرک مهارتی مرتبط از سازمان های متولی آموزش حرفه ای</p>	<p>نیروی انسانی</p>

برنامه درسی شایستگی مهارت: انواع پخت سبزیها (بلانچ کردن، آب‌پز کردن، بخارپز کردن، تفت دادن، سرخ کردن)

اجزای شایستگی	عناصر شایستگی
<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - مفهوم بلانچ کردن (بلانچ کردن سبزی ها و صیفی جات برای آنزیم بری و پخت اولیه است که در شرایطی باعث خوش رنگ ماندن و پخت بهتر سبزی ها می شود مانند نخود فرنگی، باقلا، اسفناج، هویج، سیب زمینی و...). - وسایل و ابزار لازم برای بلانچ کردن (قابلمه، آبکش و کفگیر، چاقو، تخته کار، لگن، سبد و...) - سبزی های مناسب برای بلانچ کردن (در واقع بیشتر سبزیجات و صیفی جات را می توان بلانچ کرد زیرا به پخت و نگه داری بهتر آنها کمک می شود مانند نخود فرنگی و...) - مواد مورد نیاز برای بلانچ کردن - نحوه بلانچ کردن : - پاک کردن سبزی (نخودفرنگی) و در صورت نیاز خرد کردن آن - شستن و آب کش کردن - گاز را روشن کنید. - قابلمه مناسب به مقدار مواد اولیه برداشته و نصف آن را از آب پر کنید و مقدار کمی در آن نمک بریزید تا مزه دار شود. - قابلمه را روی گاز گذاشته و بگذارید آب بجوشد. - سبزی ها را (نخود فرنگی) در آب جوش بریزید. نکته: زمان پخت سبزی ها متناسب با مقدار و نوع سبزی متفاوت است. برای مثال پیاز ، سیب زمینی یا اسفناج فقط برای چند دقیقه (۲ تا ۵ دقیقه) در آب جوش قرار می گیرد. - سپس نخود فرنگی را آب کش کرده و در قابلمه آب سرد ریخته تا پخت متوقف شود. (در مورد نخود فرنگی دوباره پوست جمع شده آن باز می شود). - بعد از گذشت ۲ دقیقه نخود فرنگی را آب کش کنید و بگذارید تا کاملا خشک شود. - سپس آنرا با اندازه و وزن متناسب و مطابق مصرف هر وعده داخل کیسه فریزر گذاشته و روی آن اسم و تاریخ بسته بندی را یادداشت کنید. - تمام وسایل را شسته و مرتب کرده و بعد از خشک شدن در سر جای اصلی آن قرار دهید. 	<p>بلانچ کردن</p>
<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - پوشیدن لباس کار مناسب، پیش بند و کلاه - آماده کردن وسایل لازم برای بلانچ کردن - پاک کردن سبزی (نخودفرنگی) و شستن آن ها و یا خرد کردن موادی مانند سیب زمینی و پیاز (بعد از شستن) - انجام درست مراحل بلانچ کردن سبزی (انتخاب قابلمه مناسب، روشن کردن اجاق گاز، ریختن آب به مقدار لازم در قابلمه، ریختن مواد داخل آب جوشیده و...) 	
<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - مفهوم آب پز کردن و فایده آن (یکی از ساده ترین راه ها پخت سبزی در آب جوش است. این روش برای حفظ مواد مغذی و ویتامین های سبزی می باشد. این روش معمولاً برای پخت سبزیجاتسخت مانند نخود، لوبیا سبز، سیب زمینی، شلغم و سایر سبزیجات ریشه ای که برای نرم شدن احتیاج به زمان زیادی دارند 	

<p>به کار می رود).</p> <p>- وسایل و ابزار مناسب برای آب پز کردن (قابلمه، لگن، سبد و...)</p> <p>- مواد مورد نیاز برای آب پز کردن سبزی (گل کلم، نخود و...)</p> <p>- نحوه آب پز کردن سبزی ها</p> <p>- پاک کردن سبزی (نخودفرنگی) و در صورت نیاز خرد کردن آن</p> <p>- شستن و آب کش کردن</p> <p>- گاز را روشن کنید.</p> <p>- قابلمه مناسب به مقدار مواد اولیه برداشته و نصف آن را از آب پر کنید و مقدار کمی در آن نمک بریزید تا مزه دار شود.</p> <p>- قابلمه را روی گاز گذاشته و بگذارید آب بجوشد.</p> <p>- سبزی ها را (نخود فرنگی) در آب جوش بریزید.</p> <p>نکته: زمان مناسب پخت با توجه به میزان مواد اولیه و نوع سبزی متفاوت است.</p> <p>- بعد از پخت سبزی های آب پز شده آنرا در آب کش ریخته تا آب اضافی آن خارج شود.</p> <p>- سبزی ها را به اندازه مناسب بسته بندی کنید. اسم و تاریخ روی آن را با برچسب درج کنید.</p>	<h2>آب پز کردن</h2>
<p>مهارت:</p> <p>- پاک کردن و تمیز کردن سبزی</p> <p>- شستن سبزی ها و ضد عفونی کردن آن ها</p> <p>- خرد کردن سبزی با چاقو روی تخته کار</p> <p>- انجام درست مراحل آب پز کردن (انتخاب قابلمه مناسب، روشن کردن اجاق گاز، ریختن آب به مقدار لازم در قابلمه، ریختن مواد داخل آب جوشیده و...)</p> <p>- بسته بندی مواد و درج اطلاعات روی بسته</p>	
<p>دانش:</p> <p>- وسایل و ابزار لازم برای بخار پز کردن (دستگاه بخارپز، قابلمه و سبد فلزی و...)</p> <p>- مواد مورد نیاز برای بخارپز کردن</p> <p>- نحوه بخار پز کردن:</p> <ul style="list-style-type: none"> • آماده کردن وسایل و مواد لازم جهت تمیز کردن سبزی • تمیز کردن سبزی با دست یا چاقو • آماده کردن وسایل جهت شستشوی سبزی • شستن سبزی های تمیز شده • آب کش کردن سبزی های شسته شده • روشن کردن گاز به وسیله فندک و یا کبریت • قابلمه را به اندازه ۳/۱ آب پر کرده و روی حرارت قرار دهید. • سبد فلزی را داخل قابلمه قرار دهید تا حدی که به آب برخورد نکند. • سبزی را با چاقو روی تخته کار به قطعات مناسب خرد کرده و روی سبد قرار دهید. • زمان مناسب برای پخت سبزی ها را در نظر بگیرید تا کاملا پخته شود. • بعد از پخته شدن کامل سبزی ها آن را از سبد خارج کرده و بگذارید خنک شود. • سبزی رادر کیسه فریزر بسته بندی کرده و روی آن اسم و تاریخ انجام بخارپز را یادداشت کرده و در فریزر قرار دهید. 	<h2>بخارپز کردن</h2>

<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - پاک کردن و تمیز کردن سبزی - برش دادن سبزی ها با چاقو روی تخته کار به اندازه های مناسب مطابق با دستورالعمل - آب مورد نیاز برای آب پز کردن اندازه گیری و در ظرف مناسب ریخته می شود. - اجاق گاز به کمک کبریت یا فندک روشن می شود. - شناخت فواید و مضرات آب پز کردن سبزی ها - ضرورت بخار پز کردن سبزی ها 	
<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - وسایل و ابزار لازم برای تفت دادن - وسایل و ابزار متناسب برای آماده سازی اولیه مواد مصرفی - برش دادن سبزی ها با چاقو بر روی تخته کار به اندازه های مناسب مطابق با دستورالعمل - روغن مورد نیاز برای تفت دادن اندازه گیری و در ظرف مناسب ریخته می شود. - روغن سرخ کردنی را در تابه ریخته و بعد از چند لحظه که در روغن گرم شد سبزی خرد شده را اضافه می کنیم سپس با توجه به نوع سبزی آن را با قاشق چوبی مخلوط می کنیم تا یکدست سرخ شود 	<p>تفت دادن</p>
<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - پاک کردن و تمیز کردن سبزی - اجاق گاز به کمک کبریت یا فندک روشن می شود. - گذراندن زمان مناسب با دستورالعمل - مواد تفت دادن مطابق با دستورالعمل بسته بندی و برچسب زده می شود. - شناخت و مهارت تفت دادن - شناخت فواید و مضرات تفت دادن 	
<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - مواد پاک کننده و شوینده متناسب با نوع کار (مایع ظرفشویی، پودر شست و شو و ..) - نکات ایمنی و بهداشتی به هنگام کار با مواد شوینده - نحوه شستن و تمیز کردن ابزار و ظروف - نحوه گذاشتن ظروف در جای مناسب - نحوه تمیز کردن سطوح با مواد شوینده استاندارد 	<p>تمیز کاری ابزار، تجهیزات و سطوح</p>
<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب مواد پاک کننده و شوینده متناسب با نوع کار - شستن ابزار و ظروف، و خشک کردن آن ها - گذاشتن ظروف، پس و خشک کردن در جای مناسب - تمیز کردن سطوح با مواد شوینده - تمیز کردن اجاق گاز 	
<ul style="list-style-type: none"> - رعایت بهداشت و نظافت فردی و کارگاهی - رعایت بهداشت فیزیکی بدن ضمن کار (اصول ارگونومی) - استفاده از ماسک، کلاه و لباس کار مناسب - رعایت نکات ایمنی هنگام تمیز کردن ویا کار با وسایل برنده (چاقو ، رنده و ...) 	<p>نکات ایمنی حین کار</p>

<ul style="list-style-type: none"> - اجتناب از انداختن کبریت نیمه سوخته بر روی زمین - رعایت نکات ایمنی ضمن کار با اجاق گاز و مواد داغ - رعایت نکات ایمنی به هنگام کنترل پریز و سیم های برق - قراردادن وسایل در جای خود پس از اتمام کار 	
<ul style="list-style-type: none"> - علاقه مندی به کار - دقت، توجه و سرعت هنگام کار - صرفه جویی در مواد مصرفی 	نگرش
<ul style="list-style-type: none"> - تفکیک زباله تر از خشک 	توجهات زیست محیطی
<p style="text-align: center;">ابزار و تجهیزات:</p> <ul style="list-style-type: none"> - چاقوی آشپزخانه، کاسه، قابلمه، قاشق، چنگال، کارد، سینی، شعله پخش کن، اجاق گاز، فندک اتمی، کپسول آتش نشانی، یخچال و فریزر، میز کار آشپزخانه، کابینت آشپزخانه همراه با هود، آب چکان و سینک، <p style="text-align: center;">مواد مصرفی:</p> <ul style="list-style-type: none"> - سبزی، روغن، مواد شوینده و ضدعفونی کردن 	تجهیزات، ابزار و مواد مصرفی
<ul style="list-style-type: none"> - خواندن و نوشتن اعداد و کلمات 	دانش پایه (غیر فنی)

فهرست واری از شایستگی مهارت: انواع پخت سبزی ها (بلانچ کردن، بخارپز کردن، ...)

نام و نام خانوادگی دانش آموز: رشته: پایه: تاریخ آزمون نوبت دوم:

اجزای پودمان	آیتم های ارزیابی	به طور مستقل و صحیح انجام می دهد.	با راهنمایی کلامی مربی به طور صحیح انجام می دهد.	به طور صحیح انجام نمی دهد.
آماده کردن سبزی جهت انواع طبخ	بر اساس دستور مربی، ابزار مناسب را انتخاب می کند.			
	ابزار مناسب را بر روی میزکار به طور مناسب می چیند.			
	لباس کار مناسب می پوشد.			
بلانچ کردن سبزیجات	سبزی را با توجه به نوع مصرف و بر اساس دستورالعمل مربی، آماده می کند.			
	به میزان مورد نیاز، آب در ظرف مناسب می ریزد.			
	با رعایت نکات ایمنی، اجاق گاز را روشن می کند.			
	دمای اجاق گاز را بر اساس دستورالعمل مربی، برای بلانچ کردن تنظیم می کند.			
	سبزیجات را در ظرف مناسب ریخته و مراحل بلانچ شدن آن را کنترل می کند.			
	پس از سرد شدن مواد بلانچ شده، آن ها را بسته می کند.			
	بر روی بسته بندی ها، برچسب مشخصات می چسباند.			
	نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.			
	آب مورد نیاز برای آب پز کردن سبزیجات را اندازه گیری می کند و در ظرف مناسب می ریزد.			
آب پز کردن سبزیجات	با رعایت نکات ایمنی، اجاق گاز را روشن می کند و دمای آن را تنظیم می کند.			
	سبزیجات را بر اساس دستورالعمل مربی، آب پز می کند.			
	سبزیجات آب پز شده را پس از سرد شدن، بسته بندی می کند.			
	بر روی بسته بندی ها، برچسب مشخصات می چسباند.			
	نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.			
بخارپز کردن سبزیجات	آب مورد نیاز برای بخارپز کردن سبزیجات را اندازه گیری می کند و در ظرف مناسب می ریزد.			
	با رعایت نکات ایمنی، اجاق گاز را روشن می کند و دمای آن را تنظیم می کند.			

			سبزیجات را بر اساس دستورالعمل مربی، بخارپز می کند.	
			سبزیجات بخارپز شده را پس از سرد شدن، بسته بندی می کند.	
			بر روی بسته بندی ها، برچسب مشخصات می چسباند.	
			نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.	
			با توجه به حجم سبزی ها، ظرف مناسب برای تفت دادن سبزی هارا انتخاب می کند.	تفت دادن سبزیجات
			روغن مخصوص جهت تفت دادن سبزی ها را انتخاب می کند.	
			با توجه به حجم سبزی ها، به میزان لازم روغن به آن ها اضافه می کند.	
			با رعایت نکات ایمنی، اجاق گاز را روشن می کند و دمای آن را تنظیم می کند.	
			سبزی های تفت داده شده را پس از سرد شدن، بسته بندی می کند.	
			بر روی بسته های تهیه شده، برچسب مشخصات می چسباند.	
			نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.	
			مواد پاک کننده و شوینده مناسب با نوع کار را انتخاب می کند.	
			وسایل و ظروف (پس از شستن) و خشک کردن در جای خود قرار می دهد.	تمیز کاری وسایل، تجهیزات و سطوح
			لکه و مواد مواد غذایی برجای مانده بر روی اجاق گاز را شسته و خشک می کند.	
			سطوح و کف آشپزخانه را شسته و خشک می کند.	
نمره عملی دانش آموز:				
تاریخ و امضاء:				نام و نام خانوادگی هنر آموز:

شایستگی مهارت: تهیه چند نوع غذای سنتی و محلی

شرح شایستگی مهارت: این پودمان توانایی پخت چند نوع غذای سنتی و محلی را با رعایت اصول ایمنی و بهداشتی زیرنظر مربی فراهم می کند.

معیار عملکرد		
<ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل لازم برای تهیه آبگوشت شناسایی و انتخاب می شود. - مواد مورد نیاز به تعداد نفرات مطابق دستورالعمل آماده می شود. - مواد اولیه مطابق با دستورالعمل آماده می شود. - تمامی مواد مطابق دستورالعمل در قابلمه مناسبی ریخته می شود. - اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی روشن و قابلمه روی آن گذاشته شود. - زمان مناسب برای پخت آبگوشت در نظر گرفته می شود. - آبگوشت پس از آماده شدن در ظرف مناسبی ریخته می شود. - وسایل کار تمیز و در جای خود قرار داده می شود. 	تهیه آبگوشت ساده	عناصر شایستگی
<p>دبیر محترم با توجه به غذای سنتی انتخابی استان، معیار عملکرد تهیه نمائید.</p>	غذای سنتی استان	
<p>دبیر محترم با توجه به غذای محلی انتخابی استان، معیار عملکرد تهیه نمائید.</p>	غذای محلی استان	
<p>دبیر محترم با توجه به غذای محلی انتخابی استان، معیار عملکرد تهیه نمائید.</p>	غذای محلی استان	
<p>دبیر محترم با توجه به غذای محلی انتخابی استان، معیار عملکرد تهیه نمائید.</p>	غذای محلی استان	
<p>دبیر محترم با توجه به غذای محلی انتخابی استان، معیار عملکرد تهیه نمائید.</p>	غذای محلی استان	
<ul style="list-style-type: none"> - وسایل کار شسته ، خشک و جای دهی می شود. - اجاق گاز، سطوح و کف آشپزخانه شسته و خشک می شود. 	تمیز کاری وسایل، تجهیزات و سطوح	

راهنمای آزمون	<p>ارزشیابی این شایستگی بر مبنای ۲۰ نمره می باشد. (عملی ۱۴ نمره، کتبی ۳ نمره و رفتارهای وابسته به شغل ۳ نمره) نحوه محاسبه نمره پایانی آن به قرار ذیل است:</p> <p>نمره پایانی = نمره آزمون نوبت دوم + نمره تکوینی دانش آموز*</p> <p style="text-align: center;">۲</p> <p>* نمره تکوینی دانش آموز شامل موارد زیر است:</p> <p>میانگین نمرات آزمون های مستمر نوبت اول + نمره آزمون نوبت اول + میانگین نمرات آزمون های مستمر نوبت دوم</p> <p style="text-align: center;">۳</p>
	<p>مفاهیم شناختی پیش نیاز</p> <p>مهارت های عمومی پایه تعریف شده برای ورود به دوره دوم متوسطه حرفه ای</p>
<p>پودمان های هم نیاز و پیش نیاز</p> <p>بهداشت و ایمنی در آشپزخانه (هم نیاز)</p>	
<p>رفتارهای شغلی</p> <p>آراستگی ظاهری: لباس کار تمیز پوشیده می شود.</p> <p>نظم و ترتیب: پس از پایان کار وسایل در جای خود قرار داده می شود.</p> <p>مسئولیت پذیری: کار محوله را به درستی انجام می دهد.</p> <p>مهارت های ارتباطی: واژه های مربوط به کار خود را به درستی بیان می کند. گزارش کار خود را به مربی می دهد. با دیگران مودبانه صحبت می کند.</p> <p>رعایت بهداشت فردی: قبل و پس از پایان کار دست و صورت خود را می شوید.</p> <p>وقت شناسی: به موقع در کارگاه حضور پیدا می کند. کار خود را در زمان تعیین شده انجام می دهد.</p>	
<p>امکانات (فضای فیزیکی)</p> <p>یک فضای کاری در حدود ۳۰ متر مربع</p>	
<p>ابزار و تجهیزات</p> <p>اجاق گاز، قابلمه، قاشق، ملاقه، گوشت کوب، کاسه، دیس</p>	
<p>مواد مصرفی</p> <p>مواد اولیه تهیه آبگوشت</p>	
<p>نرم افزار</p> <p>فیلم آموزشی مرتبط</p>	
<p>نیروی انسانی</p> <p>فوق دیپلم و بالاتر در رشته تحصیلی مرتبط و یا فوق دیپلم و بالاتر در رشته کودکان استثنایی با داشتن مدرک مهارتی مرتبط از سازمان های متولی آموزش حرفه ای</p>	

برنامه درسی شایستگی مهارت: تهیه چند نوع غذای سنتی و محلی

عناصر شایستگی	اجزای شایستگی
تهیه آبگوشت ساده	<p style="text-align: right;">دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - وسایل و ابزار لازم برای تهیه آبگوشت (اجاق گاز، قابلمه، قاشق، ملاقه، گوشت کوب، کاسه، دیس) - میزان مواد اولیه و افزودنی های مناسب برای تهیه آبگوشت: گوشت ماهیچه خرد شده ۷۵۰ گرم، نخود ۵۰ گرم، لوبیا سفید ۵۰ گرم، لیمو عمانی ۴ تا ۵ عدد، پیاز متوسط ۱ عدد بزرگ، نمک، فلفل و زردچوبه به مقدار کم، رب گوجه فرنگی ۲۵ گرم، سیب زمینی ۵۰۰ گرم نحوه تهیه آبگوشت: - پیاز را پس از تمیز کردن در یک قابلمه خرد کنید. نخود و لوبیا را تمیز کنید و بشویید و به آن اضافه کنید. نکته: حبوبات را قبل از پختن بین ۸ تا ۴۸ ساعت در آب خیس کنید. و هر ۲ ساعت یک بار، آب حبوبات خیس شده را عوض کنید. - گوشت را شسته و خرد کنید. سپس سایر افزودنی ها و آب (۵ و ۶ پیمانه) را در قابلمه بریزید. - اجاق گاز را روشن کنید و قابلمه را روی آن بگذارید تا آب قابلمه جوش بیاید. - بعد در ظرف را محکم ببندید و حرارت را ملایم کنید تا گوشت و حبوبات پخته شود. نکته: بعد از جوش آمدن، در ظرف را باید محکم بست و حرارت را ملایم کرد تا آب گوشت با بخار پخته شود. آب آن تبخیر نشود تا به اضافه کردن چند بار آب احتیاج پیدا نکند. - در اواخر پخت ۵-۶ عدد سیب زمینی را پوست بکنید و با کمی نمک و فلفل و گرد لیمو داخل آبگوشت بریزید و بگذارید سیب زمینی بپزد. نحوه سرو غذا: - بعد از آماده شدن غذا می توانید تمام مواد را در ظرف بکشید و سر سفره ببرید و یا یکی دو قطعه گوشت با دو و سه عدد سیب زمینی و کمی نخود و لوبیا و آب گوشت را در ظرف بکشید و بقیه ی مواد را خوب بکوبید و در دیس بکشید. بدیهی است اگر با مقدار آب تعیین شده گوشت نپزد باید مقداری آب جوشیده به آن اضافه کنید.
	<p style="text-align: right;">مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب وسایل و ابزار مناسب برای تهیه آبگوشت - انتخاب مواد اولیه و سایر افزودنی ها مورد نیاز متناسب با تعداد افراد - آماده کردن مواد مورد نیاز (تمیز کردن حبوبات و شستن آن ها، تمیز کردن پیاز و خرد کردن آن ، شستن و تکه تکه کردن گوشت، پوست گرفتن سیب زمینی ها و...) - ریختن مواد داخل یک قابلمه مناسب و اضافه کردن آب طبق دستور مربی - پخت مواد با رعایت میزان حرارت لازم و زمان مناسب (امتحان پخت گوشت و حبوبات) - اضافه کردن سیب زمینی و سایر افزودنی ها پس از پخت مواد - در نظرگرفتن زمان لازم برای پخت سیب زمینی - ریختن مواد در ظرف مناسب - کوبیدن گوشت و قراردادن آن در دیس

<p>دانش:</p> <p>با توجه به غذای سنتی انتخابی استان تهیه شود.</p>	
<p>مهارت:</p> <p>با توجه به غذای سنتی انتخابی استان تهیه شود.</p>	<p>غذای سنتی استان</p>
<p>دانش:</p> <p>با توجه به غذای محلی انتخابی استان تهیه شود.</p>	
<p>مهارت:</p> <p>با توجه به غذای محلی انتخابی استان تهیه شود.</p>	<p>غذای محلی استان</p>
<p>دانش:</p> <p>با توجه به غذای محلی انتخابی استان تهیه شود.</p>	
<p>مهارت:</p> <p>با توجه به غذای محلی انتخابی استان تهیه شود.</p>	<p>غذای محلی استان</p>
<p>دانش:</p> <p>با توجه به غذای محلی انتخابی استان تهیه شود.</p>	
<p>مهارت:</p> <p>با توجه به غذای محلی انتخابی استان تهیه شود.</p>	<p>غذای محلی استان</p>
<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انواع مواد پاک کننده و شوینده متناسب با نوع کار (مایع ظرفشویی، پودر شست و شو و ..) - نکات ایمنی و بهداشتی به هنگام کار با مواد شوینده - نحوه شستن و تمیز کردن ابزار و ظروف - نحوه گذاشتن ظروف در جای مناسب - نحوه تمیز کردن سطوح با مواد شوینده استاندارد 	
<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب مواد پاک کننده و شوینده متناسب با نوع کار - شستن ابزار و ظروف و خشک کردن آن ها - گذاشتن ظروف، پس از خشک کردن در جای مناسب - تمیز کردن سطوح با مواد شوینده مناسب - تمیز کرد اجاق گاز با مواد شوینده مناسب 	<p>تمیز کاری ابزار، تجهیزات و سطوح</p>

<ul style="list-style-type: none"> - رعایت بهداشت و نظافت فردی و کارگاهی - رعایت بهداشت فیزیکی بدن ضمن کار (اصول ارگونومی) - استفاده از ماسک، کلاه و لباس کار مناسب - رعایت نکات ایمنی هنگام تمیز کردن و یا کار با وسایل برنده (چاقو، رنده و) - اجتناب از انداختن کبریت نیمه سوخته بر روی زمین - رعایت نکات ایمنی ضمن کار با اجاق گاز و مواد داغ - قراردادن وسایل در جای خود پس از اتمام کار 	<p style="text-align: center;">نکات ایمنی حین کار</p>
<ul style="list-style-type: none"> - علاقه مندی به کار - دقت، توجه و سرعت هنگام کار - صرفه جویی در مواد مصرفی 	<p style="text-align: center;">نگرش</p>
<ul style="list-style-type: none"> - تفکیک زباله تر از خشک 	<p style="text-align: center;">توجهات زیست محیطی</p>
<p style="text-align: center;">ابزار و تجهیزات:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ترازوی آشپزخانه، پیمانه ها و قاشق های اندازه گیری، چاقوی آشپزخانه، کاسه، سبد، قاشق، چنگال، کارد، سینی، بشقاب، قابلمه، تابه، شعله پخش کن، اجاق گاز، فندک اتمی، کپسول آتش نشانی، یخچال و فریزر، میز کار آشپزخانه، کابینت آشپزخانه همراه با هود، آب چکان و سینک <p style="text-align: center;">مواد مصرفی:</p> <ul style="list-style-type: none"> - مواد اولیه آش (رشته، شله قلمکار، جو و محلی)، مواد ضد عفونی کننده و شوینده 	<p style="text-align: center;">تجهیزات ، ابزار و مواد مصرفی</p>
<ul style="list-style-type: none"> - خواندن و نوشتن اعداد و کلمات 	<p style="text-align: center;">دانش پایه (غیر فنی)</p>

فهرست واریسی از شایستگی مهارت: تهیه چند نوع غذای سنتی و محلی

نام و نام خانوادگی دانش آموز: رشته: پایه: تاریخ آزمون نوبت دوم:

اجزای پودمان	آیتم های ارزیابی	به طور مستقل و صحیح انجام می دهد.	با راهنمایی کلامی مربی به طور صحیح انجام می دهد.	به طور صحیح انجام نمی دهد.
تهیه آبگوشت ساده	وسایل و ابزار مناسب برای تهیه آبگوشت را انتخاب می کند.			
	مواد اولیه و افزودنی های لازم را با توجه به نسبت های آن متناسب با تعداد افراد آماده می کند.			
	گوشت را زیر نظر مربی تکه تکه می کند.			
	نخود و لوبیا را تمیز می شوید.			
	پیاز را تمیز، شسته و خرد می کند.			
	تمام مواد را داخل قابلمه می ریزد و به میزان مناسب در آن آب می ریزد.			
	اجاق گاز را با رعایت نکات ایمنی روشن می کند.			
	حرارت اجاق گاز را پس از جوش آمدن آب تنظیم می کند.			
	سیب زمینی را پوست می کند و در زمان مناسب داخل قابلمه می ریزد.			
	سایر افزودنی ها را به میزان مناسب در قابلمه می ریزد.			
	غذا را در ظرف مناسب می ریزد.			
	گوشت را با گوشت کوب می کوبد و در دیس می کشد.			
غذای سنتی استان	با توجه به غذای سنتی انتخابی استان تهیه شود.			
غذای محلی استان	با توجه به غذای محلی انتخابی استان تهیه شود.			
غذای محلی استان	با توجه به غذای محلی انتخابی استان تهیه شود.			
غذای محلی استان	با توجه به غذای محلی انتخابی استان تهیه شود.			
نمره عملی دانش آموز:				
نام و نام خانوادگی هنرآموز:				
تاریخ و امضاء:				

شایستگی مهارت: تهیه انواع آش

شرح شایستگی مهارت: این پودمان توانایی تهیه انواع آش (آش رشته، آش شله قلمکار، آش جو، آش محلی) را با استفاده از مواد اولیه‌ای که مربی در اختیار دانش‌آموز قرار می‌دهد با رعایت موارد ایمنی و بهداشتی زیرنظر مربی فراهم می‌کند.

معیار عملکرد			
آش رشته	<ul style="list-style-type: none"> - وسایل طبق دستورالعمل مربی انتخاب می‌شود. - مواد مورد نیاز به تعداد نفرات بر اساس دستورالعمل مربی آماده می‌شود. - مواد اولیه آش مطابق با دستورالعمل آماده می‌شود. - اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی روشن و قابل‌لمه روی آن قرار می‌گیرد. - تمامی مواد آش مطابق دستورالعمل درون قابل‌لمه ریخته می‌شود. - زمان مناسب برای پخت آش در نظر گرفته می‌شود. - آش در ظرف مناسب ریخته می‌شود و با کشک، نعنا داغ، سیرداغ و پیازداغ تزیین می‌شود. 	عناصر شایستگی	
آش شله قلمکار	<ul style="list-style-type: none"> - وسایل طبق دستورالعمل مربی انتخاب می‌شود. - مواد مورد نیاز به تعداد نفرات بر اساس دستورالعمل مربی آماده می‌شود. - مواد اولیه آش مطابق با دستورالعمل آماده می‌شود. - اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی روشن و قابل‌لمه روی آن قرار می‌گیرد. - تمامی مواد آش شله قلمکار مطابق دستورالعمل درون قابل‌لمه ریخته می‌شود. - زمان مناسب برای پخت آش شله قلمکار در نظر گرفته می‌شود. - آش شله قلمکار در ظرف مناسب ریخته می‌شود و با نعنا داغ و پیازداغ تزیین می‌شود. 		
آش جو	<ul style="list-style-type: none"> - وسایل طبق دستورالعمل مربی انتخاب می‌شود. - مواد مورد نیاز به تعداد نفرات بر اساس دستورالعمل مربی آماده می‌شود. - مواد اولیه آش جو مطابق با دستورالعمل آماده می‌شود. - اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی روشن و قابل‌لمه روی آن قرار می‌گیرد. - تمامی مواد آش جو مطابق دستورالعمل درون قابل‌لمه ریخته می‌شود. - زمان مناسب برای پخت آش جو در نظر گرفته می‌شود. - آش جو در ظرف مناسب ریخته می‌شود و با کشک، نعنا داغ، سیرداغ و پیاز داغ تزیین می‌شود. 		
آش محلی	<ul style="list-style-type: none"> - وسایل طبق دستورالعمل مربی انتخاب می‌شود. - مواد مورد نیاز به تعداد نفرات بر اساس دستورالعمل مربی آماده می‌شود. - مواد اولیه آش محلی مطابق با دستورالعمل آماده می‌شود. - اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی روشن و قابل‌لمه روی آن قرار می‌گیرد. - تمامی مواد آش محلی مطابق دستورالعمل درون قابل‌لمه ریخته می‌شود. - زمان مناسب برای پخت آش محلی در نظر گرفته می‌شود. - آش محلی در ظرف مناسب ریخته و تزیین می‌شود. - در آش محلی مطابق با محل زندگی افراد از سبزی‌های محلی و چاشنی‌های خاص هر منطقه استفاده می‌شود. مثل: آش آلو، آش شوربا، آش میوه و... 		
تمیز کاری وسایل، تجهیزات و سطوح	<ul style="list-style-type: none"> - وسایل کار شسته، خشک و جای دهی می‌شود. - تمیزکاری اجاق گاز و سطوح از ضایعات و آلودگی‌ها مطابق با دستورالعمل انجام می‌شود. 		

راهنمای آزمون	<p>ارزشیابی این شایستگی بر مبنای ۲۰ نمره می باشد. (عملی ۱۴ نمره، کتبی ۳ نمره و رفتارهای وابسته به شغل ۳ نمره) نحوه محاسبه نمره پایانی آن به قرار ذیل است:</p> <p>نمره پایانی = <u>نمره آزمون نوبت دوم + نمره تکوینی دانش آموز</u> * ۲</p> <p>* نمره تکوینی دانش آموز شامل موارد زیر است:</p> <p><u>میانگین نمرات آزمون های مستمر نوبت اول + نمره آزمون نوبت اول + میانگین نمرات آزمون های مستمر نوبت دوم</u></p> <p style="text-align: center;">۳</p>
	<p>مفاهیم شناختی</p> <p>پیش نیاز</p> <p>مهارت های عمومی پایه تعریف شده برای ورود به دوره دوم متوسطه حرفه ای</p>
<p>پودمان های هم نیاز و پیش نیاز</p> <p>هم نیاز رفتار وابسته به شغل</p>	
<p>رفتارهای شغلی</p> <p>آراستگی ظاهری: لباس کار تمیز پوشیده می شود.</p> <p>نظم و ترتیب: پس از پایان کار وسایل در جای خود قرار داده می شود.</p> <p>مسئولیت پذیری: کار محوله را به درستی انجام می دهد.</p> <p>مهارت های ارتباطی: واژه های مربوط به کار خود را به درستی بیان می کند. گزارش کار خود را به مربی می دهد. با دیگران مودبانه صحبت می کند.</p> <p>رعایت بهداشت فردی: قبل و پس از پایان کار دست و صورت خود را می شوید.</p> <p>وقت شناسی: به موقع در کار گاه حضور پیدا می کند. کار خود را در زمان تعیین شده انجام می دهد.</p>	
<p>امکانات (فضای فیزیکی)</p> <p>یک فضای کاری در حدود ۳۰ مترمربع</p>	
<p>ابزار و تجهیزات</p> <p>ترازوی آشپزخانه، پیمانها و قاشق های اندازه گیری، چاقوی آشپزخانه، کاسه، سبد، قاشق، چنگال، کارد، سینی، بشقاب، قابلمه، تابه، شعله پخش کن، اجاق گاز، فندک اتمی، کپسول آتش نشانی، یخچال و فریزر، میز کار آشپزخانه، کابینت آشپزخانه همراه با هود، آب چکان و سینک</p>	
<p>مواد مصرفی</p> <p>مواد اولیه آش (رشته، شله قلمکار، جو و محلی)، مواد ضد عفونی کننده و شوینده</p>	
<p>نرم افزار</p> <p>فیلم آموزشی مرتبط</p>	
<p>نیروی انسانی</p> <p>فوق دیپلم و بالاتر در رشته تحصیلی مرتبط و یا فوق دیپلم و بالاتر در رشته کودکان استثنایی با داشتن مدرک مهارتی مرتبط از سازمان های متولی آموزش حرفه ای</p>	

برنامه درسی شایستگی مهارت: تهیه انواع آش

عناصر شایستگی	اجزای شایستگی
تهیه آش رشته	<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل مورد نیاز برای تهیه آش رشته (قابلمه، لگن، سبد، تابه، کارد، تخته کار، قاشق، ملاقه) - میزان مواد اولیه مورد نیاز و افزودنی های آن به تعداد نفرات برای تهیه آش رشته: رشته ،روغن،سبزی آش (تره،شوید،جعفری،اسفناج،گشنیز به مقدار کم)، نمک ،فلفل ، زرد چوبه ، پیاز داغ ،نعنا داغ، کشک، حبوبات (عدس نخود،لوبیا سفید و لوبیا چیتی) - نحوه روشن کردن اجاق گاز و تنظیم حرارت آن - نحوه تهیه آش رشته: - حبوبات پاک کرده را بعد از شستن، یکی دو ساعت خیس نگه دارید و سپس بپزید. (این عمل باعث سریع در پخت حبوبات و درشت شدن آن می شود) نکته: برای پخت حبوبات آبی را که حبوبات در آن خیس خورده است را دور بریزید. - سبزی ها را تمیز و خرد کنید و آن را با آبی که قبلاً جوش آورده اید بپزید. (نکته: در هنگام پخت سبزی در ظرف را باز بگذارید تا سبز بودن رنگ سبزی حفظ شود) - سپس حبوبات پخته شده را اضافه کنید و بگذارید جوش بزند. - زمانی که آش کمی غلیظ شد رشته را اضافه نمایید. - در تابه کوچک مقداری روغن ریخته به آن فلفل سیاه و زرد چوبه اضافه کنید. حرارت دهید تا کمی خامی ادویه ها گرفته شود سپس به آش اضافه کنید. - در تابه کوچک دیگری مقداری روغن ریخته به آن نعنا خشک اضافه نمایید بعد از کمی حرارت دادن برای داخل آش و تزیین آن مصرف کنید. - نمک آش را به مقدار لازم اضافه کنید و زمان مناسب برای جا افتادن آش را در نظر بگیرید. - آش را در ظرف مناسب بریزید و با کشک ،نعنا داغ، سیرداغ و پیازداغ تزیین کنید.
	<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - پوشیدن لباس کار مناسب و پیش بند - انتخاب وسایل کار مناسب برای تهیه آش رشته - آماده کردن مواد اولیه مورد نیاز و افزودنی های آن متناسب با تعداد نفرات - پاک کردن، شستن و خیساندن حبوبات. - پاک کردن، شستن و ریز خرد کردن سبزی های آش. - پاک کردن، شستن و خرد کردن پیاز و سرخ کردن آن. - پاک کردن، شستن و خرد کردن سیر و سرخ کردن آن. - آماده کردن نعنا داغ مطابق دستورالعمل. - انجام تمام مراحل پخت آش رشته - ریختن آش در ظرفی مناسب و تزیین آن
آش شله قلمکار	<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل مورد نیاز برای تهیه آش شله قلمکار (قابلمه، لگن، سبد، تابه، کارد، تخته کار، قاشق، ملاقه) - میزان مواد اولیه مورد نیاز و افزودنی های آن به تعداد نفرات برای تهیه آش شله قلمکار: برنج،روغن،سبزی آش (تره، شوید، جعفری، ترخون ، مرزه وگشنیز)، گوشت گردن ،نمک ،فلفل ، زرد چوبه ، پیاز داغ ،نعنا داغ، حبوبات (نخود،لوبیا سفید ، لوبیا چشم بلبلی، لوبیاقرمز و لوبیا چیتی)

<p>- نحوه روشن کردن اجاق گاز و تنظیم حرارت آن</p> <p>- نحوه تهیه آش شله قلمکار:</p> <p>- سبزی آش را تمیز کرده و خرد کنید.</p> <p>- حبوبات را پس از تمیز کردن و شستن چند ساعتی در آب خیس کنید و سپس بپزید.</p> <p>- گوشت گردن را پاک کنید و با پیاز و سیر خام و کمی زردچوبه بپزید و بعد از پخت به آن نمک بزنید.</p> <p>بعد از کمی خنک شدن استخوان آن را جدا کرده و با گوشت کوب بکوبید تا کاملا رشته های گوشت از هم باز شود .</p> <p>- برنج را از ۴ ساعت قبل خیس کنید. آب را در قابلمه مناسب به جوش آورید و سبزی و برنج را اضافه کنید و بگذارید آرام بپزد. سپس حبوبات پخته شده را به آن اضافه کنید و اجازه دهید تمام مواد پخته و له شوند.</p> <p>- زمانی که آش کمی غلیظ شد گوشت پخته را اضافه نمایید.</p> <p>- در تابه کوچک مقداری روغن ریخته به آن فلفل سیاه و زرد چوبه اضافه کنید حرارت دهید تا کمی خامی ادویه ها گرفته شود سپس به آش اضافه کنید.</p> <p>- در تابه کوچک دیگری مقداری روغن ریخته به آن نعنا خشک اضافه نمایید بعد از کمی حرارت دادن برای داخل آش و تزیین آن مصرف نمایید.</p> <p>- نمک آش را به مقدار لازم اضافه نمایید و زمان مناسب برای جا افتادن آش را در نظر بگیرید.</p> <p>- آش را در ظرف مناسب ریخته و با نعنا داغ و پیاز داغ تزیین نمایید.</p>	
<p>مهارت:</p> <p>- پوشیدن لباس کار مناسب و پیش بند</p> <p>- انتخاب وسایل کار مناسب برای تهیه آش شله قلمکار</p> <p>- آماده کردن مواد اولیه مورد نیاز و افزودنی های آن متناسب با تعداد نفرات</p> <p>- پاک کردن، شستن و خیساندن حبوبات و برنج</p> <p>- پخت حبوبات مطابق دستورالعمل</p> <p>- پاک کردن، شستن و ریز خرد کردن سبزی های آش.</p> <p>- پاک کردن، شستن و خرد کردن پیاز و سرخ کردن آن.</p> <p>- پاک کردن، شستن و خرد کردن سیر و سرخ کردن آن.</p> <p>- پخت گوشت و استخوان گیری و کوبیدن آن</p> <p>- آماده کردن نعنا داغ مطابق دستورالعمل.</p> <p>- انجام تمام مراحل پخت آش شله قلمکار</p> <p>- ریختن آش در ظرفی مناسب و تزیین آن</p>	
<p>دانش:</p> <p>- ابزار و وسایل مورد نیاز برای تهیه آش جو (قابلمه، لگن، سبد، تابه، کارد، تخته کار، قاشق، ملاقه)</p> <p>- میزان مواد اولیه مورد نیاز و افزودنی های آن به تعداد نفرات برای تهیه آش جو:</p> <p>برنج، جو پوست گرفته، کشک، روغن، سبزی آش (تره، شوید، جعفری، ترخون، اسفناج)، نمک، فلفل، زرد چوبه، پیاز داغ، نعنا داغ، حبوبات (نخود، لوبیا سفید، عدس و لوبیا چیتی)</p> <p>- نحوه روشن کردن اجاق گاز و تنظیم حرارت آن</p> <p>- نحوه تهیه آش جو:</p> <p>- حبوبات، برنج و جو را جداگانه پاک کرده و برای چند ساعت در آب خیس کنید.</p> <p>- حبوبات را خوب بپزید سپس برنج و جو را به آن اضافه کنید.</p> <p>- سپس سبزی های تمیز شده و خرد شده را به مواد اضافه کنید. آش را هم بزنید تا پخته شود و جا</p>	<p>آش جو</p>

<p>بیفتند.</p> <ul style="list-style-type: none"> - در تابه کوچک مقداری روغن ریخته به آن فلفل سیاه و زرد چوبه اضافه کنید حرارت دهید تا کمی خامی ادویه ها گرفته شود سپس به آتش اضافه کنید. - در تابه کوچک دیگری مقداری روغن ریخته به آن نعنا خشک اضافه کنید بعد از کمی حرارت دادن برای داخل آتش و تزیین آن مصرف کنید. - کشک و نمک آتش را به مقدار لازم اضافه نمایید و زمان مناسب برای جا افتادن پخت آتش را در نظر گرفته شود. - آتش را در ظرف مناسب بریزید و با کشک، نعنا داغ، سیرداغ و پیازداغ تزیین نمایید.. - در صورت تمایل در این آتش می توانید از گوشت گردن هم استفاده کنید. 	
<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - پوشیدن لباس کار مناسب و پیش بند - انتخاب وسایل کار مناسب برای تهیه آتش جو - آماده کردن مواد اولیه مورد نیاز و افزودنی های آن متناسب با تعداد نفرات - پاک کردن، شستن و خیساندن حبوبات، برنج و جو - پاک کردن، شستن و ریز خرد کردن سبزی های آتش. - پاک کردن، شستن و خرد کردن پیاز و سرخ کردن آن. - پاک کردن، شستن و خرد کردن سیر و سرخ کردن آن. - تهیه نعنا داغ مطابق دستورالعمل - انجام تمام مراحل پخت آتش جو - ریختن آتش در ظرفی مناسب و تزیین آن 	
<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - مطابق با آتش محلی انتخاب شده، نوشته شود 	آتش محلی
<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - مطابق با آتش محلی انتخاب شده، نوشته شود 	
<ul style="list-style-type: none"> - رعایت بهداشت و نظافت فردی و کارگاهی - رعایت بهداشت فیزیکی بدن ضمن کار (اصول ارگونومی) - استفاده از ماسک، کلاه و لباس کار مناسب - رعایت نکات ایمنی هنگام تمیز کردن ویا کار با وسایل برنده(چاقو ، رنده و) - اجتناب از انداختن کبریت نیمه سوخته بر روی زمین - رعایت نکات ایمنی ضمن کار با اجاق گاز و مواد داغ - رعایت نکات ایمنی به هنگام کنترل پریز و سیم های برق - قراردادن وسایل در جای خود پس از اتمام کار 	نکات ایمنی حین کار
<ul style="list-style-type: none"> - علاقه مندی به کار - دقت، توجه و سرعت هنگام کار - صرفه جویی در مواد مصرفی 	نگرش
<ul style="list-style-type: none"> - تفکیک زباله تر از خشک 	توجهات زیست محیطی

<p style="text-align: center;">ابزار و تجهیزات:</p> <p>- ترازوی آشپزخانه، پیمانه ها و قاشق های اندازه گیری، چاقوی آشپزخانه، کاسه، سبد، قاشق، چنگال، کارد، سینی، بشقاب، قابلمه، تابه، شعله پخش کن، اجاق گاز، فندک اتمی، کپسول آتش نشانی، یخچال و فریزر، میز کار آشپزخانه، کابینت آشپزخانه همراه با هود، آب چکان و سینک</p> <p style="text-align: center;">مواد مصرفی:</p> <p>- مواد اولیه آش (رشته، شله قلمکار، جو و محلی)، مواد ضد عفونی کننده و شوینده</p>	<p style="text-align: center;">تجهیزات، ابزار و مواد مصرفی</p>
<p style="text-align: center;">- خواندن و نوشتن اعداد و کلمات</p>	<p style="text-align: center;">دانش پایه (غیر فنی)</p>

فهرست واری از شایستگی مهارت: تهیه انواع آتش

تاریخ آزمون نوبت دوم:

پایه:

رشته:

نام و نام خانوادگی دانش آموز:

به طور صحیح انجام نمی دهد.	با راهنمایی کلامی مربی به طور صحیح انجام می دهد.	به طور مستقل و صحیح انجام می دهد.	آیتم های ارزیابی	اجزای پودمان
			بر اساس دستور مربی، وسایل تهیه آتش رشته را انتخاب می کند.	آتش رشته
			مواد مورد نیاز را بر اساس دستورالعمل مربی و تعداد افراد، آماده می کند.	
			سبزی و حبوبات را تمیز می کند.	
			با رعایت نکات ایمنی، اجاق گاز را روشن می کند و حرارت آن را تنظیم می کند.	
			سبزی را در ظرف مناسب می ریزد و بر اساس دستورالعمل می پزد.	
			سایر مواد و افزودنی ها را پس از پخته شدن آتش، به آن اضافه می کند.	
			آتش آماده شده را در ظرف مناسب می ریزد.	
			نکات بهداشتی و ایمنی را در حین کار رعایت می کند.	
			بر اساس دستور مربی، وسایل تهیه آتش شله فلمکار را انتخاب می کند.	آتش شله فلمکار
			مواد مورد نیاز را بر اساس دستورالعمل مربی به تعداد افراد آماده می کند.	
			سبزی را بر اساس دستورالعمل مربی خرد می کند.	
			با رعایت نکات ایمنی، اجاق گاز را روشن می کند و حرارت آن را تنظیم می کند.	
			مواد اش را در ظرف مناسبی ریخته و بر روی اجاق گاز قرار می دهد.	
			پس از پخته شدن، سایر افزودنی ها را به آن اضافه می کند.	
			زمان و حرارت لازم برای جا افتادن آتش را کنترل می کند.	
			آتش آماده شده را در ظرف مناسب می ریزد.	
			نکات بهداشتی و ایمنی را در حین کار، رعایت می کند.	
			بر اساس دستور مربی، وسایل تهیه آتش جو را انتخاب می کند.	آتش جو
			مواد مورد نیاز را بر اساس دستورالعمل مربی و به تعداد افراد آماده می کند.	
			سبزی را بر اساس دستورالعمل مربی، خرد می کند.	
			جو را تمیز می کند.	

			با رعایت نکات ایمنی، اجاق گاز را روشن می کند و حرارت آن را تنظیم می کند.	
			مواد آش را در ظرف مناسبی ریخته و بر روی اجاق گاز قرار می دهد.	
			پس از پخته شدن مواد، سایر افزودنی ها را به آن اضافه می کند.	
			زمان و حرارت لازم برای جا افتادن آش را کنترل می کند.	
			آش آماده شده را در ظرف مناسب می ریزد.	
			نکات بهداشتی و ایمنی را در حین کار، رعایت می کند.	
			بر اساس دستور مربی، وسایل تهیه آش محلی را انتخاب می کند.	
			مواد مورد نیاز را بر اساس دستورالعمل مربی و به تعداد افراد آماده می کند.	
			سبزی بر اساس دستورالعمل مربی، خرد می کند.	
			با رعایت نکات ایمنی، اجاق گاز را روشن می کند و حرارت آن را تنظیم می کند.	
			مواد آش را در ظرف مناسبی ریخته و بر روی اجاق گاز قرار می دهد.	آش محلی
			پس از پخته شدن مواد، سایر افزودنی ها را به آن اضافه می کند.	
			زمان و حرارت لازم برای جا افتادن آش را کنترل می کند.	
			آش آماده شده را در ظرف مناسب می ریزد.	
			نکات بهداشتی و ایمنی را در حین کار، رعایت می کند.	
			مواد پاک کننده و شوینده مناسب با نوع کار را انتخاب می کند.	
			وسایل و ظروف را پس از شستن و خشک کردن در جای خود قرار می دهد.	
			لکه و مواد غذایی بر جای مانده بر روی اجاق گاز را شسته و خشک می کند.	تمیز کاری وسایل، تجهیزات و سطوح
			سطوح و کف آشپزخانه را شسته و خشک می کند.	
نمره عملی دانش آموز:				
تاریخ و امضاء:				نام و نام خانوادگی هنر آموز:

شایستگی مهارت : تهیه غذاهای ساده و سریع

شرح شایستگی مهارت : این پودمان توانایی تهیه چند نوع غذای ساده و سریع (عدسی، لوبیا چیتی، چلو، سوپ، پتاژ) را با استفاده از مواد اولیه و پاک شده ای که در اختیار دانش آموز قرار می گیرد با رعایت موارد ایمنی و بهداشتی زیرنظر مربی فراهم می کند.

معیار عملکرد			
<ul style="list-style-type: none"> - وسایل طبق دستورالعمل مربی انتخاب می شود. - مواد مورد نیاز به تعداد نفرات بر اساس دستورالعمل مربی آماده می شود. - پاک بودن عدس از ناخالصی ها کنترل می شود. - اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی روشن می شود. - عدس مطابق دستورالعمل پخته می شود. - بعد از پخته شدن عدس سایر مواد و افزودنی ها به آن اضافه می شود. - حرارت اجاق گاز و زمان مناسب جا افتادن عدسی کنترل می شود. - عدسی در ظرف مناسب ریخته می شود. 	تهیه عدسی	عناصر شایستگی	
<ul style="list-style-type: none"> - وسایل طبق دستورالعمل مربی انتخاب می شود. - مواد مورد نیاز به تعداد نفرات بر اساس دستورالعمل مربی آماده می شود. - پاک بودن لوبیا چیتی از ناخالصی ها کنترل می شود. - اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی روشن می شود. - لوبیا چیتی مطابق دستورالعمل پخته می شود. - بعد از پخته شدن لوبیا سایر مواد و افزودنی ها به آن اضافه می شود. - حرارت اجاق گاز و زمان مناسب جا افتادن لوبیا کنترل می شود. - لوبیا در ظرف مناسب ریخته می شود. 	تهیه لوبیا چیتی		
<ul style="list-style-type: none"> - وسایل طبق دستورالعمل مربی انتخاب می شود. - مواد مورد نیاز به تعداد نفرات بر اساس دستورالعمل مربی آماده می شود. - پاک بودن جو از ناخالصی ها کنترل می شود. - مواد آماده طبخ می شود. - اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی روشن می شود. - جو در ظرف مناسب ریخته شده و روی اجاق گاز قرار می گیرد. - بعد از پخته شدن جو سایر مواد و افزودنی ها به آن اضافه می شود. - حرارت اجاق گاز کنترل و زمان مناسب برای جا افتادن مواد در نظر گرفته می شود. - سوپ در ظرف مناسب ریخته می شود. 	تهیه سوپ جو		
<ul style="list-style-type: none"> - وسایل طبق دستورالعمل مربی انتخاب می شود. - مواد مورد نیاز به تعداد نفرات بر اساس دستورالعمل مربی آماده می شود. - پاک بودن عدس از ناخالصی ها کنترل می شود. - اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی روشن می شود. - عدس مطابق دستورالعمل پخته می شود. - آب عدس از صافی رد می شود. - عدس مطابق دستورالعمل کوبیده می شود. - سایر مواد و افزودنی ها به عدس اضافه می شود. 	تهیه پتاژ عدس (حبوبات)		

<p>- حرارت اجاق گاز و زمان مناسب برای غلیظ شدن مواد کنترل می شود. - پتاژ در ظرف مناسب ریخته می شود.</p>	
<p>- وسایل طبق دستورالعمل مربی انتخاب می شود. - مواد مورد نیاز به تعداد نفرات بر اساس دستورالعمل مربی آماده می شود. - پاک بودن برنج از ناخالصی ها کنترل می شود. - برنج مطابق دستورالعمل شسته می شود. - اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی روشن می شود. - برنج روی اجاق گاز قرار می گیرد. - پخت برنج مطابق دستورالعمل کنترل می شود. - برنج آبکش می شود. - برنج در قابلمه ریخته شده و مطابق دستورالعمل برای دم کشیدن آماده می شود. - حرارت اجاق گاز و زمان مناسب برای دم کشیدن برنج کنترل می شود. - برنج در ظرف مناسب ریخته می شود.</p>	<p>تهیه چلو</p>
<p>- وسایل کار شسته، خشک و جایدھی می شود. - تمیزکاری اجاق گاز و سطوح از ضایعات و آلودگیها مطابق با دستورالعمل انجام می شود.</p>	<p>تمیزکاری وسایل، تجهیزات و سطوح</p>
<p>ارزشیابی این شایستگی بر مبنای ۲۰ نمره می باشد. (ارزشیابی عملی ۱۴ نمره، کتبی ۳ نمره و ارزشیابی از رفتارهای شغلی ۳ نمره)</p> <p>نحوه محاسبه نمره پایانی آن به قرار ذیل می باشد.</p> <p>نمره پایانی = <u>نمره آزمون نوبت دوم + نمره تکوینی دانش آموز</u></p> <p style="text-align: center;">۲</p> <p>نمره تکوینی دانش آموز شامل موارد زیر است:</p> <p>میانگین نمرات آزمون های مستمر نوبت اول + نمره آزمون نوبت اول + میانگین نمرات آزمون های مستمر نوبت دوم</p> <p style="text-align: center;">۳</p>	
<p>مهارت های عمومی پایه تعریف شده برای ورود به دوره دوم متوسطه حرفه ای</p>	<p>مفاهیم شناختی پیش نیاز</p>
<p>پاک کردن سبزی، صیفی، غلات و حبوبات و دانه های خشکبار</p>	<p>پودمان های هم نیاز و پیش نیاز</p>

<p>آراستگی ظاهری: لباس کار تمیز پوشیده می‌شود.</p> <p>نظم و ترتیب: پس از پایان کار وسایل در جای خود قرار داده می‌شود.</p> <p>مسئولیت‌پذیری: کار محوله را به درستی انجام می‌دهد.</p> <p>مهارت‌های ارتباطی: واژه‌های مربوط به کار خود را به درستی بیان می‌کند. گزارش کار خود را به مربی می‌دهد. با دیگران مؤدبانه صحبت می‌کند.</p> <p>رعایت بهداشت فردی: قبل و پس از پایان کار دست و صورت خود را می‌شوید.</p> <p>وقت‌شناسی: به موقع در کارگاه حضور پیدا می‌کند. کار خود را در زمان تعیین شده انجام می‌دهد.</p>	<p>رفتارهای شغلی</p>
<p>- یک فضای کاری در حدود ۳۰ متر مربع</p>	<p>امکانات (فضای فیزیکی)</p>
<p>-ترازوی آشپزخانه،پیمانه ها و قاشق های اندازه گیری،چاقوی آشپزخانه، کاسه، سبد، قاشق، چنگال، کارد،سینی،دیس،بشقاب،قابلمه ،تابه،شعله پخش کن، اجاق گاز، فندک اتمی، کپسول آتش نشانی، یخچال و فریزر، میزکارآشپزخانه، کابینت آشپزخانه همراه با هود، آب چکان و سینک</p>	<p>ابزار و تجهیزات</p>
<p>مواد مصرفی:</p> <p>- مواد اولیه(خوراک عدسی، لوبیا چیتی، پتاژ حبوبات،سوپ جو،چلو)، روغن، مواد شوینده و ضدعفونی کننده</p>	<p>مواد مصرفی</p>
<p>- فیلم آموزشی مرتبط</p>	<p>نرم افزار</p>
<p>- فوق دیپلم و بالاتر در رشته تحصیلی مرتبط و یا فوق دیپلم و بالاتر در رشته کودکان استثنایی با داشتن مدرک مهارتی مرتبط از سازمان های متولی آموزش حرفه ای</p>	<p>نیروی انسانی</p>

برنامه درسی شایستگی مهارت: تهیه غذاهای ساده و سریع

عناصر شایستگی	اجزای شایستگی
تهیه عدسی	<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل لازم برای تهیه عدسی (قابلمه، لگن، کاسه، سبد، چاقو، تخته کار و...) - میزان مواد اولیه مورد نیاز و نسبت افزودنی های آن متناسب با تعداد نفرات برای تهیه عدسی: پیاز، عدسی، آب، سیب زمینی، رب، نمک و فلفل، روغن، زردچوبه - نحوه تهیه عدسی: - سیب زمینی و پیاز را پاک کرده، شسته و ریز روی تخته با چاقو خرد نمایید. - عدسی را پاک کرده و در کاسه ای ریخته آن را بشویید. - عدسی ها را ۲-۸ ساعت با آب ولرم خیس نمایید. - قابلمه ای روی حرارت گذاشته واجاق گاز را روشن نمایید. - پیاز را با کمی روغن تفت دهید، بعد از این که رنگش طلایی شد کمی زردچوبه بزنید. پس از آن رب گوجه را اضافه کنید و خوب مخلوط کنید. سپس عدس را اضافه کرده و بعد از کمی حرارت دادن روی آن آب ریخته تا حدی که روی آن را بگیرد. بعد از پخته شدن نمک و فلفل و دارچین را اضافه کنید. - در مرحله بعد سیب زمینی ها را (۲۰ دقیقه مانده به اتمام پخت عدسی) به مواد داخل قابلمه اضافه کنید. - بعد از پخت، عدسی را در کاسه مناسبی ریخته و با کمی پیاز داغ تزئین کنید.
	<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - پوشیدن لباس کار مناسب و پیشبند - انتخاب وسایل کار مناسب برای تهیه عدسی - آماده کردن مواد اولیه مورد نیاز به تعداد نفرات - پاک کردن عدس و خیساندن آن - پاک کردن سیب زمینی و پیاز و شستن و خرد کردن آن ها - انتخاب ظرف مناسب برای تهیه عدسی - انجام تمام مراحل پخت عدسی - ریختن عدسی درظرفی مناسب و تزئین آن
تهیه لوبیا چیتی	<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل لازم برای تهیه لوبیا چیتی (قابلمه، لگن، کاسه، سبد، چاقو، تخته کار و...) - میزان مواد اولیه مورد نیاز و نسبت افزودنی های آن متناسب با تعداد نفرات برای تهیه لوبیا چیتی: لوبیا چیتی، سیب زمینی، پیاز، قارچ، آب گوشت یا آب، نمک و فلفل و دارچین، رب، روغن زیتون و روغن سرخ کردنی - نحوه تهیه خورا ک لوبیا چیتی: - لوبیا چیتی را پاک کرده و سپس آن را درظرفی ریخته و بشویید. - لوبیا را با آب ولرم ۲۴ساعت خیس کنید. - سیب زمینی و پیاز را پوست گرفته آن را بشویید و سپس روی تخته کار با چاقو ریز خرد کنید. - قارچ ها را شسته (قارچ ها را داخل آب نیاندازید زیرا آب را جذب می کند باید آن ها را یک به یک با

<p>برس تمیز کرده و یا کمی از پوست آن گرفته شود. در هنگام شستشو از کمی سرکه سفید استفاده شود. تا هم تمیز شود و هم سفید باقی بماند) و روی تخته با چاقو ورقه ورقه خرد نمایید.</p> <p>- قابلمه مناسب را انتخاب کرده روی گاز قرار دهید.</p> <p>- گاز را روشن کرده کمی روغن سرخ کردنی ریخته و بعد از گرم شدن روغن، پیاز را کمی تفت دهید و به آن قارچ و سیب زمینی را اضافه کنید (حرارت را خاموش کنید).</p> <p>- سپس آب لوبیا چیتی که خیس کرده اید را دور ریخته و در قابلمه ای جداگانه لوبیا را با آب بجوشانید. بعد از ۵-۱۰ دقیقه که خوب جوشید آب آن را مجددا دور ریخته، حالا لوبیا را به قابلمه اصلی (ظرفی که شامل پیاز و قارچ و سیب زمینی) ریخته و با آب یا آب گوشت بگذارید تا کاملا پخته شود. در نهایت به آن نمک و فلفل، رب، دارچین و کمی روغن زیتون اضافه نمایید.</p>	
<p>مهارت:</p> <p>- پوشیدن لباس کار مناسب و پیشبند</p> <p>- انتخاب وسایل کار مناسب برای تهیه خوراک لوبیا چیتی</p> <p>- آماده کردن مواد اولیه مورد نیاز به تعداد نفرات</p> <p>- پاک کردن لوبیا چیتی و خیساندن آن</p> <p>- پاک کردن و شستشوی مواد اولیه و خرد کردن آنها</p> <p>- انتخاب ظرف مناسب برای تهیه خوراک لوبیا چیتی</p> <p>- انجام تمام مراحل پخت خوراک لوبیا چیتی</p> <p>- ریختن لوبیا در ظرفی مناسب</p>	
<p>دانش:</p> <p>- ابزار و وسایل لازم برای تهیه سوپ جو (قابلمه، لگن، سبد، صافی، چاقو، تخته کار و...)</p> <p>- میزان مواد اولیه مورد نیاز و نسبت افزودنی های آن متناسب با تعداد نفرات برای تهیه سوپ جو:</p> <p>- هویج، نمک و فلفل و آویشن، جو، بلغور یا نیم کوب، گندم پوست گرفته، شیر، کره، آب مرغ</p> <p>- نحوه تهیه سوپ جو:</p> <p>- بلغور جو و گندم را بعد از شستن در ظرفی مناسب ریخته و با آب ولرم ۲۴ ساعت بگذاریم. تاخیس بخورد. سپس آب آنها را خالی کرده و در قابلمه ای بریزید.</p> <p>- گاز را روشن کرده و قابلمه را روی حرارت بگذارید زمان دهید تا کاملا پخته و له شود.</p> <p>- بعد از پخت کامل بلغور و گندم آن را از صافی رد کرده تا پوسته آن گرفته شود و شیره آن جدا شود.</p> <p>- در قابلمه ای کره بریزید.</p> <p>- گاز را مجددا روشن کرده و قابلمه را روی حرارت قرار دهید کمی که کره آب شد نمک، جو و گندم صاف شده را ریخته، آب مرغ و شیر را اضافه کرده بگذارید تا کاملا غلیظ شود.</p> <p>- هویج را پوست کرده شسته و سپس آن را روی تخته کار با چاقو ریز خرد کنید.</p> <p>- حال قابلمه مناسب را انتخاب کرده و هویج ها را با کمی آب در قابلمه بریزید.</p> <p>- اجاق گاز را روشن کرده و قابلمه ای که هویج داخل آن است بگذارید روی حرارت تا کاملا پخته شود. بعد از پختن شدن از صافی رد کرده به مواد اصلی سوپ اضافه کنید.</p> <p>- در نهایت نمک و فلفل و آویشن سوپ را دوباره ریخته و چک کنید.</p> <p>- سوپ را در ظرف مناسبی ریخته و با کمی جعفری خرد شده که از قبل آماده کرده اید تزئین کنید.</p>	<p>تهیه سوپ جو</p>

مهارت:

- پوشیدن لباس کار مناسب و پیشبند
- انتخاب وسایل کار مناسب برای تهیه سوپ جو
- آماده کردن مواد اولیه مورد نیاز به تعداد نفرات
- پاک کردن بلغور و گندم و خیساندن آن
- پاک کردن و شستشوی مواد اولیه و خرد کردن آنها
- انتخاب ظرف مناسب برای تهیه سوپ جو
- انجام مراحل پخت سوپ جو
- ریختن سوپ در ظرفی مناسب و تزئین آن

دانش:

- ابزار و وسایل لازم برای تهیه پتاژ عدسی. (قابلمه، لگن، سبد، صافی، چاقو، تخته کار و...)
- میزان مواد اولیه مورد نیاز و نسبت افزودنی های آن متناسب با تعداد نفرات برای تهیه پتاژ عدسی:
- عدس (۲۵۰ گرم)، آب مرغ یا گوشت (یک لیتر) ، هویج نگینی پخته خرد شده (۲-۳ عدد)، کره (۵۰ گرم)، جعفری ساطوری شده (۱-۲ ق غ) نمک و فلفل به مقدار لازم
- مفهوم پتاژ و تفاوت آن با سوپ
- پتاژها نوعی سوپ غلیظ هستند که با پوره حبوبات، سیب زمینی یا سس شامل (کره، شیر، آرد) غلیظ می شود.
- نحوه تهیه پتاژ عدس:
- پاک کردن عدس و شستن آن در ظرف مناسب
- خیس کردن عدس به مدت ۴-۸ ساعت در آب ولرم
- هویج ها را پاک کرده، شسته و بر روی تخته کار با چاقو ریز خرد کنید.
- هویج ها را در قابلمه مناسبی ریخته و با کمی آب روی اجاق گاز قرار دهید تا کاملا پخته شوند.
- بعد از زمان خیس کردن عدس، آب آن را دور ریخته و در قابلمه مناسب ریخته روی آن را آب و یا آب گوشت ریخته بگذارید کاملا پخته و له شود
- بعد از پخت و له شدن عدس آن را از صافی رد کنید تا پوست های آن گرفته شود.
- قابلمه مناسب را انتخاب کرده و کره در قابلمه ریخته روی حرارت قرار دهید.
- کره که کمی گرم شد پوره عدس را اضافه کرده سپس هویج پخته را اضافه کرده می گذاریم تا مواد غلیظ شود.
- جعفری را پس از پاک کردن و شستن روی تخته کار با چاقو ریز خرد کرده و به پتاژ اضافه کنید.
- نمک و فلفل پتاژ را تست کنید و بعد از غلیظ شدن پتاژ، عدس آن را در ظرف مناسب ریخته و با جعفری تزئین کنید.

**تهیه پتاژ
عدسی****مهارت:**

- پوشیدن لباس کار مناسب و پیشبند
- انتخاب وسایل کار مناسب برای تهیه پتاژ عدس
- آماده کردن مواد اولیه مورد نیاز به تعداد نفرات
- پاک کردن عدس و خیساندن آن
- پاک کردن و شستشوی مواد اولیه و خرد کردن آن ها
- انتخاب ظرف مناسب برای تهیه پتاژ عدس
- انجام مراحل پخت پتاژ عدس
- ریختن آن در ظرفی مناسب تزئین آن

دانش:

- ابزار و وسایل لازم برای تهیه چلو(قابلمه، لگن، سبد، دیس و...)
- میزان مواد اولیه مورد نیاز و نسبت افزودنی های آن متناسب با تعداد نفرات برای تهیه چلو: برنج ، روغن ، نمک یا سنگ نمک
- نحوه تهیه چلو:
- پاک کردن برنج و انتخاب ظرف مناسب برای شستن برنج با آب ولرم
- برنج را چند بار با ملایمت شسته و آب آن را خارج کرده سپس سنگ نمک یا نمک را اضافه کرده و برنج را برای ۸ تا ۱۲ ساعت استراحت دهید.
- اجاق گاز را روشن کرده و داخل قابلمه ای مناسب با توجه به مقدار برنج آب ریخته تا حدی که حداقل نصف قابلمه آب داشته باشد.
- بعداز به جوش آمدن آب، برنجی که از قبل خیس کرده بودید آب آن را خارج کرده و سپس به آب جوش اضافه نمائید بعداز جوشیدن دوباره آب، کمی روغن اضافه کنید.
- نکته:** ظرف و آب باید طوری باشد که برنج به راحتی در آن حرکت کند و روی هم انباشته نشود.
- بعد از پخت برنج تا حدی که سفتی آن زیر دندان احساس نشود آن را آبکش کنید و روی آن کمی آب سرد بگیرید.
- قابلمه را روی حرارت گذاشته و مقداری روغن ریخته تا گرم شود سپس ته دیگ مناسب را گذاشته(ته چین - نان - کنجد، سیب زمینی....)برنج را در قابلمه ریخته و به صورت مخروط در بیاورید.
- حالا روی برنج کمی روغن و آب گرم ریخته و دم کنی گذاشته، درب آن را محکم روی آن بگذارید تا کاملا بخار کند.
- بعد از بخار دادن قابلمه حرارت زیر آن را کم کرده تا برنج کاملا دم بکشد.

تهیه چلو

مهارت:

- پوشیدن لباس کار مناسب و پیشبند
- انتخاب وسایل کار مناسب برای تهیه چلوساده
- آماده کردن مواد اولیه مورد نیاز به تعداد نفرات
- پاک کردن برنج و خیساندن آن
- انتخاب ظرف مناسب برای تهیه چلوساده
- انجام مراحل پخت چلو ساده
- کشیدن برنج درون دیس

نکات ایمنی حین کار

- رعایت بهداشت و نظافت فردی و کارگاهی
- رعایت بهداشت فیزیکی بدن ضمن کار(اصول ارگونومی)
- استفاده از ماسک، کلاه و لباس کار مناسب
- رعایت نکات ایمنی هنگام تمیز کردن و یا کار با وسایل برنده(چاقو ، رنده و)
- اجتناب از انداختن کبریت نیمه سوخته بر روی زمین
- رعایت نکات ایمنی ضمن کار با اجاق گاز و مواد داغ
- رعایت نکات ایمنی به هنگام کنترل پریز و سیم های برق
- قراردادن وسایل در جای خود پس از اتمام کار

<p>- علاقه مندی به کار - دقت، توجه و سرعت هنگام کار - صرفه جویی در مواد مصرفی</p>	<p>نگرش</p>
<p>- تفکیک زباله تر از خشک</p>	<p>توجهات زیست محیطی</p>
<p>ابزار و تجهیزات: - ترازوی آشپزخانه، پیمانه ها و قاشق های اندازه گیری، چاقوی آشپزخانه، کاسه، سبد، قاشق، چنگال، کارد، سینی، دیس، بشقاب، قابلمه، تابه، شعله پخش کن، اجاق گاز، فنکدک اتمی، کیپسول آتش نشانی، یخچال و فریزر، میزکار آشپزخانه، کابینت آشپزخانه همراه با هود، آب چکان و سینک</p> <p>مواد مصرفی: - مواد اولیه (خوراک عدسی، لوبیا چیتی، پتاژ حبوبات، سوپ جو، چلو)، روغن، مواد شوینده و ضدعفونی کننده</p>	<p>تجهیزات، ابزار و مواد مصرفی</p>
<p>- خواندن و نوشتن اعداد و کلمات</p>	<p>دانش پایه (غیر فنی)</p>

فهرست واریسی از شایستگی مهارت: تهیه غذاهای ساده و سریع

نام و نام خانوادگی دانش آموز:

رشته:

پایه:

تاریخ آزمون نوبت دوم:

اجزای پودمان	آیتم های ارزیابی	به طور مستقل و صحیح انجام می دهد.	با راهنمایی کلامی مربی به طور صحیح انجام می دهد.	به طور صحیح انجام نمی دهد.
تهیه عدسی	با دستور مربی، وسایل و ابزار مناسب برای پخت عدسی را انتخاب می کند.			
	مواد اولیه و افزودنی های لازم را با توجه به نسبت های آن و متناسب با تعداد افراد، آماده می کند.			
	عدس را تمیز می کند.			
	اجاق گاز را با رعایت نکات ایمنی روشن می کند.			
	عدس را مطابق دستورالعمل می پزد.			
	سایر مواد و افزودنی ها را به عدس پخته شده اضافه می کند.			
	میزان حرارت و زمان لازم برای پخت عدسی را کنترل می کند.			
	عدسی آماده شده را در ظرف مناسب می ریزد.			
تهیه لوبیا چیتی	نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.			
	با دستور مربی، وسایل و ابزار مناسب برای پخت لوبیا چیتی را انتخاب می کند.			
	مواد اولیه و افزودنی های لازم را با توجه به نسبت های آن و متناسب با تعداد افراد، آماده می کند.			
	لوبیا چیتی را تمیز می کند.			
	اجاق گاز را با رعایت نکات ایمنی روشن می کند.			
	لوبیا چیتی را مطابق دستورالعمل می پزد.			
	سایر مواد و افزودنی ها را به لوبیا چیتی پخته شده اضافه می کند.			
	میزان حرارت و زمان لازم برای پخت لوبیا چیتی را کنترل می کند.			
لوبیا چیتی آماده شده را در ظرف مناسب می ریزد.				

			نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می‌کند.	
			با دستور مربی، وسایل و ابزار مناسب برای پخت سوپ جو را انتخاب می‌کند.	تهیه سوپ جو
			مواد اولیه و افزودنی های لازم را با توجه به نسبت های آن و متناسب با تعداد افراد، آماده می‌کند.	
			جو را تمیز می‌کند.	
			اجاق گاز را با رعایت نکات ایمنی روشن می‌کند.	
			جو را مطابق دستورالعمل می‌پزد.	
			سایر مواد و افزودنی ها را به جو پخته شده، اضافه می‌کند.	
			میزان حرارت و زمان لازم برای پخت جو را کنترل می‌کند..	
			سوپ را در ظرف مناسب می‌ریزد.	
			نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می‌کند.	
			با دستور مربی، وسایل و ابزار مناسب برای پخت پتاژ عدس را انتخاب می‌کند.	
			مواد اولیه و افزودنی های لازم را با توجه به نسبت های آن و متناسب با تعداد افراد، آماده می‌کند.	
			عدس را تمیز می‌کند..	
			اجاق گاز را با رعایت نکات ایمنی روشن می‌کند.	
			عدس را مطابق دستورالعمل می‌پزد.	
			عدس پخته شده را درون سبد می‌ریزد (تا آب اضافی آن خارج شود)	
			عدس را در یک ظرف مناسب و بر اساس دستورالعمل، می‌کوبد.	
			سایر مواد و افزودنی ها را به عدس کوبیده شده اضافه می‌کند.	
			میزان حرارت در زمان لازم برای پخت عدس را کنترل می‌کند.	
			پتاژ عدس آماده شده را در ظرف مناسب می‌ریزد.	
			نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می‌کند.	

			با دستور مربی وسایل و ابزار مناسب برای پخت چلو را انتخاب می کند.	تهیه چلو
			مواد اولیه و افزودنی های لازم را با توجه به نسبت های آن و متناسب با تعداد افراد، آماده می کند.	
			برنج را تمیز کرده و می خیساند.	
			اجاق گاز را با رعایت نکات ایمنی روشن می کند.	
			برنج را در زمان لازم در آب جوش می ریزد.	
			برنج را در زمان لازم و مطابق دستورالعمل آبکش می کند.	
			مواد ته دیگ را در کف قابلمه قرار می دهد.	
			برنج را مطابق دستورالعمل در قابلمه می ریزد.	
			میزان حرارت و زمان لازم برای دم کشیدن برنج را کنترل می کند.	
			برنج دم کشیده را در ظرف مناسب می ریزد.	
			نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.	
			مواد پاک کننده و شوینده مناسب با نوع کار را انتخاب می کند.	
			وسایل و ظروف (پس از شستن) و خشک کردن در جای خود قرار می دهد.	
			لکه و مواد مواد غذایی بر جای مانده بر روی اجاق گاز را شسته و خشک می کند.	
			سطوح و کف آشپزخانه را شسته و خشک می کند.	
نمره عملی دانش آموز:				
تاریخ و امضاء:				نام و نام خانوادگی هنر آموز:

شایستگی مهارت: تهیه انواع املت

شرح شایستگی مهارت: این پودمان توانایی تهیه انواع املت (ساده، قارچ، سبزیجات، خرما) را با استفاده از مواد اولیه‌ای که در اختیار دانش‌آموز قرار می‌گیرد، با رعایت موارد ایمنی و بهداشتی زیر نظر مربی فراهم می‌کند.

معیار عملکرد

	تهیه املت ساده	عناصر شایستگی
<ul style="list-style-type: none"> - وسایل طبق دستورالعمل مربی انتخاب می‌شود. - مواد مورد نیاز به تعداد نفرات بر اساس دستورالعمل مربی آماده می‌شود. - تخم مرغ ها و گوجه فرنگی مطابق دستورالعمل آماده می‌شود. - اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی روشن می‌شود. - روغن به اندازه مناسب در ظرف ریخته می‌شود. - پس از داغ شدن روغن گوجه فرنگی ها داخل ظرف ریخته می‌شود. - سایر مواد و افزودنی ها به گوجه فرنگی ها اضافه می‌شود. - حرارت اجاق گاز کنترل و زمان مناسب برای بسته شدن املت کنترل می‌شود. - املت به طور مناسب در ظرف چیده می‌شود. 		
<ul style="list-style-type: none"> - وسایل طبق دستورالعمل مربی انتخاب می‌شود. - مواد مورد نیاز به تعداد نفرات بر اساس دستورالعمل مربی آماده می‌شود. - تخم مرغ ها و قارچ ها مطابق دستورالعمل آماده می‌شود. - اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی روشن می‌شود. - روغن به اندازه مناسب در ظرف ریخته می‌شود. - پس از داغ شدن روغن قارچ ها داخل ظرف ریخته می‌شود. - سایر مواد و افزودنی ها به قارچ اضافه می‌شود. - حرارت اجاق گاز کنترل و زمان مناسب برای بسته شدن املت کنترل می‌شود. - املت به طور مناسب در ظرف چیده می‌شود. 		
<ul style="list-style-type: none"> - وسایل طبق دستورالعمل مربی انتخاب می‌شود. - مواد مورد نیاز به تعداد نفرات بر اساس دستورالعمل مربی آماده می‌شود. - مواد مورد نیاز مطابق دستورالعمل آماده می‌شود. - اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی روشن می‌شود. - روغن به اندازه مناسب در ظرف ریخته می‌شود. - پس از داغ شدن روغن پیازها داخل ظرف ریخته می‌شود. - سایر مواد و افزودنی ها به پیاز تفت داده شده، اضافه می‌شود. - حرارت اجاق گاز کنترل و زمان مناسب برای بسته شدن املت کنترل می‌شود. - املت به طور مناسب در ظرف چیده می‌شود. 	تهیه املت سبزیجات	

<ul style="list-style-type: none"> - وسایل طبق دستورالعمل مربی انتخاب می شود. - مواد مورد نیاز به تعداد نفرات بر اساس دستورالعمل مربی آماده می شود. - خرما مطابق دستورالعمل آماده می شود. - اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی روشن می شود. - روغن به اندازه مناسب در ظرف ریخته می شود. - پس از داغ شدن روغن خرماها داخل ظرف ریخته می شود. - سایر مواد و افزودنی ها به خرما اضافه می شود. - حرارت اجاق گاز کنترل و زمان مناسب برای بسته شدن املت کنترل می شود. - املت به طور مناسب در ظرف چیده می شود. 	تهیه املت خرما	
<ul style="list-style-type: none"> - وسایل کار شسته، خشک و جایدهی می شود. - تمیزکاری اجاق گاز و سطوح از ضایعات و آلودگیها مطابق با دستورالعمل انجام می شود. 	تمیز کاری وسایل، تجهیزات و سطوح	
<p>ارزشیابی این شایستگی بر مبنای ۲۰ نمره می باشد. (ارزشیابی عملی ۱۴ نمره، کتبی ۳ نمره و ارزشیابی از رفتارهای شغلی ۳ نمره)</p> <p>نحوه محاسبه نمره پایانی آن به قرار ذیل می باشد.</p> <p>نمره پایانی = نمره آزمون نوبت دوم + نمره تکوینی دانش آموز</p> <p style="text-align: center;">۲</p> <p>نمره تکوینی دانش آموز شامل موارد زیر است:</p> <p>میانگین نمرات آزمون های مستمر نوبت اول + نمره آزمون نوبت اول + میانگین نمرات آزمون های مستمر نوبت دوم</p> <p style="text-align: center;">۳</p>		راهنمای آزمون
مهارت های عمومی پایه تعریف شده برای ورود به دوره دوم متوسطه حرفه ای	مفاهیم شناختی پیش نیاز	
شستن گوجه فرنگی و فلفل دلمه ای، پوست کندن گوجه فرنگی و پیاز، خرد کردن قارچ و گوجه فرنگی و ...	پودمان های هم نیاز و پیش نیاز	
<p>آراستگی ظاهری: لباس کار تمیز پوشیده می شود.</p> <p>نظم و ترتیب: پس از پایان کار وسایل در جای خود قرار داده می شود.</p> <p>مسئولیت پذیری: کار محوله را به درستی انجام می دهد.</p> <p>مهارت های ارتباطی: واژه های مربوط به کار خود را به درستی بیان می کند. گزارش کار خود را به مربی می دهد. با دیگران مؤدبانه صحبت می کند.</p> <p>رعایت بهداشت فردی: قبل و پس از پایان کار دست و صورت خود را می شوید.</p> <p>وقت شناسی: به موقع در کارگاه حضور پیدا می کند. کار خود را در زمان تعیین شده انجام می دهد.</p>	رفتارهای شغلی	
یک فضای کاری در حدود ۳۰ متر مربع	امکانات (فضای فیزیکی)	

<p>ترازوی آشپزخانه، چاقوی آشپزخانه، کاسه، فاشق، چنگال، کارد، سینی، دیس، بشقاب، تابه، شعله پخش کن، اجاق گاز، فندک اتمی، کپسول آتش نشانی، یخچال و فریزر، میزکار آشپزخانه، کابینت آشپزخانه همراه با هود، آب چکان و سینک، دستگاہ مخلوط کن</p>	<p>ابزار و تجهیزات</p>
<p>مواد اولیه تهیه املت (ساده، قارچ، سبزیجات، خرما)، روغن مواد شوینده و ضد عفونی کننده</p>	<p>مواد مصرفی</p>
<p>فیلم آموزشی مرتبط</p>	<p>نرم افزار</p>
<p>فوق دیپلم و بالاتر در رشته تحصیلی مرتبط و یا فوق دیپلم و بالاتر در رشته کودکان استثنایی با داشتن مدرک مهارتی مرتبط از سازمان های متولی آموزش حرفه ای</p>	<p>نیروی انسانی</p>

برنامه درسی شایستگی مهارت : تهیه انواع املت

عناصر شایستگی	اجزای شایستگی
تهیه املت ساده	<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل لازم برای تهیه املت ساده. (تابه، کاسه، دیس و...) - میزان مواد مورد نیاز و نسبت افزودنی های آن متناسب با تعداد افراد برای تهیه املت ساده: تخم مرغ ۳ عدد ، شیر ۳ ق غ ، نمک و فلفل و روغن - نحوه تهیه املت ساده: - پس از شستن تخم مرغ ها و شکستن آنها در کاسه ای مناسب به مقدار لازم نمک ، فلفل و شیر را اضافه کنید. سپس با قاشق هم زده شود تا کاملا یکدست شود. - تابه مناسبی که لبه آن تقریبا ۵/۲ سانتی متر ارتفاع داشته باشد را انتخاب کنید. - اجاق گاز را روشن کنید و تابه را روی آن برای گرم شدن بگذارید. سپس مقداری روغن داخل تابه ریخته تا گرم شود. و بعد مایه را در آن بریزید. - درب تابه را گذاشته تا کاملا خود را بگیرد. سپس از کنار آن با کمک کف گیر و چنگال املت را آهسته لوله کرده و در ظرف پذیرایی قرار دهید.
	<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - پوشیدن لباس کار مناسب و پیشبند - انتخاب وسایل کار مناسب برای تهیه املت ساده - آماده کردن مواد اولیه با توجه به تعداد نفرات - انتخاب ظرف مناسب برای تهیه املت ساده - انجام تمام مراحل پخت املت - ریختن املت در ظرفی مناسب
تهیه املت قارچ	<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل لازم برای تهیه املت قارچ. (چاقو، تخته کار، تابه، دیس، کاسه، و...) - میزان مواد مورد نیاز و نسبت افزودنی های آن متناسب با تعداد افراد برای تهیه املت قارچ: تخم مرغ، شیر ۳ ق غ، قارچ، آب لیمو تر ، نمک و فلفل و روغن - نحوه تهیه املت قارچ: - شستن قارچ ها ، خرد کردن آنها روی تخته کار با چاقو - انتخاب تابه مناسب برای تفت دادن قارچ ها - روشن کردن اجاق گاز - ریختن مقداری روغن داخل تابه - اضافه کردن قارچ ، نمک و آب لیموترش به تابه - بعد از آن که قارچ ها کاملا پخته شد و آب آن کشیده شد زیرگاز را خاموش کنید. - تخم مرغ ها را شسته و در کاسه مناسب آنها را بشکنید. سپس نمک ، فلفل و شیر را اضافه و با قاشق هم زده تا کاملا یکدست شوند. - تابه مناسبی که لبه آن تقریبا ۵/۲ سانتی متر ارتفاع داشته باشد را انتخاب کنید و روی اجاق گاز بگذارید تا کمی گرم شود. سپس روغن داخل تابه گرم شده بریزید و مایه تخم مرغ را به آن اضافه

<p>کنید.</p> <p>- پس از آنکه تخم مرغ کمی بسته شد قارچ های سرخ شده را روی آن ریخته و سپس نیمی از املت را روی نیم دیگر بر گردانید تا به صورت نیم دایره درآید.</p> <p>- سپس روی حرارت ملایم قرارداد و درب آن را ببندید.</p> <p>- بعد از گذشت ۲-۳ دقیقه املت قارچ حاضر است و می توانید آن را دربشقاب پذیرایی بریزید.</p>	
<p>مهارت:</p> <p>- پوشیدن لباس کار مناسب و پیشبند</p> <p>- انتخاب وسایل کار مناسب برای تهیه املت قارچ</p> <p>- آماده کردن مواد اولیه متناسب با تعداد نفرات</p> <p>- پاک کردن و شستشوی مواد اولیه و خرد کردن آنها</p> <p>- انتخاب ظرف مناسب برای تهیه املت قارچ</p> <p>- انجام مراحل پخت املت و مهارت ترکیب درست مواد</p>	
<p>دانش:</p> <p>- ابزار و وسایل لازم برای تهیه املت سبزیجات. (تابه، چاقو، تخته کار، دیس، کاسه و...)</p> <p>- میزان مواد مورد نیاز و نسبت افزودنی های آن متناسب با تعداد افراد برای تهیه املت سبزیجات: تخم مرغ ، شیر ، قارچ ، جعفری ، فلفل دلمه ای قرمز ، آویشن ، پنیر پیتزا ، نمک و فلفل و روغن</p> <p>- نحوه تهیه املت سبزیجات:</p> <p>- پاک کردن و شستن جعفری و خرد کردن آن روی تخته کار</p> <p>- شستن قارچ ها ، فلفل دلمه ای قرمز و خرد کردن آنها روی تخته کار با چاقو</p> <p>- انتخاب تابه مناسب برای تفت دادن قارچ ها</p> <p>- ریختن مقداری روغن داخل تابه</p> <p>- اضافه کردن قارچ ، نمک و آب لیموترش به تابه</p> <p>- بعد از آن که قارچ ها کاملا پخته شد و آب آن کشیده شد زیرگازرا خاموش کنید.</p> <p>- تخم مرغ ها را شسته و در کاسه مناسب آن ها را بشکنید سپس نمک ، فلفل و شیر را اضافه وبا سپس با قاشق هم زده دتا کاملا یکدست شود.</p> <p>- تابه مناسبی که لبه آن تقریبا ۵/۲ سانتی متر ارتفاع داشته باشد را انتخاب کنید وروی اجاق گاز بگذارید تا گرم شود.</p> <p>- سپس روغن را ریخته و مایه تخم مرغ را بریزید.</p> <p>- کمی که تخم مرغ ها بسته شد قارچ ، فلفل دلمه ای ، جعفری ، آویشن و کمی پنیر پیتزا را روی سطح تخم مرغ ها پاشیده و سپس نیمی از املت را با استفاده از کفگیر وچنگال روی نیم دیگر قرار داده تا به صورت نیم دایره در آید.</p> <p>- بعد از گذشت ۷-۸ دقیقه املت حاضر است و می توانید آن را در دیس بکشید.</p>	<p>تهیه املت سبزیجات</p>
<p>مهارت:</p> <p>- پوشیدن لباس کار مناسب و پیشبند</p> <p>- انتخاب وسایل کار مناسب برای تهیه املت سبزیجات</p> <p>- آماده کردن مواد اولیه متناسب با تعداد نفرات</p> <p>- پاک کردن و شستشوی مواد اولیه و خرد کردن آنها</p>	

<p>- انتخاب ظروف مناسب برای تهیه املت سبزیجات - انجام مراحل پخت املت سبزیجات و مهارت ترکیب درست مواد</p>	
<p>دانش:</p> <p>- ابزار و وسایل لازم برای تهیه املت خرما. - میزان مواد مورد نیاز و نسبت افزودنی های آن متناسب با تعداد افراد برای تهیه املت خرما: تخم مرغ، شیر، خرما، دارچین، نمک و فلفل و روغن - نحوه تهیه املت خرما: - شستن و هسته گیری خرما - تخم مرغ ها را شسته و درکاسه مناسب آن ها را بشکنید سپس نمک ، فلفل و شیر را اضافه و با قاشق هم زده دتا کاملا یکدست شود. - درب تابه را گذاشته تا کمی تخم مرغ ها بسته شود. پس از آن، خرما ها را روی آن چیده و قدری دارچین بریزید. - سپس نیمی از املت را با کمک کفگیر و چنگال روی نیم دیگر قرار دهید درب ظرف را گذاشته تا کاملا پخته شود. - بعد از گذشت ۲-۳ دقیقه املت حاضر است و می توانید آن را در بشقاب پذیرایی بریزید.</p>	<p>تهیه املت خرما</p>
<p>مهارت:</p> <p>- پوشیدن لباس کار مناسب و پیشبند - انتخاب وسایل کار مناسب برای تهیه املت خرما - آماده کردن مواد اولیه متناسب با تعداد نفرات - شستن خرما و هسته گیری آن - انتخاب ظرف مناسب برای تهیه املت خرما - انجام مراحل پخت املت خرما - ریختن املت در ظرفی مناسب</p>	
<p>- رعایت بهداشت و نظافت فردی و کارگاهی - رعایت بهداشت فیزیکی بدن ضمن کار (اصول ارگونومی) - استفاده از ماسک، کلاه و لباس کار مناسب - رعایت نکات ایمنی هنگام تمیز کردن ویا کار با وسایل برنده(چاقو ، رنده و) - اجتناب از انداختن کبریت نیمه سوخته بر روی زمین - رعایت نکات ایمنی ضمن کار با اجاق گاز و مواد داغ - رعایت نکات ایمنی به هنگام کنترل پریز و سیم های برق - قراردادن وسایل در جای خود پس از اتمام کار</p>	<p>نکات ایمنی حین کار</p>
<p>- علاقه مندی به کار - دقت، توجه و سرعت هنگام کار - صرفه جویی در مواد مصرفی</p>	<p>نگرش</p>
<p>- تفکیک زباله تر از خشک</p>	<p>توجهات زیست محیطی</p>

<p style="text-align: center;">ابزار و تجهیزات</p> <p>- ترازوی آشپزخانه، چاقوی آشپزخانه، کاسه، قاشق، چنگال، کارد، سینی، دیس، بشقاب، تابه، شعله پخش کن، اجاق گاز، فندک اتمی، کپسول آتش نشانی، یخچال و فریزر، میزکار آشپزخانه، کابینت آشپزخانه همراه با هود، آب چکان و سینک، دستگاہ مخلوط کن</p> <p style="text-align: center;">مواد مصرفی :</p> <p>- مواد اولیه تهیه املت (ساده، قارچ، سبزیجات، خرما)، روغن مواد شوینده و ضدعفونی کننده</p>	<p style="text-align: center;">تجهیزات، ابزار و مواد مصرفی</p>
<p style="text-align: center;">- خواندن و نوشتن اعداد و کلمات</p>	<p style="text-align: center;">دانش پایه (غیر فنی)</p>

فهرست واریسی از شایستگی مهارت: تهیه انواع املت

نام و نام خانوادگی دانش آموز:

رشته:

پایه:

تاریخ آزمون نوبت دوم:

اجزای بودمان	آیتم های ارزیابی	به طور مستقل و صحیح انجام می دهد.	با راهنمایی کلامی مربی به طور صحیح انجام می دهد.	به طور صحیح انجام نمی دهد.	
تهیه املت ساده	بادستور مربی، وسایل و ابزار مناسب برای پخت املت ساده را انتخاب می کند.				
	مواد اولیه و افزودنی های لازم را با توجه به نسبت های آن و متناسب با تعداد افراد، آماده می کند.				
	تخم مرغ ها و گوجه فرنگی را مطابق دستورالعمل آماده می کند.				
	اجاق گاز را با رعایت نکات ایمنی روشن می کند.				
	گوجه فرنگی را بر اساس دستورالعمل در ظرف روغن داغ شده می ریزد.				
	سایر مواد و افزودنی ها را در زمان مناسب به گوجه فرنگی ها اضافه می کند.				
	میزان حرارت و زمان لازم برای بسته شدن املت را کنترل می کند.				
	املت آماده شده را در ظرف مناسب می ریزد.				
	نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.				
	با دستور مربی، وسایل و ابزار مناسب برای پخت املت قارچ را انتخاب می کند.				
تهیه املت قارچ	مواد اولیه و افزودنی های لازم را با توجه به نسبت های آن و متناسب با تعداد افراد، آماده می کند.				
	تخم مرغ ها و قارچ را مطابق دستورالعمل، آماده می کند.				
	اجاق گاز را با رعایت نکات ایمنی روشن می کند.				
	قارچ های آماده شده را در ظرف روغن داغ شده می ریزد.				
	سایر مواد و افزودنی ها را در زمان مناسب به قارچ ها اضافه می کند.				
	میزان حرارت و زمان لازم برای بسته شدن املت را کنترل می کند.				
	املت آماده شده را در ظرف مناسب می ریزد.				
	نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.				
	با دستور مربی، وسایل و ابزار مناسب برای پخت املت سبزیجات را انتخاب می کند.				
	تهیه املت سبزیجات	مواد اولیه و افزودنی های لازم را با توجه به نسبت های آن و متناسب با تعداد افراد، آماده می کند.			
اجاق گاز را با رعایت نکات ایمنی روشن می کند.					
پیاز خرد شده را در روغن تفت می دهد.					
سایر مواد و افزودنی ها را به پیاز تفت داده شده اضافه می کند.					
میزان حرارت و زمان لازم برای بستن املت سبزیجات را کنترل می کند.					
املت آماده شده را در ظرف مناسب می ریزد.					
نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.					
با دستور مربی، وسایل و ابزار مناسب برای پخت املت خرما را انتخاب می کند.					
تهیه املت خرما					

			مواد اولیه و افزودنی های لازم را با توجه به نسبت های آن و متناسب با تعداد افراد، آماده می کند.	
			خرما را بر اساس دستورالعمل آماده می کند.	
			اجاق گاز را با رعایت نکات ایمنی روشن می کند.	
			خرما آماده شده را در روغن کمی تفت می دهد.	
			سایر مواد و افزودنی ها را به خرما اضافه می کند.	
			میزان حرارت و زمان لازم برای بستن املت خرما را کنترل می کند.	
			املت آماده شده را در ظرف مناسب می ریزد.	
			نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.	
			مواد پاک کننده و شوینده مناسب با نوع کار را انتخاب می کند.	تمیز کاری وسایل، تجهیزات و سطوح
			وسایل و ظروف (پس از شستن) و خشک کردن در جای خود قرار می دهد.	
			لکه و مواد مواد غذایی برجای مانده بر روی اجاق گاز را شسته و خشک می کند.	
			سطوح و کف آشپزخانه را شسته و خشک می کند.	
نمره عملی دانش آموز:				
تاریخ و امضاء:			نام و نام خانوادگی هنر آموز:	

شایستگی مهارت: تهیه انواع دسرهای غیر سنتی

شرح شایستگی مهارت: این پودمان توانایی تهیه انواع دسرهای غیر سنتی (ژله ساده، ژله دورنگ، ژله شیر و خامه، دسر ماست، ماست میوه ای، بستنی وانیلی) را با رعایت اصول ایمنی و بهداشتی زیر نظر مربی فراهم می‌کند.

معیار عملکرد		
<ul style="list-style-type: none"> - وسایل لازم برای آماده کردن ژله انتخاب می‌شود. - مواد اولیه به میزان مناسب اندازه گیری و آماده می‌شود. - مواد مطابق دستورالعمل مخلوط می‌شود. - افزودنی های مورد علاقه در زمان مناسب اضافه می‌شود. - مواد در ظرف های مناسب ریخته و در یخچال گذاشته می‌شود. - آماده بودن ژله قبل از مصرف کنترل می‌شود. 	تهیه ژله ساده	عناصر شایستگی
<ul style="list-style-type: none"> - وسایل لازم برای آماده کردن ژله انتخاب می‌شود. - مواد اولیه به میزان مناسب اندازه گیری و آماده می‌شود. - مواد مطابق دستورالعمل مخلوط می‌شود. - افزودنی های مورد علاقه در زمان مناسب اضافه می‌شود. - مواد در ظرف های مناسب ریخته و در یخچال گذاشته می‌شود. - پس از بستن ژله، محلول ژله دوم (با رنگ و طعم دیگر) روی آن ریخته می‌شود. - آماده بودن ژله قبل از مصرف کنترل می‌شود. 	تهیه ژله دورنگ	
<ul style="list-style-type: none"> - وسایل لازم برای آماده کردن ژله انتخاب می‌شود. - مواد اولیه به میزان مناسب اندازه گیری و آماده می‌شود. - مواد مطابق دستورالعمل مخلوط می‌شود. - افزودنی های مورد علاقه در زمان مناسب اضافه می‌شود. - مواد در ظرف های مناسب ریخته و در یخچال گذاشته می‌شود. - آماده بودن ژله قبل از مصرف کنترل می‌شود. 	تهیه ژله شیر و خامه	
<ul style="list-style-type: none"> - وسایل لازم برای آماده کردن دسر انتخاب می‌شود. - مواد اولیه به میزان مناسب اندازه گیری و آماده می‌شود. - مواد مطابق دستورالعمل مخلوط می‌شود. - افزودنی های مورد علاقه در زمان مناسب اضافه می‌شود. - مواد در ظرف های مناسب ریخته و در یخچال گذاشته می‌شود. - دسر پس از آماده شدن در صورت تمایل تزیین می‌شود. 	تهیه دسر ماست	
<ul style="list-style-type: none"> - وسایل لازم برای آماده کردن دسر انتخاب می‌شود. - مواد اولیه به میزان مناسب اندازه گیری و آماده می‌شود. - مواد مطابق دستورالعمل مخلوط می‌شود. - افزودنی های مورد علاقه در زمان مناسب اضافه می‌شود. - مواد در ظرف های مناسب ریخته و در یخچال گذاشته می‌شود. - دسر پس از آماده شدن در صورت تمایل تزیین می‌شود. 	دسر ماست میوه ای	

<ul style="list-style-type: none"> - وسایل لازم برای آماده کردن دسر انتخاب می شود. - مواد اولیه به میزان مناسب اندازه گیری و آماده می شود. - مواد مطابق دستورالعمل مخلوط می شود. - اجاق گاز روشن و مواد روی آن گذاشته می شود. - پس از جوش آمدن مواد، ظرف بلافاصله از روی اجاق برداشته می شود. - افزودنی های مورد نیاز اضافه می شود. - مواد در ظرف های فلزی ریخته شده و در فریزر گذاشته می شود. - مواد در زمان های تعیین شده هم زده می شود. - خامه طبق دستورالعمل آماده و به مواد اضافه می شود. - مواد دوباره در فریزر قرار داده شده و در زمان تعیین شده هم زده می شود. - سفت شدن بستنی کنترل می شود. - بستنی در ظرف های مناسب سرو می شود. 	تهیه بستنی وانیلی	
<ul style="list-style-type: none"> - ابزار و ظروف شسته، خشک و جایدھی می شود. - تمیزکاری اجاق گاز و سطوح از ضایعات و آلودگی ها مطابق با دستورالعمل انجام می شود. 	تمیزکاری ابزار، ظروف، تجهیزات و سطوح	
<p>ارزشیابی این شایستگی بر مبنای ۲۰ نمره می باشد. (ارزشیابی عملی ۱۴ نمره، کتبی ۳ نمره و ارزشیابی از رفتارهای شغلی ۳ نمره)</p> <p>نحوه محاسبه نمره پایانی آن به قرار ذیل می باشد.</p> <p>نمره پایانی = نمره آزمون نوبت دوم + نمره تکوینی دانش آموز</p> <p style="text-align: center;">۲</p> <p>نمره تکوینی دانش آموز شامل موارد زیر است:</p> <p>میانگین نمرات آزمون های مستمر نوبت اول + نمره آزمون نوبت اول + میانگین نمرات آزمون های مستمر نوبت دوم</p> <p style="text-align: center;">۳</p>	راهنمای آزمون	
<p>مهارت های عمومی پایه تعریف شده برای ورود به دوره دوم متوسطه حرفه ای</p>	مفاهیم شناختی پیش نیاز	
<p>بهداشت و ایمنی در آشپزخانه (هم نیاز)</p>	پودمان های هم نیاز و پیش نیاز	

<p>رفتارهای شغلی</p>	<p>آراستگی ظاهری: لباس کار تمیز پوشیده می‌شود.</p> <p>نظم و ترتیب: پس از پایان کار وسایل در جای خود قرار داده می‌شود.</p> <p>مسئولیت‌پذیری: کار محوله را به درستی انجام می‌دهد.</p> <p>مهارت‌های ارتباطی: واژه‌های مربوط به کار خود را به درستی بیان می‌کند. گزارش کار خود را به مربی می‌دهد. با دیگران مؤدبانه صحبت می‌کند.</p> <p>رعایت بهداشت فردی: قبل و پس از پایان کار دست و صورت خود را می‌شوید.</p> <p>وقت‌شناسی: به موقع در کارگاه حضور پیدا می‌کند. کار خود را در زمان تعیین شده انجام می‌دهد.</p>
<p>امکانات (فضای فیزیکی)</p>	<p>یک فضای کاری در حدود ۳۰ متر مربع</p>
<p>ابزار و تجهیزات</p>	<p>ترازوی آشپزخانه، پیمانه ها و قاشق های اندازه گیری، چاقوی آشپزخانه، کاسه، قابلمه، ملاقه، ظروف درب دار، قاشق، چنگال، کارد، سینی، بستنی خوری، شعله پخش کن، انواع قالب ژله و بستنی اجاق گاز، فندک اتمی، کپسول آتش نشانی، یخچال و فریزر، میز کار آشپزخانه، کابینت آشپزخانه همراه با هود، آب چکان و سینک، همزن برقی و دستی،</p>
<p>مواد مصرفی</p>	<p>مواد اولیه (ژله ساده، ژله دورنگ، ژله شیر و خامه، دسر ماست، دسر میوه ای، بستنی وانیلی) مواد شوینده و ضد عفونی کننده</p>
<p>نرم افزار</p>	<p>فیلم آموزشی مرتبط</p>
<p>نیروی انسانی</p>	<p>فوق دیپلم و بالاتر در رشته تحصیلی مرتبط و یا فوق دیپلم و بالاتر در رشته کودکان استثنایی با داشتن مدرک مهارتی مرتبط از سازمان های متولی آموزش حرفه ای</p>

برنامه درسی شایستگی مهارت: تهیه انواع دسرهای غیر سنتی

اجزای شایستگی	عناصر شایستگی
<p style="text-align: right;">دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل لازم جهت تهیه ژله ساده (کاسه، قاشق، قالب ژله، کتری) - میزان مواد مورد نیاز و نسبت افزودنی های آن متناسب با تعداد افراد برای تهیه ژله ساده: یک بسته ژله میوه ای به دلخواه، آب گرم ، آب سرد - نحوه آماده کردن ژله ساده: - بسته پودر ژله آماده را باز کرده و پودر را داخل کاسه مقاوم به حرارت بریزید. - برای یک بسته ژله ۱۰۰ گرمی معمولاً یک لیوان آب گرم ریخته و با قاشق مخلوط نمایید. - گاز را روشن نمایید. - کتری را تا نیمه آب پر کرده و روی حرارت قرار دهید. آب که جوش آمد کاسه ژله را روی کتری گذاشته و به صورت غیر مستقیم حرارت دهید (اصطلاحاً بنماری نامیده می شود) - کاسه را به مدت ۵-۱۰ دقیقه روی حرارت غیر مستقیم قرار دهید - بعد از گذشت زمان مناسب و حل شدن تمام مواد پودری داخل آب گرم آن را از روی حرارت بردارید. - بعد از کمی سرد شدن به آن یک لیوان آب سرد اضافه نمایید و دوباره مخلوط کنید. - قالب فلزی مناسبی را انتخاب نمایید (یا ظرف پذیرایی تو گود مناسب). - مواد ژله را داخل قالب ریخته و در یخچال قرار دهید. - بعد از ۲-۳ ساعت و بسته شدن کامل ژله اطراف ظرف را کمی با دست جدا نمایید. - ظرف مناسب برای پذیرایی ژله را کمی با آب ولرم شسته و خیس روی قالب بگذارید. - قالب را برگردانید و زیر شیر آب گرم قرار دهید و آهسته تمام اطراف آن را بشویید. <p>نکته: فقط برای یک لحظه قالب ژله را زیر آب گرم نگه دارید چون اگر زمان آن بیشتر شود باعث آب شدن ژله می شود. در صورتی که از ظرف جدا نشد مجدداً این کار را انجام دهید.</p> <ul style="list-style-type: none"> - ظرف را با قالب آهسته به طرف بالا و پایین حرکت داده بعد از شنیدن صدای جدایش ژله از قالب آهسته ظرف و قالب را کج کرده تا آب اضافی آن خارج شود. - قالب را از روی ظرف پذیرایی برداشته و در صورت نیاز با دستمال کاغذی اطراف ظرف را تمیز نمایید. ژله آماده پذیرایی است در صورت انتخاب ظرف پذیرایی تو گود، ژله را داخل آن ریخته در یخچال قرار دهید. بعد از بسته شدن دیگر نیاز به برگرداندن ژله به ظرف دیگر نیست و با همان ظرف سرو می شود. 	<p>تهیه ژله ساده</p>
<p style="text-align: right;">مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - پوشیدن لباس کار مناسب و روپوش - انتخاب مناسب ظرف و وسایل مورد نیاز برای تهیه ژله - آماده کردن مواد اولیه متناسب با تعداد نفرات - حل کردن پودر ژله مطابق دستورالعمل - انجام تمام مراحل درست کردن ژله - جدا کردن ژله از قالب و برگرداندن آن در ظرف پذیرایی 	

تهیه ژله دورنگ

دانش:

- ابزار و وسایل لازم جهت تهیه ژله دورنگ (قالب ژله، کاسه، قاشق، کتری)
- میزان مواد مورد نیاز و نسبت افزودنی های آن متناسب با تعداد افراد برای تهیه ژله دورنگ:
- دو بسته ژله با رنگ ها و مزه های متفاوت ، آب گرم ۲ لیوان ، آب سرد ۲ لیوان
- نحوه آماده کردن ژله چند رنگ:
- بسته پودر ژله آماده را باز کرده و پودر را داخل کاسه مقاوم به حرارت بریزید.
- برای یک بسته ژله ۱۰۰ گرمی معمولا یک لیوان آب گرم ریخته و با قاشق مخلوط نمایید.
- گاز را روشن نمایید.
- کتری را تا نیمه آب کرده و روی حرارت قرار دهید.
- آب که جوش آمد کاسه ژله را روی کتری گذاشته و به صورت غیرمستقیم حرارت دهید (اصطلاحا بنماری نامیده می شود).
- کاسه را به مدت ۵-۱۰ دقیقه روی حرارت غیرمستقیم قرار دهید.
- بعد از گذشت زمان مناسب و حل شدن تمام مواد پودری داخل آب گرم آن را از روی حرارت بردارید.
- بعد از کمی سرد شدن به آن یک لیوان آب سرد اضافه نمایید و دوباره مخلوط کنید.
- قالب فلزی مناسبی را انتخاب نمایید (یا ظرف پذیرایی تو گود مناسب).
- مواد ژله را داخل قالب ریخته و در یخچال بگذارید.
- بعد از گذشت یک ساعت ژله را چک کرده در صورت بسته بودن آن در حدی که اثر انگشت روی آن بماند ژله بسته دوم را که آماده کرده اید بر روی ژله ریخته و داخل یخچال قرار دهید.
- در صورت دلخواه می توان این کار را برای چندین لایه انجام داد تا تعداد لایه های آن بیشتر شود.
- بعد از ۲-۳ ساعت و بسته شدن کامل ژله اطراف ظرف را کمی با دست جدا نمایید.
- ظرف مناسب برای پذیرایی ژله را کمی با آب ولرم شسته و خیس روی قالب بگذارید.
- قالب را برگردانید و زیر شیر آب گرم قرار دهید و آهسته تمام اطراف آن را بشویید.
- ظرف را با قالب آهسته به طرف بالا و پایین حرکت داده بعد از شنیدن صدای جداشدن ژله از قالب آهسته ظرف و قالب را کج کرده تا آب اضافی آن خارج شود.
- قالب را از روی ظرف پذیرایی برداشته و در صورت نیاز با دستمال کاغذی اطراف ظرف را تمیز نمایید.
- ژله آماده پذیرایی است در صورت انتخاب ظرف پذیرایی تو گود، ژله را داخل آن ریخته در یخچال قرار دهید. بعد از بسته شدن دیگر نیاز به برگرداندن ژله به ظرف دیگر نیست و با همان ظرف سرو می شود.

مهارت:

- پوشیدن لباس کار مناسب و روپوش
- انتخاب مناسب ظرف و وسایل مورد نیاز برای تهیه ژله
- آماده کردن مواد اولیه متناسب با تعداد نفرات
- حل کردن پودر ژله مطابق دستورالعمل
- انجام تمام مراحل تهیه ژله به صورت لایه به لایه
- جدا کردن ژله از قالب و برگرداندن آن در ظرف پذیرایی

دانش:

- ابزار و وسایل لازم جهت تهیه ژله شیر و خامه (کاسه، قاشق، قالب، کتری، همزن دستی)
- میزان مواد مورد نیاز و نسبت افزودنی های آن متناسب با تعداد افراد برای تهیه ژله شیر و خامه: پودروانیل ۱/۸ ق چایخوری ، شیر پر چرب ۳/۴ پیمانه، شکر ۲-۳ ق غ ، خامه ۷۵ گرم ، پودر ژلاتین ۱ ق غ
- نکته:** به جای خامه می توانید از بستنی وانیلی یا ماست استفاده کنید.
- نحوه آماده کردن ژله شیر و خامه:
- پودر ژلاتین را داخل کاسه کوچک و مقاوم به حرارت ریخته و روی آن ۱/۴ پیمانه آب سرد بریزید و خوب با قاشق مخلوط نمایید.
- اجاق گاز را روشن نمایید.
- کتری را تا نیمه آب کرده و روی حرارت قرار دهید.
- کاسه را روی حرارت قرار دهید تا کاملاً یک دست شود و دیگر دونه ای داخل آن دیده نشود.
- در کاسه دیگری شیر، خامه، شکر (میزان شکر بستگی به ذائقه دارد) و وانیل را با همزن دستی خوب مخلوط کنید و در نهایت ژلاتین حل شده و کمی سرد شده را به مواد اضافه کنید.
- قالب فلزی مناسبی را انتخاب نمایید (یا ظرف پذیرایی تو گود مناسب)
- مواد ژله را داخل قالب ریخته و در یخچال قرار دهید
- بعد از ۲-۳ ساعت و بسته شدن کامل ژله اطراف ظرف را کمی با دست جدا نمایید.
- ظرف مناسب برای پذیرایی ژله را کمی با آب ولرم شسته و خیس روی قالب بگذارید.
- قالب را برگردانید و زیر شیر آب گرم قرار دهید و آهسته تمام اطراف آن بشویید.
- ظرف را با قالب آهسته به طرف بالا و پایین حرکت داده بعد از شنیدن صدای جداشدن ژله از قالب آهسته ظرف و قالب را کج کرده تا آب اضافی آن خارج شود.
- قالب را از روی ظرف پذیرایی برداشته و در صورت نیاز با دستمال کاغذی اطراف ظرف را تمیز نمایید.
- ژله آماده پذیرایی است در صورت انتخاب ظرف پذیرایی تو گود، ژله را داخل آن ریخته و در یخچال قرار دهید. بعد از بسته شدن دیگر نیاز به برگرداندن ژله به ظرف دیگر نیست و با همان ظرف سرو می شود.

تهیه ژله شیر و خامه

مهارت:

- پوشیدن لباس کار مناسب و روپوش
- انتخاب مناسب ظرف و وسایل مورد نیاز برای تهیه ژله
- آماده کردن مواد اولیه متناسب با تعداد نفرات
- حل کردن پودر ژلاتین مطابق دستورالعمل
- ترکیب سایر افزودنی ها
- انجام تمام مراحل تهیه ژله
- جدا کردن ژله از قالب و برگرداندن آن در ظرف پذیرایی

دانش:

تهیه دسر ماست

- ابزار و وسایل لازم جهت تهیه دسر ماست (کاسه، قاشق، تخته کار، همزن، قالب، چاقو)
- میزان مواد مورد نیاز و نسبت افزودنی های آن متناسب با تعداد افراد برای تهیه دسر ماست: کمپوت آناناس ۱۰۰ گرم ، شیر ۱/۲ پیمانه، شکر ۲-۳ ق غ ، خامه پاستوریزه ۱ پیمانه، پودر ژلاتین ۴ ق

غ، ماست پرچرب ۱ پیمانانه، وانیل ۱/۲ ق چایخوری

- علایم آلودگی و فساد قوطی کمپوت ها:

- تورم قوطی، نشت قوطی، تو رفتگی بدنه و درب ها، زنگ زدگی سطوح خارجی قوطی، زنگ زدگی سطح داخلی قوطی، تغییر رنگ محصول، بوی نامطبوع مواد داخل قوطی

نکته: برای شناسایی قوطی ها و اطمینان از سالم بودن آن ها در وهله اول لازم است برجسب کاغذی آن را جدا کنید تا بدنه آن ها کاملاً آشکار شوند.

- نحوه آماده کردن دسرماست:

- بسته پودر ژله آماده را باز کرده و پودر را داخل کاسه مقاوم به حرارت بریزید

- برای یک بسته ژله ۱۰۰ گرمی معمولاً یک لیوان آب سرد ریخته و با قاشق مخلوط نمایید.

- گاز را روشن نمایید.

- کتری را تا نیمه آب کرده و روی حرارت قرار دهید.

- آب که جوش آمد کاسه ژله را روی کتری گذاشته و به صورت غیر مستقیم حرارت دهید (اصطلاحاً بنماری نامیده می شود).

- در کاسه ای متوسط شیر، خامه، ماست، شکر، وانیل را خوب با همزن دستی مخلوط نمایید.

- قوطی کنسرو را آهسته باز کرده و آناناس ها روی تخته کار با چاقو ریز خرد کنید و آب اضافه آن را بگیرید و به مواد بالا اضافه نمایید.

- ژلاتین که کاملاً حل شد از روی حرارت برداشته بعد از کمی سرد شدن به مواد دسر ماست اضافه نمایید.

- قالب فلزی مناسبی را انتخاب نمایید (یا ظرف پذیرایی تو گود مناسب).

- مواد ژله را داخل قالب ریخته و در یخچال قرار دهید.

- بعد از ۲-۳ ساعت و بسته شدن کامل ژله اطراف ظرف را کمی با دست جدا نمایید.

- ظرف مناسب برای پذیرایی ژله را کمی با آب ولرم شسته و خیس روی قالب بگذارید.

- قالب را برگردانید و زیر شیر آب گرم قرار دهید و آهسته تمام اطراف آن را با آب گرم بشویید.

- ظرف را با قالب آهسته به طرف بالا و پایین حرکت داده بعد از شنیدن صدای جداشدن ژله از قالب آهسته ظرف و قالب را کج کرده تا آب اضافی آن خارج شود.

- قالب را از روی ظرف پذیرایی برداشته و در صورت نیاز با دستمال کاغذی اطراف ظرف را تمیز نمایید.

- ژله آماده پذیرایی است در صورت انتخاب ظرف پذیرایی تو گود، ژله را داخل آن ریخته در یخچال قرار دهید. بعد از بسته شدن دیگر نیاز به برگرداندن ژله به ظرف دیگر نیست و با همان ظرف سرو می شود.

مهارت:

- پوشیدن لباس کار مناسب و روپوش

- انتخاب مناسب ظرف و وسایل مورد نیاز برای تهیه ژله

- آماده کردن مواد اولیه و افزودنی های مورد نیاز متناسب با تعداد افراد

- تشخیص قوطی های کمپوت فاسد از سالم

- حل کردن پودر ژلاتین مطابق دستورالعمل

- ترکیب سایر افزودنی ها

- انجام تمام مراحل تهیه ژله

- جدا کردن ژله از قالب و برگرداندن آن در ظرف پذیرایی

دانش:

- ابزار و وسایل لازم جهت تهیه دسر میوه ای (قابلمه، تخته کار، چاقو، مخلوط کن، کاسه، گوشت کوب برقی، فویل)
- میزان مواد مورد نیاز و نسبت افزودنی های آن متناسب با تعداد افراد برای تهیه دسر میوه ای:
- میوه به دلخواه پخته شده با کمی شکر و یا کمپوت میوه، ماست خامه ای پرچرب ۱ پیمانه ، عسل به دلخواه ۲ ق غ
- نحوه آماده کردن دسر ماست میوه ای:
- در صورت انتخاب میوه آن را شسته ، پوست گرفته و بامقداری شکر داخل قابلمه مناسب بریزید.
- اجاق گاز را روشن نمایید و سپس روی حرارت قرار دهید تا میوه پخته شود.
- میوه پخته شده و یا کمپوت میوه را با مخلوط کن یا گوشت کوب برقی پوره نمایید.
- در ظرف مناسب ماست، پوره میوه و عسل را خوب مخلوط نمایید.
- روی کاسه را فویل کشیده و سپس در فریزر قرار دهید.
- بعد از گذشت ۲ ساعت دسر را از فریزر خارج کرده و خوب مخلوط نمایید تا یخ نزند این کار را ۲-۳ مرتبه انجام دهید تا به صورت بستنی درآید.
- بعد از آماده شدن جهت پذیرایی آن را نیم ساعت جلوتر از یخچال (بستگی به دمای حرارت محیط دارد هرچه گرمتر، دیرتر از فریزر خارج نمایید) در آورید و با قاشق از مواد برداشته و در ظروف دسر ریخته و با تکه های میوه و یا کمپوت تزئین نمایید.

دسر ماست میوه ای

مهارت:

- پوشیدن لباس کار مناسب و روپوش
- انتخاب مناسب ظرف و وسایل مورد نیاز برای تهیه دسر ماست میوه ای
- آماده کردن مواد اولیه و افزودنی های مورد نیاز متناسب با تعداد افراد
- شستن و پوست گرفتن میوه و پختن آن
- له کردن و یا پوره کردن میوه و یا کمپوت
- انجام مراحل آماده سازی دسر
- ریختن در ظروف مناسب و تزئین آن با تکه های میوه
- توجه به زمان تعیین شده برای خارج کردن مواد از فریزر و همزدن آن
- خارج کردن دسر در زمان مناسب برای پذیرایی

دانش:

- ابزار و وسایل لازم جهت تهیه بستنی وانیلی (کاسه، همزن برقی، قابلمه، کاسه بلور، فویل و...)
- میزان مواد مورد نیاز و نسبت افزودنی های آن متناسب با تعداد افراد برای تهیه بستنی وانیلی:
- شکر ۱/۴ پیمانه، شیر ۱ پیمانه، خامه قنادی ۲۰۰ گرم، زرده تخم مرغ ۳ عدد ، وانیل ۱/۳ ق چ
- نحوه آماده کردن بستنی وانیلی:
- زرده تخم مرغ ، شکر، وانیل را در کاسه ریخته و با همزن برقی خوب هم می زنیم تا کرم رنگ شود.
- اجاق گاز را روشن نمایید.
- قابلمه مناسبی انتخاب نمایید شیر را داخل آن ریخته روی حرارت قرار دهید تا شیر داغ شود
- شیر گرم را آهسته آهسته به تخم مرغ زده شده اضافه کرده و باهمزن دستی خوب مخلوط نمایید.

تهیه بستنی وانیلی

<p>- سپس تمام مواد را دوباره داخل قابلمه ریخته و روی حرارت قرار دهید. بعد از ۱-۲ دقیقه حرارت را خاموش نمایید و اجازه دهید تا مواد خنک شوند.</p> <p>نکته: شیر و تخم مرغ نباید جوشیده شوند.</p> <p>- مواد را داخل کاسه بریزید و روی کاسه را با فویل پوشانیده و در فریزر قرار دهید. بعد از نیم ساعت خارج کرده و با همزن دستی خوب مخلوط نمایید این کار را ۲-۳ بار انجام دهید.</p> <p>- خامه قنادی را در کاسه استیل و یا شیشه مقاوم ریخته و با همزن دستی بزنید تا کاملا فرم بگیرد. سپس به مایه اضافه کرده و خوب با همزن دستی مخلوط نمایید</p> <p>- حال درب کاسه را با فویل پوشانیده و در فریزر قرار دهید و هر ۲ ساعت ۱ بار آن را خوب با همزن دستی مخلوط نمایید. این کار را ۴ بار انجام دهید.</p> <p>- بعد از گذشت ۸ ساعت بستنی وانیلی آماده است و می توانید داخل ظرف پذیرایی ریخته و با سس شکلات و... تزئین نمایید.</p> <p>نکته: هم زدن بستنی و تکرار آن باعث یکدست و یکنواخت شدن بافت بستنی شده و از یخ زدن آن جلوگیری می کند.</p>	
<p>مهارت:</p> <p>- پوشیدن لباس کار مناسب و روپوش</p> <p>- انتخاب مناسب ظرف و وسایل مورد نیاز برای تهیه بستنی وانیلی</p> <p>- آماده کردن مواد اولیه و افزودنی های مورد نیاز متناسب با تعداد افراد</p> <p>- ترکیب مواد و همزدن آن</p> <p>- انجام تمام مراحل تهیه بستنی وانیلی به ترتیب گفته شده</p> <p>- رعایت زمان تعیین شده برای خارج کردن مواد از فریزر و همزدن آن</p> <p>- ریختن بستنی در ظروف مناسب و تزئین آن جهت سرو</p>	
<p>- رعایت بهداشت و نظافت فردی و کارگاهی</p> <p>- رعایت بهداشت فیزیکی بدن ضمن کار (اصول ارگونومی)</p> <p>- استفاده از ماسک، کلاه و لباس کار مناسب</p> <p>- رعایت نکات ایمنی هنگام تمیز کردن و یا کار با وسایل برنده (چاقو ، رنده و)</p> <p>- اجتناب از انداختن کبریت نیمه سوخته بر روی زمین</p> <p>- رعایت نکات ایمنی ضمن کار با اجاق گاز و مواد داغ</p> <p>- رعایت نکات ایمنی به هنگام کنترل پریز و سیم های برق</p> <p>- قراردادن وسایل در جای خود پس از اتمام کار</p>	<p>نکات ایمنی حین کار</p>
<p>- علاقه مندی به کار</p> <p>- دقت، توجه و سرعت هنگام کار</p> <p>- صرفه جویی در مواد مصرفی</p>	<p>نگرش</p>
<p>- تفکیک زباله تر از خشک</p>	<p>توجهات زیست محیطی</p>
<p>ابزار و تجهیزات:</p> <p>- ترازوی آشپزخانه، پیمانه ها و قاشق های اندازه گیری، چاقوی آشپزخانه، کاسه، قابلمه، ملاقه، ظروف درب</p>	<p>تجهیزات ، ابزار و مواد مصرفی</p>

<p>دار، فاشق، چنگال، کارد، سینی، بستنی خوری، شعله پخش کن، انواع قالب ژله و بستنی، اجاق گاز، فندک اتمی، کپسول آتش نشانی، یخچال و فریزر، میز کار آشپزخانه، کابینت آشپزخانه همراه با هود، آب چکان و سینک، همزن برقی و دستی،</p> <p>مواد مصرفی:</p> <p>- مواد اولیه (ژله ساده، ژله دورنگ، ژله شیر و خامه، دسر ماست، دسر میوه ای، بستنی وانیلی)</p> <p>مواد شوینده و ضدعفونی کننده</p>	
<p>- خواندن و نوشتن اعداد و کلمات</p>	<p>دانش پایه (غیر فنی)</p>

فهرست واریسی از شایستگی مهارت: تهیه انواع دسرهای غیر سنتی

نام و نام خانوادگی دانش آموز:

تاریخ آزمون نوبت دوم:

پایه:

رشته:

اجزای پودمان	آیتم های ارزیابی	به طور مستقل و صحیح انجام می دهد.	با راهنمایی کلامی مربی به طور صحیح انجام می دهد.	به طور صحیح انجام نمی دهد.
تهیه ژله ساده	با دستور مربی، وسایل و ابزار مناسب برای تهیه ژله ساده را انتخاب می کند.			
	مواد اولیه و افزودنی های لازم را با توجه به نسبت های آن و متناسب با تعداد افراد، انتخاب و اندازه گیری می کند.			
	مواد را بر اساس دستورالعمل مخلوط می کند.			
	افزودنی های مورد علاقه را در زمان مناسب، به محلول اضافه می کند.			
	محلول تهیه شده را در ظرف های مناسب ریخته و در یخچال می گذارد.			
	زمان لازم برای بستن ژله را کنترل می کند.			
	ژله آماده را در ظرف مناسب سرو می کند.			
	نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.			
تهیه ژله دورنگ	با دستور مربی، وسایل و ابزار مناسب برای تهیه ژله دورنگ را انتخاب می کند.			
	مواد اولیه و افزودنی های لازم را با توجه به نسبت های آن و متناسب با تعداد افراد، انتخاب و اندازه گیری می کند.			
	مواد ژله اول را بر اساس دستورالعمل مخلوط می کند.			
	افزودنی های مورد علاقه را در زمان مناسب، به محلول اضافه می کند.			
	محلول تهیه شده را در ظرف های مناسب ریخته و در یخچال می گذارد.			
	زمان لازم برای بستن ژله را کنترل می کند.			
	مواد ژله دوم را بر اساس دستورالعمل مخلوط می کند.			
	محلول ژله دوم را بر روی ژله اول می ریزد.			
	ظرف ژله را دوباره در یخچال می گذارد.			
	زمان لازم برای بستن ژله را کنترل می کند.			
تهیه دسر ماست	با دستور مربی، وسایل و ابزار مناسب برای تهیه دسر ماست را انتخاب می کند.			
	مواد اولیه و افزودنی های لازم را با توجه به نسبت های آن و متناسب با تعداد افراد، انتخاب و اندازه گیری می کند.			
	مواد تهیه شده را بر اساس دستورالعمل مخلوط می کند.			
	افزودنی های مورد علاقه را در زمان مناسب، به محلول اضافه می کند.			
	مواد آماده شده را در ظرف های مناسب ریخته و در یخچال می گذارد.			
زمان لازم برای بستن دسر را کنترل می کند.				
دسر را تزئین می کند.				

			نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.
			با دستور مربی، وسایل و ابزار مناسب برای تهیه دسر ماست میوه ای را انتخاب می کند.
			مواد اولیه و افزودنی های لازم را با توجه به نسبت های آن و متناسب با تعداد افراد، انتخاب و اندازه گیری می کند.
			مواد را بر اساس دستورالعمل مخلوط می کند.
			افزودنی های مورد علاقه را در زمان مناسب، به مواد اضافه می کند.
			مواد تهیه شده را در ظرف های مناسب ریخته و در یخچال می گذارد.
			دسر آماده شده را تزئین می کند.
			نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.
			با دستور مربی، وسایل و ابزار مناسب برای تهیه بستنی وانیلی را انتخاب می کند.
			مواد اولیه و افزودنی های لازم را با توجه به نسبت های آن و متناسب با تعداد افراد، انتخاب و اندازه گیری می کند.
			مواد را بر اساس دستورالعمل مخلوط می کند.
			اجاق گاز را با رعایت نکات ایمنی روشن می کند.
			مواد را در ظرف مناسب ریخته و بر روی شعله اجاق گاز قرار می دهد.
			بلافاصله پس از جوش آمدن، ظرف را از روی حرارت بر می دارد.
			مواد را در ظرف های فلزی می ریزد و در فریزر قرار می دهد.
			در زمان های تعیین شده، مواد را هم می زند.
			خامه را بر اساس دستورالعمل آماده و به مواد اضافه می کند.
			مواد را دوباره در فریزر قرار می دهد.
			در زمان تعیین شده، مواد را هم می زند.
			مدت زمان لازم برای سفت شدن بستنی را کنترل می کند.
			بستنی را در ظرف های مناسب سرو می کند.
			مواد پاک کننده و شوینده مناسب با نوع کار را انتخاب می کند.
			وسایل و ظروف (پس از شستن) و خشک کردن در جای خود قرار می دهد.
			لکه و مواد مواد غذایی بر جای مانده بر روی اجاق گاز را شسته و خشک می کند.
			سطوح و کف آشپزخانه را شسته و خشک می کند.
نمره عملی دانش آموز:			
نام و نام خانوادگی هنر آموز:			
تاریخ و امضاء:			

شایستگی مهارت: تهیه انواع شربت

شرح شایستگی مهارت: این پودمان توانایی تهیه انواع شربت (شربت های طعم دار، میوه ای) را با رعایت اصول ایمنی و بهداشتی زیر نظر مربی فراهم می کند.

عناصر شایستگی	معیار عملکرد
تهیه شربت با طعم دهنده ها قوام دهی شربت	<ul style="list-style-type: none"> - شکر و آب طبق دستورالعمل مربی مخلوط و در ظروف مناسب ریخته می شود. - اجاق گاز روشن و حرارت آن تنظیم می شود. - کف زدایی شربت انجام می شود. - پاک سازی کریستال های شکر اطراف ظرف توسط آب و قلم مو انجام می شود. - افزودنی های طعم دهنده به مواد اضافه می شود (آب لیمو، عرقیات گیاهی، زعفران، هل و ...). - غلظت شربت کنترل می شود. - میزان غلظت شربت مطابق با دستورالعمل تعیین می شود. - شربت پس از خنک شدن در شیشه ریخته می شود. - شیشه شربت برچسب زده می شود.
شربت آلبالو	<ul style="list-style-type: none"> - آلبالو تمیز و شسته می شود. - آلبالو با میزان مناسب شکر و آب مخلوط می شود. - اجاق گاز روشن و میزان حرارت آن تنظیم می شود. - مواد روی حرارت گذاشته می شود. - در زمان مناسب مواد افزودنی اضافه می شود. - غلظت شربت کنترل می شود. - شربت از صافی رد می شود. - شربت پس از خنک شدن در شیشه ریخته می شود. - شیشه شربت برچسب زده می شود.
شربت سکنجبین	<ul style="list-style-type: none"> - نعناع به میزان مناسب تمیز و شسته می شود. - شکر و آب به میزان مناسب در قابلمه ریخته می شود. - اجاق گاز روشن و حرارت آن تنظیم می شود. - مواد روی حرارت گذاشته می شود. - در زمان مناسب نعناع اضافه می شود. - سرکه به میزان مناسب اضافه می شود. - غلظت شربت کنترل می شود. - شربت از صافی رد می شود. - شربت پس از خنک شدن در شیشه ریخته می شود. - شیشه شربت برچسب زده می شود.
تمیز کاری ابزار، ظروف، تجهیزات و سطوح	<ul style="list-style-type: none"> - ابزار و ظروف شسته، خشک و جایدهی می شود. - تمیز کاری اجاق گاز و سطوح از ضایعات و آلودگیها مطابق با دستورالعمل انجام می شود.

راهنمای آزمون	<p>ارزشیابی این شایستگی بر مبنای ۲۰ نمره می‌باشد. (ارزشیابی عملی ۱۴ نمره، کتبی ۳ نمره و ارزشیابی از رفتارهای شغلی ۳ نمره)</p> <p>نحوه محاسبه نمره پایانی آن به قرار ذیل می‌باشد.</p> <p>نمره پایانی = <u>نمره آزمون نوبت دوم + نمره تکوینی دانش آموز</u></p> <p style="text-align: center;">۲</p> <p>نمره تکوینی دانش آموز شامل موارد زیر است:</p> <p><u>میانگین نمرات آزمون‌های مستمر نوبت اول + نمره آزمون نوبت اول + میانگین نمرات آزمون‌های مستمر نوبت دوم</u></p> <p style="text-align: center;">۳</p>
	<p>مفاهیم شناختی پیش نیاز</p> <p>مهارت های عمومی پایه تعریف شده برای ورود به دوره دوم متوسطه حرفه ای</p>
<p>پودمان‌های هم نیاز و پیش نیاز</p> <p>بهداشت و ایمنی در آشپزخانه(هم نیاز)</p>	
<p>رفتارهای شغلی</p> <p>آراستگی ظاهری: لباس کار تمیز پوشیده می‌شود.</p> <p>نظم و ترتیب: پس از پایان کار وسایل در جای خود قرار داده می‌شود.</p> <p>مسئولیت پذیری: کار محوله را به درستی انجام می‌دهد.</p> <p>مهارت‌های ارتباطی: واژه‌های مربوط به کار خود را به درستی بیان می‌کند. گزارش کار خود را به مربی می‌دهد. با دیگران مؤدبانه صحبت می‌کند.</p> <p>رعایت بهداشت فردی: قبل و پس از پایان کار دست و صورت خود را می‌شوید.</p> <p>وقت شناسی: به موقع در کارگاه حضور پیدا می‌کند. کار خود را در زمان تعیین شده انجام می‌دهد.</p>	
<p>امکانات (فضای فیزیکی)</p> <p>یک فضای کاری در حدود ۳۰ مترمربع</p>	
<p>ابزار و تجهیزات</p> <p>ترازوی آشپزخانه، پیمانه هاو قاشق های اندازه گیری، چاقوی آشپزخانه، کاسه، قاشق، چنگال، کارد، سینی، قابلمه، شعله پخش کن، قلم مو، شیشه دردار، صافی، اجاق گاز، فندک اتمی، کپسول آتش نشانی، یخچال و فریزر، میز کار آشپزخانه، کابینت آشپزخانه همراه با هود، آب چکان و سینک،</p>	
<p>مواد مصرفی</p> <p>مواد اولیه (شربت به لیمو، سکنجبین، آلبالو) و ...</p> <p>مواد شوینده و ضد عفونی کننده</p>	
<p>نرم افزار</p> <p>فیلم آموزشی مرتبط</p>	
<p>نیروی انسانی</p> <p>فوق دیپلم و بالاتر در رشته تحصیلی مرتبط و یا فوق دیپلم و بالاتر در رشته کودکان استثنایی با داشتن مدرک مهارتی مرتبط از سازمان های متولی آموزش حرفه ای</p>	

برنامه درسی شایستگی مهارت : تهیه انواع شربت

عناصر شایستگی	اجزای شایستگی
<p>تهیه شربت با طعم دهنده ها</p> <p>قوام دهی شربت</p>	<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل لازم جهت تهیه شربت (قابلمه ، قاشق، شیشه، قیف و..). - میزان مواد مورد نیاز برای تهیه شربت - شکر ۱ پیمانه، آب ۱/۲ پیمانه، جوهر لیمویک پنجم (در حدی که بین دو انگشت جا شود بسیار کم)، طعم دهنده مورد نظر (بیدمشک، گلاب، آب لیمو ترش، بهار نارنج، عرق هل، زعفران حل شده و..) ۱/۴ پیمانه - مفهوم شکرک زدن (زمانی که مربا یا شربتی بیش از حد لازم جوشانده شود یا آن که ترشی آن کم باشد شکرک می زند). - نحوه آماده کردن شربت با طعم دهنده ها: - قابلمه مناسبی را انتخاب کرده و داخل آن شکر و آب را بریزید. - اجاق گاز را روشن نمایید و قابلمه را روی حرارت بگذارید تا شکر داخل آب حل شود. نکته: جوهر لیمو را برای شکرک زدن شربت به آن اضافه می کنند در صورت استفاده از طعم دهنده های ترش مانند آب لیمو ترش و پرتقال و.. نیازی به ریختن جوهر لیمو نمی باشد. - شربت را بجوشانید. در صورت کریستال شدن کنار قابلمه با قلم موی آشپزی که کمی به آب گرم آغشته شده آن هارا حل کنید. - در مرحله نهایی طعم دهنده مورد نظر را اضافه کرده و اجازه دهید تا شربت بجوشد. - زمانی که شربت غلیظ شد آن را خاموش کرده و با قاشق از شربت به داخل قابلمه بریزید. در صورتی که آخرین قطره شربت حالت سخت و کشداری داشت نشان دهنده قوام شربت است و یا می توانید مقداری از شربت را در ظرفی بریزید تا سرد شود. سپس شربت سرد شده را بین دو انگشت امتحان کرده اگر حالت نخ تولید شود شربت قوام آورده است. - شیشه مناسب شربت را شسته و بگذارید خشک شود. - شربت خنک شده را به وسیله قیف داخل شیشه ها بریزید و درب آن را ببندید. روی شیشه نام شربت، تاریخ تولید آن را درج نمایید. <p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - پوشیدن لباس کار مناسب و پیش بند - انتخاب مناسب ظرف و وسایل مورد نیاز برای تهیه شربت - آماده کردن مواد اولیه متناسب با تعداد نفرات - توانایی تشخیص شکرک زدن مربا یا شربت - توانایی تشخیص قوام آمدن شربت - انجام تمام مراحل تهیه شربت و کنترل هر مرحله - شستن شیشه و خشک کردن آن - ریختن شربت خنک شده در شیشه به کمک قیف - زدن برچسب نام و تاریخ تولید شربت روی شیشه

شربت آلبالو

دانش:

- ابزار و وسایل لازم جهت تهیه شربت آلبالو (قابلمه لعابی، صافی، لگن، سینی، سبد و...)
- میزان مواد مورد نیاز و نسبت افزودهای آن (شکر ۲ کیلوگرم، آلبالو ۱ کیلوگرم، آب ۳ لیوان، وانیل ۱/۲ ق چ)
- نحوه آماده کردن شربت آلبالو:
 - آلبالو را شسته و پاک کنید.
 - هسته های آن را جدا کنید.
 - آلبالوی شسته شده را همراه با آب و شکر مخلوط کنید و در قابلمه بریزید.
- نکته:** اجاق گاز را روشن کنید و مواد بالا را روی حرارت بسیار ملایم قرار دهید تا جوش بیاید. در این زمان شعله را کمی تند کرده و مراقب باشید تا آلبالو با شکر و آب پخته و شربت آن قوام بیاید. سپس وانیل را اضافه کرده و شعله را خاموش کنید.
- مواد را داخل صافی بریزید تا شربت آن جدا شود.
- شربت را پس از خنک شدن داخل یک شیشه تمیز و خشک بریزید.
- نکته:** اگر شعله شربت را خیلی کم کنید رنگ آن تیره و اگر شعله را خیلی زیاد کنید شربت به سرعت می سوزد و رنگ آن قهوه ای می شود.
- نکته:** بهتر است شربت در ظرف لعابی تهیه شود.

مهارت:

- پوشیدن لباس کار مناسب و پیش بند
- انتخاب مناسب ظرف و وسایل مورد نیاز برای تهیه شربت آلبالو
- آماده کردن مواد اولیه با توجه به دستورالعمل
- شستن و پاک کردن آلبالو و هسته گیری آن
- توانایی تشخیص قوام آمدن شربت آلبالو
- تنظیم حرارت شعله گاز
- انجام تمام مراحل تهیه شربت آلبالو و کنترل هر مرحله
- ریختن شربت درون شیشه تمیز و خشک پس از خنک شدن آن
- نوشتن اسم و تاریخ تولید شربت و درج روی شیشه

دانش:

- ابزار و وسایل لازم جهت تهیه شربت سکنجبین (قابلمه لعابی ، قاشق و...)
- میزان مواد مورد نیاز و نسبت افزودهای آن
- نعنای تازه ۲۵۰ گرم ، شکر ۲ کیلوگرم، آب ۱ لیتر، سرکه ۲۰۰ گرم
- نحوه آماده کردن شربت سکنجبین :
- نعنای تازه را پاک کرده و ساقه آن ها را خیلی کوتاه کنید. نعنای را شسته و در صافی بگذارید.
- نعنای ها ی شسته شده را با کمک نخ دسته بندی کنید.
- شکر را به همراه آب در قابلمه مناسب بریزید.
- اجاق گاز را روشن نمایید و قابلمه را روی حرارت قرار دهید تا بجوش آید.
- دسته های نعنای را داخل قابلمه قرار دهید و بگذارید بجوشد تا عطر نعنای جذب شربت شود.
- سرکه را داخل شربت اضافه نمایید و اجازه دهید تا شربت بجوشد و غلیظ شود.
- پس از قوام آمدن ، شربت را از صافی رد نمایید.

شربت سکنجبین

<p>- بعد از خنک شدن شربت، با قاشق آن را امتحان نمایید (قطره آخری که از قاشق می ریزد باید به صورت کشدار باشد).</p> <p>- شربت آماده شده را داخل شیشه های شسته و خشک شده بریزید و درب آنها را ببندید و روی آن نام و تاریخ تولید را درج نمایید.</p> <p>- بهتر است برای سرو این شربت مقداری از آن را داخل لیوان پذیرایی ریخته ، سپس یخ و آب را اضافه نمایید. در نهایت درون لیوان کمی خیار خرد شده بریزید و با برگی از نعناع آن را تزئین نمایید.</p>	
<p>مهارت:</p> <p>- پوشیدن لباس کار مناسب و پیش بند</p> <p>- انتخاب مناسب ظرف و وسایل مورد نیاز برای تهیه شربت سکنجبین</p> <p>- آماده کردن مواد اولیه با توجه به دستورالعمل</p> <p>- پاک کردن و شستن نعناع و دسته بندی آن</p> <p>- توانایی تشخیص قوام آمدن شربت سکنجبین</p> <p>- انجام تمام مراحل تهیه شربت سکنجبین و کنترل هر مرحله</p> <p>- ریختن شربت در داخل شیشه ای تمیز و خشک پس از خنک شدن</p> <p>- نوشتن اسم و تاریخ تولید شربت و درج روی شیشه</p>	
<p>- رعایت بهداشت و نظافت فردی و کارگاهی</p> <p>- رعایت بهداشت فیزیکی بدن ضمن کار (اصول ارگونومی)</p> <p>- استفاده از ماسک، کلاه و لباس کار مناسب</p> <p>- رعایت نکات ایمنی هنگام تمیز کردن ویا کار با وسایل برنده(چاقو ، رنده و ...)</p> <p>- اجتناب از انداختن کبریت نیمه سوخته بر روی زمین</p> <p>- رعایت نکات ایمنی ضمن کار با اجاق گاز و مواد داغ</p> <p>- رعایت نکات ایمنی به هنگام کنترل پریز و سیم های برق</p> <p>- قراردادن وسایل در جای خود پس از اتمام کار</p>	<p>نکات ایمنی حین کار</p>
<p>- علاقه مندی به کار</p> <p>- دقت، توجه و سرعت هنگام کار</p> <p>- صرفه جویی در مواد مصرفی</p>	<p>نگرش</p>
<p>- تفکیک زباله تر از خشک</p>	<p>توجهات زیست محیطی</p>
<p>- ابزار و تجهیزات:</p> <p>ترازوی آشپزخانه، پیمانه ها و قاشق های اندازه گیری، چاقوی آشپزخانه، کاسه ، قاشق، چنگال، کارد، سینی، قابلمه، شعله پخش کن، قلم مو، شیشه دردار، صافی، اجاق گاز، فندک اتمی، کیپسول آتش نشانی، یخچال و فریزر، میز کار آشپزخانه، کابینت آشپزخانه همراه با هود، آب چکان و سینک،</p> <p>- مواد مصرفی:</p> <p>مواد اولیه (شربت به لیمو، سکنجبین، آلبالو) و ...</p> <p>مواد شوینده و ضد عفونی کننده</p>	<p>تجهیزات ، ابزار و مواد مصرفی</p>
<p>- خواندن و نوشتن اعداد و کلمات</p>	<p>دانش پایه (غیر فنی)</p>

فهرست واریسی از شایستگی مهارت: تهیه انواع شربت

نام و نام خانوادگی دانش آموز:

رشته:

پایه:

تاریخ آزمون نوبت دوم:

اجزای پودمان	آیتم های ارزیابی	به طور مستقل و صحیح انجام می دهد.	با راهنمایی کلامی مربی به طور صحیح انجام می دهد.	به طور صحیح انجام نمی دهد.
آماده سازی مواد و ابزار	مواد لازم را به میزان مناسب و براساس دستورالعمل مربی را انتخاب می کند.			
	ابزار و وسایل لازم برای تهیه شربت را انتخاب می کند.			
	لباس کار مناسب می پوشد.			
تهیه شربت با طعم دهنده ها قوام دهی شربت	شکر و آب را بر اساس دستورالعمل مربی مخلوط و در ظرف مناسب می ریزد.			
	با توجه به نکات ایمنی، اجاق گاز را روشن کرده و حرارت آن را تنظیم می کند.			
	کف زدایی شربت که بر روی حرارت قرار گرفته را انجام می دهد.			
	کریستال های شکر اطراف ظرف را توسط آب و قلم مو پاکسازی می کند.			
	افزودنی های طعم دهنده مورد علاقه را در زمان لازم به شربت اضافه می کند.			
	غلظت شربت را بر اساس دستورالعمل مربی، کنترل می کند.			
	شربت آماده شده را پس از سرد شدن، در شیشه های مناسب می ریزد.			
	بر روی شیشه شربت، برچسب مشخصات می چسباند.			
	نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.			
شربت آلبالو	آلبالوها را تمیز کرده و می شود.			
	آلبالوهای تمیز شده را با میزان مناسب آب و شکر مخلوط می کند.			
	اجاق گاز را با رعایت نکات ایمنی، روشن می کند و حرارت آن را تنظیم می کند.			
	مخلوط آماده شده را بر روی حرارت قرار می دهد.			
	سایر افزودنی را در زمان مناسب به مواد اضافه می کند.			
	غلظت شربت را کنترل می کند.			
	شربت آماده شده را از صافی رد می کند.			
شربت سکنجبین	شربت را پس از خنک شدن در شیشه های مناسب می ریزد.			
	بر روی شیشه های شربت، برچسب مشخصات می چسباند			
	نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.			
شربت سکنجبین	به میزان لازم، برگ های نعناع را تمیز می شود.			
	به میزان مناسب در قابلمه شکر و آب می ریزد.			
	اجاق گاز را با رعایت نکات ایمنی روشن می کند.			
	قابلمه مواد را روی حرارت می گذارد.			
	نعناع را در زمان مناسب به مواد، اضافه می کند.			
	سرکه را در زمان مناسب به مواد، اضافه می کند.			

			غلظت شربت را بر اساس دستورالعمل مربی، کنترل می کند.	
			شربت را از صافی رد می کند.	
			پس از خنک شدن شربت، آن را در شیشه های مناسب می ریزد.	
			بر روی شیشه های شربت، برچسب می چسباند.	
			نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.	
			مواد پاک کننده و شوینده مناسب با نوع کار را انتخاب می کند.	تمیز کاری وسایل، تجهیزات و سطوح
			وسایل و ظروف (پس از شستن) و خشک کردن در جای خود قرار می دهد.	
			لکه و مواد غذایی بر جای مانده بر روی اجاق گاز را شسته و خشک می کند.	
			سطوح و کف آشپزخانه را شسته و خشک می کند.	
نمره عملی دانش آموز:				
تاریخ و امضاء:			نام و نام خانوادگی هنر آموز:	

شایستگی مهارت: خشک کردن میوه

شرح شایستگی مهارت: این پودمان توانایی تهیه میوه های خشک و بسته بندی آن ها را با استفاده از مواد اولیه ای که مربی در اختیار دانش آموز قرار می دهد با رعایت موارد ایمنی و بهداشتی زیرنظر مربی فراهم می کند.

معیار عملکرد

معیار عملکرد	عناصر شایستگی	
<ul style="list-style-type: none"> - وسایل طبق دستورالعمل مربی انتخاب می شود. - میوه ها به میزان مناسب آماده می شود. - میوه ها شسته و ضدعفونی می شود. - هسته میوه های مورد نظر گرفته می شود. - میوه ها به اندازه تقریبی ۲-۳ سانتی متر برش زده می شود. - نکات بهداشتی و ایمنی کار رعایت می شود. 	آماده کردن وسایل و مواد	عناصر شایستگی
<ul style="list-style-type: none"> - میوه ها در طبقات دستگاه با رعایت فاصله کافی چیده می شود. - دستگاه با رعایت نکات ایمنی روشن می شود. - حرارت و زمان دستگاه مطابق دستورالعمل تنظیم می شود. - میزان خشک شدن میوه ها کنترل می شود. - میوه های خشک شده برای بسته بندی در ظرف مناسب ریخته می شود. 	خشک کردن میوه ها در دستگاه خشک کن	
<ul style="list-style-type: none"> - کاغذ روغنی در سینی فر پهن می شود. - میوه ها در سینی فر با رعایت فاصله کافی چیده می شود. - فر اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی روشن می شود. - دما و زمان فر مطابق دستورالعمل تنظیم می شود. - میزان خشک شدن میوه ها کنترل می شود. - میوه های خشک شده برای بسته بندی در ظرف مناسب ریخته می شود. 	خشک کردن میوه ها در فر	
<ul style="list-style-type: none"> - میوه ها در سینی با رعایت فاصله کافی چیده می شود. - حرارت بخاری مطابق دستورالعمل تنظیم می شود. - زمان کافی برای خشک شدن میوه ها در نظر گرفته می شود. - میزان خشک شدن میوه ها کنترل می شود. - میوه های خشک شده برای بسته بندی در ظرف مناسب ریخته می شود. 	خشک کردن میوه ها روی بخاری	
<ul style="list-style-type: none"> - روی شوماژر کاغذ روغنی به میزان مناسب پهن می شود. - میوه ها با رعایت فاصله کافی بر روی کاغذ چیده می شود. - دمای شوماژر مطابق دستورالعمل تنظیم می شود. - زمان کافی برای خشک شدن میوه ها در نظر گرفته می شود. - میزان خشک شدن میوه ها کنترل می شود. - میوه های خشک شده برای بسته بندی در ظرف مناسب ریخته می شود. 	خشک کردن میوه ها روی شوماژر	
<ul style="list-style-type: none"> - طبق دستورالعمل مربی میوه های خشک شده انتخاب می شود. - میوه های خشک شده طبق دستورالعمل اندازه گیری می شود. - میوه های وزن شده در پاکت/ نایلون ریخته و درب آن ها با دستگاه ماشین دوخت ،دوخته می شود. - برچسب روی بسته ها چسبانده می شود. 	بسته بندی میوه های خشک شده	

	تمیز کاری ابزار، ظروف ، تجهیزات و سطوح	- ابزار و ظروف شسته، خشک و جای دهی می شود. - تمیز کاری فر اجاق گاز و سطوح از ضایعات و آلودگیها مطابق با دستورالعمل انجام می شود.
راهنمای آزمون	ارزشیابی این شایستگی بر مبنای ۲۰نمره می باشد. (عملی ۱۴ نمره ، کتبی ۳ نمره و رفتارهای شغلی ۳ نمره) نحوه محاسبه نمره پایانی آن به قرار ذیل است: نمره پایانی = نمره آزمون نوبت دوم + نمره تکوینی دانش آموز* ۲ * نمره تکوینی دانش آموز شامل موارد زیر است: میانگین نمرات آزمون های مستمر نوبت اول + نمره آزمون نوبت اول + میانگین نمرات آزمون های مستمر نوبت دوم ۳	
	مفاهیم شناختی پیش نیاز	مهارت های عمومی پایه تعریف شده برای ورود به دوره دوم متوسطه حرفه ای
پودمان های هم نیاز و پیش نیاز	بهداشت و ایمنی در آشپزخانه(هم نیاز)	
رفتارهای شغلی	آراستگی ظاهری: لباس کار تمیز پوشیده می شود. نظم و ترتیب: پس از پایان کار وسایل در جای خود قرار داده می شود. مسئولیت پذیری: کار محوله را به درستی انجام می دهد. مهارت های ارتباطی: واژه های مربوط به کار خود را به درستی بیان می کند. گزارش کار خود را به مربی می دهد. با دیگران مؤدبانه صحبت می کند. رعایت بهداشت فردی: قبل و پس از پایان کار دست و صورت خود را می شوید. وقت شناسی: به موقع در کارگاه حضور پیدا می کند. کار خود را در زمان تعیین شده انجام می دهد.	
امکانات (فضای فیزیکی)	یک فضای کاری در حدود ۳۰ مترمربع	
ابزار و تجهیزات	ترازوی آشپزخانه، پیمانه ها و قاشق های اندازه گیری، چاقوی آشپزخانه، کاسه، سبد، قاشق، چنگال، کارد، سینی، ظرف دردار، اجاق گاز، فندک اتمی، کپسول آتش نشانی، یخچال و فریزر، دستگاه وکیوم، دستگاه خشک کن، میز کار آشپزخانه، کابینت آشپزخانه همراه با هود، آب چکان و سینک	
مواد مصرفی	انواع میوه، کاغذ روغنی، کیسه نایلون یا پاکت	
نرم افزار	فیلم آموزشی مرتبط	
نیروی انسانی	فوق دیپلم و بالاتر در رشته تحصیلی مرتبط و یا فوق دیپلم و بالاتر در رشته کودکان استثنایی با داشتن مدرک مهارتی مرتبط از سازمان های متولی آموزش حرفه ای	

برنامه درسی شایستگی مهارت : خشک کردن میوه (چپس میوه)

عناصر شایستگی	اجزای شایستگی
آماده کردن وسایل و مواد	<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل لازم جهت تهیه میوه خشک (دستگاه خشک کن، توری فلزی، سبد، لگن، مواد ضد عفونی کننده، رنده، چاقو، تخته کار، فویل، کاغذ روغنی، پارچه نخی که پرز ندهد). - میزان و کیفیت مواد مورد نیاز برای تهیه میوه های خشک - (کیوی، انگور، گلابی، خرما، انجیر، موز، انبه، زردآلو، هلو، آلو و توت فرنگی مناسب خشک شدن می باشند). - نحوه آماده سازی مواد: - میوه های مورد نظر را انتخاب نمایید به طوری که میوه ها سالم و سفت و رسیده باشند. - میوه ها را شسته و ضد عفونی نمایید. - میوه ها را در آبی که شامل کمی مواد ضد عفونی میوه ها و سبزی هاست قرار دهید و بعد از نیم ساعت آن ها را بشویید. - در صورت نیاز سطح میوه را با دست و یا فرچه تمیز نمایید. - میوه را دوباره بشویید و داخل صافی بگذارید تا خشک شود و آب اضافی آن گرفته شود. - نحوه خرد کردن میوه ها: - بعد از خشک شدن میوه آن را به اندازه ۳-۶ میلی متر برش بزنید. - میوه های خیلی کوچک مثل انگور و توت را باید کامل خشک کرد. - نحوه جلوگیری از سیاه شدن میوه ها: - برای جلوگیری از سیاه شدن میوه یکی از کارهای زیر را انجام دهید: - میوه ها را داخل آب نمک رقیق بگذارید و سپس خشک نمایید. - سیب و هلو را می توانید در آب یخ و کمی لیمو ترش قرار دهید و سپس خشک نمایید. - آناناس، هلو و موز را می توان در ترکیب عسل، شکر و آب قرارداد سپس خشک کرد. (۱ استکان شکر، ۱ استکان عسل و ۳ استکان آب) - در صورت تمایل می توانید پوست میوه ها را بگیرید. - نحوه جدا کردن پوست میوه ها: - در پایین هر قطعه از میوه با چاقوی پوست کنی یک علامت ضربدر ایجاد نمایید. - تکه های میوه را به مدت ۳۰ ثانیه در آبجوش بریزید و سپس به یک ظرف آب یخ منتقل کنید با این کار پوست میوه ها به راحتی جدا می شوند. - میوه ها را روی تخته کار با چاقوی تیز برش های نازک بزنید.
	<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - پوشیدن لباس کار مناسب و پیش بند - انتخاب ابزار و وسایل مناسب برای خشک کردن میوه - آماده کردن میوه برای خشک کردن - تشخیص میوه های سالم از ناسالم - شستن میوه ها و استفاده از میزان مناسب مواد ضد عفونی کننده

<ul style="list-style-type: none"> - پوست گرفتن میوه ها طبق دستورالعمل - برش میوه ها در اندازه های مناسب - تهیه محلول زیر نظر مربی جهت جلوگیری از سیاه شدن میوه ها 	
<p style="text-align: right;">دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - نحوه روشن کردن دستگاه خشک کن - دستگاه خشک کن را روی تنظیمات خشک کردن میوه قرار دهید. - اگر خشک کن تنظیماتی ندارد درجه حرارت آن را روی ۵۷ درجه سانتی گراد تنظیم نمایید. - نحوه خشک کردن میوه در دستگاه خشک کن: - میوه ها را در یک لایه تکی درون سینی های خشک کن بچینید. - زمان دقیق خشک شدن میوه به ضخامت آن بستگی دارد اما معمولاً بین ۲۴-۴۸ ساعت طول می کشد. <p>نکته: میوه هایی که می خواهید خشک کنید باید سفت، سالم و رسیده باشند. در غیر این صورت میوه های خشک شده طعم مطلوبی نخواهند داشت.</p> <ul style="list-style-type: none"> - در این مدت پس از هر ۶-۸ ساعت سری به میوه ها بزنید و آنها را زیر و رو کنید. - بعد از خشک شدن میوه ها، آنها را در ظروف درب بسته و در جای خنک نگهداری نمایید. <p>نکته: میوه های خشک شده خانگی را می توانید ۹-۱۲ ماه در یخچال نگهداری نمایید.</p>	<p>خشک کردن میوه ها در دستگاه خشک کن</p>
<p style="text-align: right;">مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - پوشیدن لباس کار مناسب و پیش بند - روشن کردن دستگاه خشک کن و تنظیم آن زیر نظر مربی - چیدن میوه ها به طور نازک در دستگاه خشک کن - انجام تمام مراحل خشک کردن میوه و کنترل آن ها - رعایت زمان خشک شدن میوه ها - قرار دادن میوه های خشک شده در ظروف درب بسته - نوشتن نام و تاریخ خشک کردن میوه ها و درج آن روی ظرف 	
<p style="text-align: right;">دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - نحوه روشن کردن فر: - اگر دمای حرارت پایین فر را لازم دارید شعله پایین فر را با کبریت یا فندک آهسته روشن نمایید و بعد از چند لحظه نگه داشتن پیچ گاز و اطمینان از روشن ماندن فر، آهسته درب فر را بسته و بگذارید فر به دمای مورد نیاز برسد. بهتر است یک ربع تا نیم ساعت منتظر بمانید. (دمای فر برای خشک کردن میوه ها را حدود ۵۰-۱۰۰ درجه سانتی گراد قرار دهید) - نحوه خشک کردن میوه در فر: - سینی فر را در آورید و روی آن یک کاغذ روغنی بگذارید. - میوه های آماده شده را روی کاغذ روغنی با فاصله بگذارید. - سینی را در فر که از قبل روشن نموده اید بگذارید. - برای اینکه میوه ها در زمان خشک شدن جمع نشوند باید توری فلزی روی آنها قرار دهید. - بعد از هر ۲ ساعت میوه ها را چک کرده و زیر و رو نمایید تا یکدست خشک شوند. 	<p>خشک کردن میوه ها در فر</p>

<p>نکته: هر نوع میوه زمان متفاوتی برای خشک شدن نیاز دارد مثلاً سیب ۶ ساعت و توت فرنگی ۱۲ ساعت)</p> <p>- بعد از خشک شدن میوه آنها را در شیشه یا ظرف درب دار بگذارید ولی ۳-۵ روز درب آن را باز نگه دارید و هر از چند گاهی آنها را تکان دهید تا احتمالاً اگر رطوبت و نم دارد از بین برود.</p> <p>نکته: میوه ای که خشک می کنید باید جویدنی باشد نه این که مثل چیپس خشک و ترد باشد.</p> <p>- بعد از گذشت این زمان میوه ها را به مدت ۱۰ ماه می توانید نگهداری نمایید.</p>	
<p>مهارت:</p> <p>- پوشیدن لباس کار مناسب و روپوش</p> <p>- روشن کردن فر برقی یا گازی با رعایت نکات ایمنی زیر نظر مربی</p> <p>- قراردادن کاغذروغنی در سینی فر و چیدن میوه ها بر روی آن تا فاصله مناسب</p> <p>- انجام تمام مراحل تهیه میوه خشک و کنترل هر مرحله</p> <p>- رعایت زمان تعیین شده برای خشک شدن میوه ها</p> <p>- قراردادن میوه های خشک شده داخل ظرف</p> <p>- نوشتن نام و تاریخ خشک کردن میوه ها و درج آن روی ظرف</p>	
<p>دانش:</p> <p>- نحوه روشن کردن بخاری:</p> <p>- بخاری را با توجه به نوع دستورالعمل آن روشن کنید.</p> <p>- نحوه خشک کردن میوه بر روی بخاری:</p> <p>- مقداری کاغذ آلومینیوم را روی بخاری پهن نمایید.</p> <p>- کمی که گرم شد میوه ها را با فاصله روی آن قرار دهید.</p> <p>- بعد از هر ۲ ساعت میوه ها را چک کرده و زیر و رو نمایید تا یکدست خشک شوند.</p> <p>نکته: هر نوع میوه زمان متفاوتی برای خشک شدن نیاز دارد مثلاً سیب ۶ ساعت ، توت فرنگی ۱۲ ساعت ممکن است طول بکشد.</p> <p>- بعد از خشک شدن میوه بر روی بخاری آنها را در شیشه یا ظرف درب دار بگذارید ولی ۳-۵ روز درب آن را باز نگه دارید و هر از چند گاهی آنها را تکان دهید تا احتمالاً اگر رطوبت و نم دارد از بین برود.</p> <p>- بعد از گذشت این زمان میوه ها را به مدت ۱۰ ماه می توانید نگهداری نمایید.</p>	<p>خشک کردن میوه ها روی بخاری</p>
<p>مهارت:</p> <p>- پوشیدن لباس کار مناسب و پیش بند</p> <p>- روشن کردن بخاری با رعایت نکات ایمنی و زیر نظر مربی</p> <p>- پهن کردن فویل روی بخاری و چیدن میوه ها روی آن با فاصله مناسب</p> <p>- انجام تمام مراحل خشک کردن میوه و کنترل تمام مراحل</p> <p>- رعایت زمان تعیین شده برای خشک شدن میوه ها</p> <p>- قراردادن میوه های خشک شده داخل ظرف</p> <p>- نوشتن نام و تاریخ خشک کردن میوه ها و درج آن روی ظرف</p>	

<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - نحوه تنظیم پیچ دمای شوفاژ - شوفاژ را روشن کنید و دمای آن را برای خشک شدن میوه تنظیم کنید. - مقداری کاغذ آلومینیوم را روی شوفاژ پهن نمایید بعد از کمی گرم شدن آلومینیوم، پارچه نخی را روی آن قرار دهید. - پس از مدتی که پارچه گرم شد میوه ها را با فاصله روی آن قرار دهید. - بعد از هر ۲ ساعت میوه ها را چک کرده و زیر و رو نمایید تا یکدست خشک شوند. - بعد از خشک شدن میوه بر روی شوفاژ آنها را در شیشه یا ظرف درب دار بگذارید. ولی ۳-۵ روز درب آن را باز نگه دارید و هر از چند گاهی آنها را تکان دهید تا اگر احتمالاً رطوبت و نم دارد از بین برود. - بعد از گذشت این زمان میوه ها را به مدت ۱۰ ماه می توانید نگهداری نمایید. 	<p>خشک کردن میوه ها روی شوفاژ</p>
<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - پوشیدن لباس کار مناسب و پیش بند - روشن کردن شوفاژ با رعایت نکات ایمنی زیر نظر مربی - پهن کردن فویل روی شوفاژ و چیدن میوه ها روی آن با فاصله مناسب - انجام تمام مراحل خشک کردن میوه و کنترل تمام مراحل - رعایت زمان تعیین شده برای خشک شدن میوه ها - قراردادن میوه های خشک شده داخل ظرف - نوشتن نام و تاریخ خشک کردن میوه ها و درج آن روی ظرف 	
<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل مورد نیاز برای بسته بندی: (یک دستگاه وکیوم کوچک در صورت امکان، وزنه، نایلکس یا بسته های پلاستیکی مناسب و مجاز، برچسب) - نحوه بسته بندی میوه های خشک شده: - میوه ها را داخل کیسه ریخته و آن ها را مطابق با وزن مورد نظر، بسته بندی نمایید. - روی برچسب نام، وزن و تاریخ تولید را بنویسید و روی محصول بزنید. - درب کیسه ها را با منگنه یا دستگاه وکیوم کاملاً ببندید. 	<p>بسته بندی میوه های خشک شده</p>
<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - بسته بندی میوه های خشک طبق وزن خواسته شده. - بستن درب کیسه ها به طور کامل با وکیوم یا منگنه - نوشتن نام، تاریخ و وزن محصول، روی برچسب و چسباندن روی بسته ها 	
<ul style="list-style-type: none"> - رعایت بهداشت و نظافت فردی و کارگاهی - رعایت بهداشت فیزیکی بدن ضمن کار (اصول ارگونومی) - استفاده از ماسک، کلاه و لباس کار مناسب - رعایت نکات ایمنی هنگام تمیز کردن ویا کار با وسایل برنده (چاقو ، رنده و) - اجتناب از انداختن کبریت نیمه سوخته بر روی زمین - رعایت نکات ایمنی ضمن کار با اجاق گاز و مواد داغ 	<p>نکات ایمنی حین کار</p>

<ul style="list-style-type: none"> - رعایت نکات ایمنی به هنگام کنترل پریز و سیم های برق - قراردادن وسایل در جای خود پس از اتمام کار 	
<ul style="list-style-type: none"> - علاقه مندی به کار - دقت، توجه و سرعت هنگام کار - صرفه جویی در مواد مصرفی 	نگرش
<ul style="list-style-type: none"> - تفکیک زباله تر از خشک 	توجهات زیست محیطی
<p style="text-align: center;">ابزار و تجهیزات</p> <ul style="list-style-type: none"> - ترازوی آشپزخانه، پیمانه ها و قاشق های اندازه گیری، چاقوی آشپزخانه، کاسه، سبد، قاشق، چنگال، کارد، سینی، ظرف دردار، اجاق گاز، فندک اتمی، کپسول آتش نشانی، یخچال و فریزر، دستگاه وکیوم، دستگاه خشک کن، میز کار آشپزخانه، کابینت آشپزخانه همراه با هود، آب چکان و سینک <p style="text-align: center;">مواد مصرفی:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انواع میوه، کاغذ روغنی، کیسه نایلون یا پاکت 	تجهیزات ، ابزار و مواد مصرفی
<ul style="list-style-type: none"> - خواندن و نوشتن اعداد و کلمات 	دانش پایه (غیر فنی)

فهرست واری از شایستگی مهارت: تهیه میوه های خشک به روش خانگی

تاریخ آزمون نوبت دوم:

پایه:

رشته:

نام و نام خانوادگی دانش آموز:

اجزای پودمان	آیتم های ارزیابی	به طور مستقل و صحیح انجام می دهد.	با راهنمایی کلامی مربی به طور صحیح انجام می دهد.	به طور صحیح انجام نمی دهد.
آماده کردن وسایل و مواد	وسایل مورد نیاز را بر اساس دستورالعمل مربی، انتخاب می کند.			
	میوه ها را به میزان مناسب آماده می کند.			
	میوه های آماده شده را شسته و ضدعفونی می کند.			
	هسته میوه های مورد نظر را خارج می کند.			
	میوه ها را در اندازه های مناسب، برش می زند.			
	نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.			
خشک کردن میوه ها در دستگاه خشک کن	میوه های آماده شده را در طبقات دستگاه میوه خشک کن (با رعایت فاصله کافی) می چیند.			
	دستگاه میوه خشک کن را با رعایت نکات ایمنی، روشن می کند.			
	بر اساس دستورالعمل مربی حرارت و زمان خشک کردن میوه ها را در دستگاه تنظیم می کند.			
	میزان خشک شدن میوه ها را کنترل می کند.			
	میوه های خشک شده را در ظرف های مناسب بسته بندی می کند.			
	بر روی ظرف های آماده شده، برچسب مشخصات می چسباند.			
خشک کردن میوه ها در فر	نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.			
	کاغذ روغنی را در سینی فر، پهن می کند.			
	میوه ها را با رعایت فاصله کافی در سینی فر می چیند.			
	فر اجاق گاز را با رعایت نکات ایمنی روشن می کند.			
	دما و زمان فر را بر اساس دستورالعمل تنظیم می کند.			
	میزان خشک شدن میوه ها را کنترل می کند.			
خشک کردن میوه ها روی بخاری	میوه های خشک شده را در ظرف های مناسب بسته بندی می کند.			
	بر روی ظرف های آماده شده، برچسب مشخصات می چسباند.			
	نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.			
	میوه های آماده شده را با رعایت فاصله کافی، در سینی مناسب می چیند.			
	میزان حرارت بخاری را مطابق دستورالعمل تنظیم می کند.			
	زمان لازم برای خشک شدن میوه ها را کنترل می کند.			
خشک کردن میوه ها روی بخاری	میزان خشک شدن میوه ها را کنترل می کند.			
	میوه های خشک شده را در ظرف های مناسب، بسته بندی می کند.			
	بر روی ظرف های بسته بندی شده، برچسب مشخصات می چسباند.			
	نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.			

			دمای شوفاژ را بر اساس دستورالعمل تنظیم می کند.	خشک کردن میوه ها روی شوفاژ
			روی شوفاژ، کاغذ آلومینیوم پهن می کند.	
			میوه های آماده شده را با رعایت فاصله کافی، بر روی کاغذ می چیند.	
			دمای شوفاژ را بر اساس خشک شدن میوه ها کنترل می کند.	
			زمان لازم برای خشک شدن میوه ها را کنترل می کند.	
			میوه های خشک شده را در ظرف های مناسب، بسته بندی می کند.	
			بر روی ظرف های بسته بندی شده، برچسب مشخصات می چسباند.	
			نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.	
			بر اساس دستورالعمل مربی، میوه های خشک شده را انتخاب می کند.	بسته بندی میوه های خشک شده
			مقدار (وزن) میوه های خشک شده را بر اساس دستورالعمل مربی، اندازه گیری می کند.	
			میوه های وزن شده را در نایلون های بسته بندی مناسب ریخته و سر نایلون ها را با ماشین دوخت، می دوزد.	
			بر روی بسته های آماده شده، برچسب مشخصات می چسباند.	
			نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.	
			مواد پاک کننده و شوینده مناسب با نوع کار را انتخاب می کند.	تمیز کاری وسایل، تجهیزات و سطوح
			وسایل و ظروف را پس از شستن و خشک کردن در جای خود قرار می دهد.	
			لکه و مواد مغذایی بر جای مانده بر روی اجاق گاز را شسته و خشک می کند.	
			سطوح و کف آشپزخانه را با مواد شوینده مناسب شسته و خشک می کند.	
نمره عملی دانش آموز:				
تاریخ و امضاء:			نام و نام خانوادگی هنرآموز:	

شایستگی مهارت : آماده کردن دانه‌های روغنی (بادام، پسته و ...)

شرح شایستگی مهارت : این پودمان توانایی پاک کردن، خرد کردن، خلال کردن، پودر کردن و بسته بندی دانه‌های روغنی را با رعایت اصول ایمنی و بهداشتی زیرنظر مربی فراهم می‌کند.

معیار عملکرد			
پاک کردن دانه های روغنی	<ul style="list-style-type: none"> - ابزار مناسب برای پاک کردن دانه‌ها انتخاب می‌شود. - میز کار مطابق با دستور العمل آماده می‌شود. - پاک کردن یا شکستن پوست بیرونی دانه‌ها مطابق دستورالعمل انجام می‌شود. - با توجه به نیاز مواد آماده شده بسته بندی می‌شود. - بسته‌های آماده شده برچسب زده می‌شود. 	عناصر شایستگی	
خیساندن و جدا کردن پوست داخلی	<ul style="list-style-type: none"> - ابزار و تجهیزات مناسب برای خیساندن و پوست گرفتن دانه های روغنی انتخاب می‌شود. - مواد آماده شده مطابق با دستورالعمل مربی آماده می‌شود. - مواد آماده شده در ظروف مناسب ریخته و برچسب زده می‌شود. 		
خرد کردن، خلال کردن، پودر کردن	<ul style="list-style-type: none"> - ابزار و تجهیزات مناسب برای خرد کردن، خلال کردن و پودر کردن مواد انتخاب می‌شود. - مواد آماده شده مطابق با دستورالعمل مربی خرد می‌شود. - مواد آماده شده مطابق با دستورالعمل مربی خلال می‌شود. - مواد آماده شده مطابق با دستورالعمل مربی پودر می‌شود. - مواد آماده شده در ظروف مناسب ریخته و برچسب زده می‌شود. 		
تمیز کاری وسایل و سطوح	<ul style="list-style-type: none"> - وسایل کار شست و شو، خشک و جابدهی می‌شود. - سطوح شست و شو و خشک می‌شود. 		
		راهنمای آزمون	
		<p>ارزشیابی این شایستگی بر مبنای ۲۰ نمره می‌باشد. (ارزشیابی عملی ۱۴ نمره، کتبی ۳ نمره و ارزشیابی از رفتارهای شغلی ۳ نمره)</p> <p>نحوه محاسبه نمره پایانی آن به قرار ذیل می‌باشد.</p> <p>نمره پایانی = نمره آزمون نوبت دوم + نمره تکوینی دانش آموز</p> <p style="text-align: center;">۲</p> <p>نمره تکوینی دانش آموز شامل موارد زیر است:</p> <p>میانگین نمرات آزمون‌های مستمر نوبت اول + نمره آزمون نوبت اول + میانگین نمرات آزمون‌های مستمر نوبت دوم</p> <p style="text-align: center;">۳</p>	
مهارت های عمومی پایه تعریف شده برای ورود به دوره دوم متوسطه حرفه ای		مفاهیم شناختی پیش نیاز	

<p>بهداشت و ایمنی در آشپزخانه(هم نیاز)</p>	<p>پودمان‌های هم نیاز و پیش نیاز</p>
<p>آراستگی ظاهری: لباس کار تمیز پوشیده می‌شود. نظم و ترتیب: پس از پایان کار وسایل در جای خود قرار داده می‌شود. مسئولیت‌پذیری: کار محوله را به درستی انجام می‌دهد. مهارت‌های ارتباطی: واژه‌های مربوط به کار خود را به درستی بیان می‌کند. گزارش کار خود را به مربی می‌دهد. با دیگران مؤدبانه صحبت می‌کند. رعایت بهداشت فردی: قبل و پس از پایان کار دست و صورت خود را می‌شوید. وقت‌شناسی: به موقع در کارگاه حضور پیدا می‌کند. کار خود را در زمان تعیین شده انجام می‌دهد.</p>	<p>رفتارهای شغلی</p>
<p>یک فضای کاری در حدود ۳۰ متر مربع</p>	<p>امکانات (فضای فیزیکی)</p>
<p>چاقوی آشپزخانه، کاسه، ظروف درب دار، سینی، سبد، گردو شکن، فندق شکن و... میز کار آشپزخانه، کابینت آشپزخانه همراه با هود، آب چکان و سینک،</p>	<p>ابزار و تجهیزات</p>
<p>دانه های روغنی (گردو، بادام، پسته و...) مواد شوینده</p>	<p>مواد مصرفی</p>
<p>فیلم آموزشی مرتبط</p>	<p>نرم افزار</p>
<p>فوق دیپلم و بالاتر در رشته تحصیلی مرتبط و یا فوق دیپلم و بالاتر در رشته کودکان استثنایی با داشتن مدرک مهارتی مرتبط از سازمان های متولی آموزش حرفه ای</p>	<p>نیروی انسانی</p>

برنامه درسی شایستگی مهارت : آماده کردن دانه‌های روغنی (بادام، پسته و ...)

اجزای شایستگی	عناصر شایستگی
<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - مفهوم دانه های روغنی - ابزار مناسب برای پاک کردن دانه های روغنی (گوشت کوب، هاون، قندشکن و...) - مواد مورد نیاز (بادام، پسته، گردو و...) - نحوه پاک کردن دانه های روغنی: - با توجه به نوع دانه روغنی روش های متفاوتی برای پاک کردن وجود دارد: - بادام و گردو را آهسته با کمک گوشت کوب و یا قند شکن و یا جسم سخت روی هاون و یا هر جسم سخت دیگری بشکنید. - پسته و دانه های روغنی که پوست آنها نرم تر هستند را با دست جدا کنید. در صورت نیاز برای شکستن پوست سخت آن مانند گردو و بادام عمل کنید. - بعد از خرد شدن پوست سخت و یا جدا شدن پوسته های نرم باید مغز ها را از پوسته ها جدا نمائید. دقت کنید که بین دانه های روغنی پوسته گرفته هیچ گونه نا خالصی نباید باشد. - دانه های تمیز شده را بسته بندی کنید. 	<p>پاک کردن دانه های روغنی</p>
<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - پوشیدن لباس کار مناسب و پیش بند - انتخاب ابزار و وسایل مناسب برای پاک کردن دانه های روغنی - شکستن پوست سخت و جداسازی دانه ها - بسته بندی دانه های روغنی 	
<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار، وسایل و مواد لازم برای خیساندن و جدا کردن (قابلمه، سبد، سینی، دستمال، چاقو) - نحوه جداسازی پوسته داخلی مغز دانه های روغنی مانند بادام: - اجاق گاز را روشن نمایید قابلمه آب را روی حرارت بگذارید و صبر نمایید تا آب بجوشد. - دانه های روغنی را داخل آب بریزید بعد از گذشت ۳-۵ دقیقه بر حسب سختی، دانه های روغنی داخل قابلمه را آبکش کرده و مقداری آب سرد روی آن بریزید. - حال به کمک انگشتان دست یک به یک دانه ها را برداشته آهسته پوست آن ها را جدا نمایید. - دانه های پوست گیری شده را روی دستمال پارچه ای پهن کرده و بگذارید تا کاملا خشک شود. - بعد از خشک شدن دانه های روغنی آنها را بسته بندی کنید. توجه نمایید روی هر بسته نام محصول، تاریخ تولید و وزن آن را درج کنید. 	<p>خیساندن و جدا کردن پوست داخلی</p>
<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - پوشیدن لباس کار مناسب و پیش بند - روشن کردن اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی - انتخاب مناسب ظرف و وسایل مورد نیاز برای خیساندن و جدا کردن پوست دانه های روغنی - انجام تمام مراحل پوست گیری دانه های روغنی و کنترل هر مرحله - نوشتن نام محصول، تاریخ تولید محصول و وزن آن روی بسته 	

<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار، وسایل و مواد لازم برای خرد کردن، خلال کردن و پودر کردن مانند (تخته کار، چاقو ، آسیاب کن خانگی) - نحوه خرد کردن دانه های روغنی: - دانه های روغنی پوست گیری شده را آهسته روی تخته کار گذاشته و با چاقو به اندازه دلخواه خرد نمایید. - در روش دیگر می توان داخل کیسه فریزر ضخیم قرار داده درب آنها را محکم ببندید و با گوشت کوب به آن ضربه بزنید تا خرد شود. - سپس دانه های خرد شده را بسته بندی نمایید. نام محصول و وزن آن را روی هر بسته درج نمایید. - نحوه خلال کردن دانه های روغنی : - دانه های روغنی را بعد از پوست گیری با چاقو روی دست و یا تخته آهسته خلال نمایید. - خلال هارا بسته بندی نمایید و نام و وزن و تاریخ محصول را درج نمایید. - نحوه پودر کردن دانه های روغنی: - روش اول: - دانه های پوست گرفته شده را فریز کرده سپس دانه های یخ زده را کم کم درون آسیاب ریخته و پودر نمایید. - روش دوم: - دانه های روغنی پوست گیری شده را با مقداری شکر مخلوط کرده و آهسته آهسته با دستگاه آسیاب خانگی پودر نمایید. - دانه های روغنی پودر شده را در کیسه فریزر و یا ظرف درب دار بسته بندی کرده و نام، وزن، تاریخ محصول را درج نمایید. 	<p>خرد کردن، خلال کردن، پودر کردن</p>
<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - پوشیدن لباس کار مناسب و پیش بند - انتخاب مناسب ظرف و وسایل مورد نیاز برای خرد کردن، خلال کردن و پودر کردن دانه های روغنی - انجام تمام مراحل خرد کردن دانه های روغنی و کنترل آن - انجام تمام مراحل پودر کردن دانه های روغنی و کنترل آن - انجام تمام مراحل خلال کردن دانه های روغنی و کنترل آن - بسته بندی دانه های آماده شده - درج نام محصول، تاریخ تولید و وزن روی هر بسته 	
<ul style="list-style-type: none"> - رعایت بهداشت و نظافت فردی و کارگاهی - رعایت بهداشت فیزیکی بدن ضمن کار(اصول ارگونومی) - استفاده از ماسک، کلاه و لباس کار مناسب - رعایت نکات ایمنی هنگام تمیز کردن و یا کار با وسایل برنده(چاقو ، رنده و) - اجتناب از انداختن کبریت نیمه سوخته بر روی زمین - رعایت نکات ایمنی ضمن کار با اجاق گاز و مواد داغ - رعایت نکات ایمنی به هنگام کنترل پریز و سیم های برق - قراردادن وسایل در جای خود پس از اتمام کار 	<p>نکات ایمنی حین کار</p>
<ul style="list-style-type: none"> - علاقه مندی به کار - دقت، توجه و سرعت هنگام کار - صرفه جویی در مواد مصرفی 	<p>نگرش</p>

<p>- تفکیک زباله تر از خشک</p>	<p>توجهات زیست محیطی</p>
<p>ابزار و تجهیزات: چاقوی آشپزخانه، کاسه، ظروف درب دار، سینی، سبد، گردو شکن، فندق شکن و... میز کار آشپزخانه، کابینت آشپزخانه همراه با هود، آب چکان و سینک، مواد مصرفی: دانه های روغنی (گردو، بادام، پسته و...) مواد شوینده</p>	<p>تجهیزات، ابزار و مواد مصرفی</p>
<p>- خواندن و نوشتن اعداد و کلمات</p>	<p>دانش پایه (غیر فنی)</p>

فهرست واریسی از شایستگی مهارت: آماده کردن دانه های روغنی (بادام، پسته و ...)

نام و نام خانوادگی دانش آموز:

رشته:

پایه:

تاریخ آزمون نوبت دوم:

اجزای بودمان	آیتم های ارزیابی	به طور مستقل و صحیح انجام می دهد.	با راهنمایی کلامی مربی به طور صحیح انجام می دهد.	به طور صحیح انجام نمی دهد.
پاک کردن دانه های روغنی	ابزار مناسب برای پاک کردن دانه های روغنی را انتخاب می کند.			
	میزکار را بر اساس دستورالعمل آماده می کند.			
	پاک کردن یا شکستن پوست بیرونی دانه های روغنی را بر اساس دستورالعمل انجام می دهد.			
	دانه های روغنی آماده شده را بر اساس نیاز، بسته بندی می کند.			
	بر روی بسته های آماده شده، برچسب مشخصات می چسباند.			
خیساندن و جدا کردن پوست داخلی دانه های روغنی	نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.			
	ابزار و تجهیزات مناسب برای خیساندن و پوست گرفتن دانه های روغنی را انتخاب می کند.			
	دانه های روغنی را در ظرف های مناسب می خیساند.			
	پوست دانه های روغنی خیسانده شده را بر اساس دستورالعمل، جدا می کند.			
	دانه های آماده شده را در ظرف های مناسب می ریزد.			
خرد کردن، خلال کردن، پودر کردن دانه های روغنی	بر روی ظرف های بسته بندی شده، برچسب مشخصات می چسباند.			
	نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.			
	ابزار و تجهیزات مناسب برای خرد کردن، خلال کردن و پودر کردن دانه های روغنی را انتخاب می کند.			
	دانه های روغنی را بر اساس دستورالعمل، خرد می کند.			
	دانه های روغنی را بر اساس دستورالعمل، خلال می کند.			
خرد کردن، پودر کردن دانه های روغنی	دانه های روغنی را بر اساس دستورالعمل، پودر می کند.			
	دانه های خرد، خلال و پودر شده را به تفکیک در ظرف های مناسب می ریزد.			
	بر روی ظرف های آماده شده، برچسب مشخصات می چسباند.			
	نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.			
	مواد پاک کننده و شوینده مناسب با نوع کار را انتخاب می کند.			
تمیز کاری وسایل، تجهیزات و سطوح	وسایل و ظروف (پس از شستن) و خشک کردن در جای خود قرار می دهد.			
	لکه و مواد غذایی بر جای مانده بر روی اجاق گاز را شسته و خشک می کند.			
	سطوح و کف آشپزخانه را شسته و خشک می کند.			
نمره عملی دانش آموز:				
نام و نام خانوادگی هنر آموز:				
تاریخ و امضاء:				

شایستگی مهارت: پخت بیسکوئیت و تزئین آن

شرح شایستگی مهارت: این پودمان توانایی تهیه چند نوع بیسکوئیت و تزئین آن را با استفاده از مواد اولیه‌ای که مربی در اختیار دانش‌آموز قرار می‌دهد با رعایت موارد ایمنی و بهداشتی زیر نظر مربی فراهم می‌کند.

معیار عملکرد		عناصر شایستگی
	بیسکوئیت ساده	
<ul style="list-style-type: none"> - وسایل طبق دستورالعمل مربی آماده می‌شود. - مواد مورد نیاز به تعداد نفرات بر اساس دستورالعمل مربی آماده می‌شود. - خمیر بیسکوئیت مطابق دستورالعمل مربی آماده می‌شود. - خمیر ورز داده شده در کیسه فریزر قرار داده می‌شود. - پس از مدت زمان لازم خمیر پهن و قالب زده می‌شود. - فر با رعایت نکات ایمنی و زیر نظر مربی روشن و دمای آن تنظیم می‌شود. - کف سینی فر آماده و خمیرهای قالب زده شده در آن چیده می‌شود. - زمان لازم برای پخت بیسکوئیت ساده کنترل می‌شود. - سینی بیسکوئیت را با رعایت نکات ایمنی از فر خارج می‌شود. - شیرینی‌ها بعد از سرد شدن در ظرف یا جعبه مناسب چیده می‌شود. 		
<ul style="list-style-type: none"> - وسایل طبق دستورالعمل مربی آماده می‌شود. - مواد مورد نیاز به تعداد نفرات بر اساس دستورالعمل مربی آماده می‌شود. - خمیر بیسکوئیت مطابق دستورالعمل مربی آماده می‌شود. - خمیر ورز داده شده در کیسه فریزر قرار داده می‌شود. - پس از مدت زمان لازم خمیر پهن و قالب زده می‌شود. - فر با رعایت نکات ایمنی و زیر نظر مربی روشن و دمای آن تنظیم می‌شود. - کف سینی فر آماده و خمیرهای قالب زده شده در آن چیده می‌شود. - زمان لازم برای پخت بیسکوئیت شکلاتی کنترل می‌شود. - سینی بیسکوئیت با رعایت نکات ایمنی از فر خارج می‌شود. - شیرینی‌ها بعد از سرد شدن در ظرف یا جعبه مناسب چیده می‌شود. 	بیسکوئیت شکلاتی	
<ul style="list-style-type: none"> - وسایل طبق دستورالعمل مربی آماده می‌شود. - مواد مورد نیاز به اندازه لازم برای تزئین بیسکوئیت‌ها آماده می‌شود. - شربت برای تزئین بیسکوئیت آماده می‌شود. - غلظت شربت مطابق دستورالعمل کنترل می‌شود. - بیسکوئیت‌ها در زمان مناسب با شربت آغشته می‌شود. - بیسکوئیت‌ها با آجیل یا ترافل رنگی تزئین می‌شود. - شیرینی‌ها بعد از سرد شدن در ظرف یا جعبه مناسب چیده می‌شود. 	تزئین بیسکوئیت با آجیل	
<ul style="list-style-type: none"> - وسایل طبق دستورالعمل مربی انتخاب می‌شود. - مواد مورد نیاز به اندازه لازم برای تزئین بیسکوئیت آماده می‌شود. - شکلات مطابق دستورالعمل مربی آب می‌شود. - بیسکوئیت‌ها مطابق دستورالعمل به شکلات آغشته می‌شود. - بیسکوئیت‌ها در سینی چیده و در یخچال گذاشته می‌شود. - شیرینی‌ها در ظرف یا جعبه مناسب چیده می‌شود. 	تزئین بیسکوئیت با شکلات	

<p>تمیز کاری وسایل، تجهیزات و سطوح</p>	<p>- وسایل کار شسته، خشک و جای دهی می شود. - تمیزکاری اجاق گاز و سطوح از ضایعات و آلودگیها مطابق با دستورالعمل انجام می شود.</p>
<p>راهنمای آزمون</p>	<p>ارزشیابی این شایستگی بر مبنای ۲۰ نمره می باشد. (عملی ۱۴ نمره، کتبی ۳ نمره و رفتارهای وابسته به شغل ۳ نمره) نحوه محاسبه نمره پایانی آن به قرار ذیل است: نمره پایانی = نمره آزمون نوبت دوم + نمره تکوینی دانش آموز* ۲ * نمره تکوینی دانش آموز شامل موارد زیر است: میانگین نمرات آزمون های مستمر نوبت اول + نمره آزمون نوبت اول + میانگین نمرات آزمون های مستمر نوبت دوم ۳</p>
<p>مفاهیم شناختی پیش نیاز</p>	<p>مهارت های عمومی پایه تعریف شده برای ورود به دوره دوم متوسطه حرفه ای</p>
<p>پودمان های هم نیاز و پیش نیاز</p>	<p>-</p>
<p>رفتارهای شغلی</p>	<p>آراستگی ظاهری: لباس کار تمیز پوشیده می شود. نظم و ترتیب: پس از پایان کار وسایل در جای خود قرار داده می شود. مسئولیت پذیری: کار محوله را به درستی انجام می دهد. مهارت های ارتباطی: واژه های مربوط به کار خود را به درستی بیان می کند. گزارش کار خود را به مربی می دهد. با دیگران مؤدبانه صحبت می کند. رعایت بهداشت فردی: قبل و پس از پایان کار دست و صورت خود را می شوید. وقت شناسی: به موقع در کارگاه حضور پیدا می کند. کار خود را در زمان تعیین شده انجام می دهد.</p>
<p>امکانات (فضای فیزیکی)</p>	<p>یک فضای کاری در حدود ۳۰ متر مربع</p>
<p>ابزار و تجهیزات</p>	<p>ترازوی آشپزخانه، چاقوی آشپزخانه، کاسه، قاشق، چنگال، کارد، سینی، دیس، بشقاب، کاتر، قلم مو، الک، وردنه، کتری، قاشق اندازه گیری، قاشق چایخوری، تابه، شعله پخش کن، اجاق گاز، فندک اتمی، کپسول آتش نشانی، یخچال و فریزر، میز کار آشپزخانه، کابینت آشپزخانه همراه با هود، آب چکان و سینک، فر، همزن، قالب کیک در اندازه های مورد نیاز، قیف</p>
<p>مواد مصرفی</p>	<p>تخم مرغ، روغن، شکر، پودر وانیل، عسل، آرد سفید، شیر، نشاسته ذرت، پودر کاکائو، وانیل، پودر قند، کره، پودر آجیل، پودر نارگیل، ترافل های رنگی، خلال بادام، زعفران، شکلات (تخته سفید، تخته شیر، تخته تلخ)، کاغذ روغنی، کیسه فریزر مواد شوینده و ضد عفونی کننده</p>
<p>نرم افزار</p>	<p>فیلم آموزشی مرتبط</p>
<p>نیروی انسانی</p>	<p>فوق دیپلم و بالاتر در رشته تحصیلی مرتبط و یا فوق دیپلم و بالاتر در رشته کودکان استثنایی با داشتن مدرک مهارتی مرتبط از سازمان های متولی آموزش حرفه ای</p>

برنامه درسی شایستگی مهارت : پخت بیسکوئیت و تزئین آن

عناصر شایستگی	اجزای شایستگی
بیسکوئیت ساده	<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل لازم جهت تهیه بیسکوئیت ساده (کاسه ، همزن برقی ، قاشق اندازه گیری ، کاتر، کاغذ روغنی و...) - میزان مواد مورد نیاز و نسبت افزودنی های آن متناسب با تعداد نفرات برای تهیه بیسکوئیت ساده : تخم مرغ ۱ عدد، روغن جامد ۱۳۰ گرم ، کره ۱۰۰ گرم ، شکر ۱۰۰ گرم ، پودر وانیل ۴/۱ قاشق چایخوری ، عسل ۳۰ گرم ، آرد سفید (نول یا صفر) ۴۳۰ گرم - نحوه آماده کردن بیسکوئیت ساده: - کاسه مناسبی انتخاب کنید. - روغن و کره را به همراه شکر با هم زن برقی به مدت ۲ تا ۳ دقیقه با دور متوسط بزنید. - تخم مرغ و وانیل را اضافه کنید و با همزن بزنید تا به صورت کرم در آید. - عسل را اضافه کرده با دور کند همزن ۱ تا ۲ دقیقه بزنید. - همزن را خاموش کرده و آرد که از قبل الک کرده اید را اضافه کرده و به کمک قاشق مخلوط نمائید. - خمیر بدست آمده را در کیسه فریزر قرار دهید. - خمیر را در یخچال به مدت ۳۰ دقیقه قرار دهید. - روی میز کار را تمیز کرده و با دستمال خشک کاملاً تمیز و خشک نمایید. - روی میز کار کاغذ روغنی قرار دهید خمیر را روی آن بگذارید و روی خمیر یک کاغذ روغنی دیگر بگذارید. - خمیر را با کمک وردنه به ضخامت نیم سانتی متر باز نمائید. - با قالب دلخواه برش زده و روی سینی مخصوص فر مرتب بچینید. - در صورت دلخواه برای تزئین روی آن را با یک عدد زرده تخم مرغ و کمی زعفران دم شده با قلم مو برس بزنید و روی آن از کنجد، خلال بادام و ۰۰۰ برای تزئین استفاده نمائید. - فر را با رعایت نکات ایمنی روشن نمائید و پس از ۱۵ دقیقه سینی فر را داخل آن قرار دهید. (با توجه به قدرت و توان فر حدود ۱۵ تا ۳۰ دقیقه بیسکوئیت ها پخته خواهند شد). - بعد از گذشت ۱۵ دقیقه از پخت ، بیسکوئیت ها را چک نمائید در صورت پخته شدن آن را خارج نمائید و بگذارید خنک شود. - بیسکوئیت ها را در ظرف مناسب چیده و لا به لای آن را کاغذ روغنی قرار دهید. درب ظرف را بسته و در یخچال نگه داری نمائید. - می توانید این بیسکوئیت ها را در فریزر ۲ تا ۳ ماه نگه داری نمائید. <p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - آماده کردن ابزار و وسایل مورد نیاز برای تهیه بیسکوئیت - آماده کردن مواد به اندازه مورد نیاز - مخلوط کردن مواد با یکدیگر طبق دستور مربی

<ul style="list-style-type: none"> - استفاده از همزن به شکل اصولی و با رعایت مدت زمان لازم - درآوردن خمیر از یخچال با توجه به مدت زمان لازم - آماده کردن میزکار برای قالب زدن خمیر - برش زدن خمیر با استفاده از قالب های آماده - روشن کردن اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی - تنظیم درجه حرارت فر - تنظیم درجه زمان فر برای پخت - کنترل پخت بیسکوئیت ها با توجه به زمان موردنظر - تزئین بیسکوئیت ها در صورت تمایل - بسته بندی و نگه داری مناسب 	
<p style="text-align: center;">دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل لازم جهت تهیه بیسکوئیت شکلاتی (کاسه، همزن برقی ، قاشق اندازه گیری، کاغذ روغنی، کاتر و...) - میزان مواد مورد نیاز و نسبت افزودنی های آن متناسب با تعداد نفرات برای تهیه بیسکوئیت شکلاتی : کره ۱۰۰ گرم، روغن جامد ۱۵۰ گرم، زرده تخم مرغ ۲ عدد، شیر ۲/۱ پیمانه، آرد سفید (آرد سه صفر) ۳۵۰ گرم، نشاسته ذرت ۱۰۰ گرم، پودر کاکائو ۵۰ گرم، وانیل ۳/۱ قاشق چایخوری، پودر قند ۱ پیمانه - نحوه آماده کردن بیسکوئیت شکلاتی: - روغن و کره را با وانیل و پودر قند داخل کاسه ریخته و با همزن برقی بزنیید تا روغن و پودر قند خوب مخلوط و سبک شود (حدود ۳ تا ۴ دقیقه با دور تند). - زرده تخم مرغ ها را اضافه نمائید و دوباره با همزن برقی بزنیید تا کاملا یکدست شود. - همزن را خاموش نمائید و آرد، نشاسته ذرت، پودر کاکائو را به مواد اضافه کرده با قاشق مخلوط نمائید تا خمیر بدست آید. - خمیر را در یخچال به مدت ۳۰ دقیقه قرار دهید. - روی میز کار را تمیز کرده و با دستمال خشک کاملا تمیز و خشک نمایید. - روی میز کار کاغذ روغنی قرار دهید خمیر را روی آن بگذارید و روی خمیر یک کاغذ روغنی دیگر بگذارید. - خمیر را با کمک وردنه به ضخامت نیم سانتی متر باز نمائید. - با قالب دلخواه برش زده و روی سینی مخصوص فر مرتب بچینید. - فر را با رعایت نکات ایمنی روشن نمائید و پس از ۱۵ دقیقه سینی فر را داخل آن قرار دهید. - با توجه به قدرت و توان فر حدود ۱۵ تا ۳۰ دقیقه بیسکوئیت ها پخته خواهند شد. - بعد از گذشت ۱۵ دقیقه از پخت، بیسکوئیت ها را چک نمائید در صورت پخته شدن آن را خارج نمائید و بگذارید خنک شود. - بیسکوئیت ها را در ظرف مناسب چیده و لابه لای آن را کاغذ روغنی قرار دهید. درب ظرف را بسته و در یخچال نگه داری نمائید. - می توانید این بیسکوئیت ها را در فریزر ۲ تا ۳ ماه نگه داری نمائید. 	<p>بیسکوئیت شکلاتی</p>

مهارت:

- آماده کردن ابزار و وسایل مورد نیاز برای تهیه بیسکوئیت
- آماده کردن مواد به اندازه مورد نیاز
- مخلوط کردن مواد با یکدیگر طبق دستور مربی
- استفاده از همزن به شکل اصولی و با رعایت مدت زمان لازم
- درآوردن خمیر از یخچال با توجه به مدت زمان لازم
- آماده کردن میزکار برای قالب زدن خمیر
- برش زدن خمیر یا استفاده از قالب های آماده
- روشن کردن اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی
- تنظیم درجه حرارت فر
- تنظیم درجه زمان فر برای پخت
- کنترل پخت بیسکوئیت ها با توجه به زمان مورد نظر
- بسته بندی و نگه داری مناسب

دانش:

- ابزار و وسایل لازم جهت تهیه مواد تزئینی روی بیسکوئیت (کاسه، کتری، قیف و...)
- میزان مواد مورد نیاز و نسبت افزودنی های آن متناسب با تعداد نفرات برای تهیه مواد تزئینی روی بیسکوئیت:
- (پودر پسته، پودر نارگیل، ترافل رنگی)
- نحوه آماده کردن مواد تزئینی روی بیسکوئیت:
- بیسکوئیت های پخته و خنک شده را به طور مرتب در سینی بچینید.
- آجیل مورد نظر مثل پودر پسته، پودر نارگیل (البته می شود پودر نارگیل را با رنگ های خوراکی مخلوط کرده و رنگی نمائید) ترافل های رنگی و...در کاسه های مجزا آماده نمائید.
- مقداری عسل را در کاسه مقاوم به حرارت بریزید.
- با رعایت نکات ایمنی گاز را روشن نمائید *
- کتری را تا نیمه با آب پر نمائید و روی حرارت قرار دهید تا آب جوش آید.
- حرارت را کم نمائید و عسل را روی کتری قرار دهید طوری که با بخار آب کمی روان شود.
- حال قسمتی از بیسکوئیت و یا سطح روی آن را با کمک قیف (کیسه یکبار مصرف) با عسل تا نیمه پر کنید و روی بیسکوئیت ها را خط بیاندازید.
- قسمتهایی را که عسل دارد در آجیل مورد نظر یا ترافل زده و بگذارید مواد به عسل بچسبند و سپس کنار بگذارید.
- تمام بیسکوئیت ها را یک به یک به مواد آغشته کنید و در سینی بچینید.
- سپس بیسکوئیت های تزئین شده را بسته بندی نمائید.

تزئین بیسکوئیت با آجیل**مهارت:**

- آماده کردن ابزار و وسایل مورد نیاز برای مواد تزئینی روی بیسکوئیت.
- روشن کردن گاز با رعایت نکات ایمنی.
- پر کردن کتری از آب و قراردادن روی گاز
- قراردادن ظرف عسل روی کتری پس از جوش آمدن آب.

<ul style="list-style-type: none"> - انتخاب آجیل های مناسب برای تزئین - تزئین بیسکوئیت ها با سلیقه و دقت - بسته بندی مناسب بیسکوئیت ها 	
<p style="text-align: center;">دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - شناخت انواع شکلات که شامل: شکلات تخته سفید، شکلات تخته شیر و شکلات تخته تلخ - نحوه تهیه شکلات برای تزئین روی بیسکوئیت: - حدود ۱۵۰ گرم شکلات تخته ای مورد نظر را در کاسه مقاوم به حرارت بریزید. - با رعایت نکات ایمنی گاز را روشن نمائید. - کتری را تا نیمه از آب پر کنید و روی حرارت گاز قرار دهید تا آب بجوشد. - حرارت گاز را کم نمائید کاسه شکلات را روی کتری قرار دهید. دقت نمائید تا آب و یا بخار داخل کاسه نرود. - شکلات را مرتب هم بزنید تا کاملا آب شود. بعد از آب شدن از روی حرارت بردارید و به آن ۵۰ گرم شکلات تخته از نوع شکلات تخته ای اولیه اضافه نمائید. با هم زدن و حرارت شکلات ذوب شده، شکلات جدید هم آب می شود حال مواد برای تزئین آماده است. - بیسکوئیت های پخته شده و خنک را به طور مرتب در سینی بچینید. - قسمتی از بیسکوئیت یا سطح روی آن را در شکلات ذوب شده بزنید یا با کمک قیف (کیسه یکبار مصرف) پر شده از شکلات تخته روی بیسکوئیت ها خط بیاندازید. - می توانید روی قسمت هایی که شکلات زده اید با آجیل (پسته و بادام و...) ویا ترفال های تزئینی به دلخواه تزئین نمائید. - بیسکوئیت ها را در سینی چیده در دمای محیط و یا یخچال بگذارید تا شکلات آب شده دوباره بسته شود. - بیسکوئیت های آماده شده را بسته بندی نمائید. 	<p>تزئین بیسکوئیت با شکلات</p>
<p style="text-align: center;">مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - آماده کردن ابزار و وسایل مورد نیاز برای تهیه شکلات - آماده کردن مواد به اندازه مورد نیاز - روشن کردن گاز با رعایت نکات ایمنی - انتخاب شکلات تخته مناسب - ذوب کردن شکلات تخته روی بخاری کتری - انتخاب آجیل های مناسب برای تزئین - تزئین بیسکوئیت ها با سلیقه و دقت - بسته بندی مناسب بیسکوئیت ها 	
<ul style="list-style-type: none"> - رعایت بهداشت و نظافت فردی و کارگاهی - رعایت بهداشت فیزیکی بدن ضمن کار (اصول ارگونومی) - استفاده از ماسک، کلاه و لباس کار مناسب - رعایت نکات ایمنی هنگام تمیز کردن ویا کار با وسایل برنده (چاقو ، رنده و) - اجتناب از انداختن کبریت نیمه سوخته بر روی زمین - رعایت نکات ایمنی ضمن کار با اجاق گاز و مواد داغ 	<p>نکات ایمنی حین کار</p>

<ul style="list-style-type: none"> - رعایت نکات ایمنی به هنگام کنترل پریز و سیم های برق - قراردادن وسایل در جای خود پس از اتمام کار 	
<ul style="list-style-type: none"> - علاقه مندی به کار - دقت، توجه و سرعت هنگام کار - صرفه جویی در مواد مصرفی 	نگرش
<ul style="list-style-type: none"> - تفکیک زباله تر از خشک 	توجهات زیست محیطی
<p style="text-align: center;">ابزار و تجهیزات:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ترازوی آشپزخانه، چاقوی آشپزخانه، کاسه، قاشق، چنگال، کارد، سینی، دیس، بشقاب، کاتر، قلم مو، الک، وردنه، کتری، قاشق اندازه گیری، قاشق چایخوری، تابه، شعله پخش کن، اجاق گاز، فندک اتمی، کپسول آتش نشانی، یخچال و فریزر، میز کار آشپزخانه، کابینت آشپزخانه همراه با هود، آب چکان و سینک، فر، همزن، قالب کیک در اندازه های مورد نیاز، قیف <p style="text-align: center;">مواد مصرفی :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تخم مرغ، روغن، شکر، پودر وانیل، عسل، آرد سفید، شیر، نشاسته ذرت، پودر کاکائو، وانیل، پودر قند، کره، پودر آجیل، پودر نارگیل، ترافل های رنگی، خلال بادام، زعفران، شکلات (تخته سفید، تخته شیر، تخته تلخ)، کاغذ روغنی، کیسه فریزر مواد شوینده و ضد عفونی کننده 	تجهیزات ، ابزار و مواد مصرفی
<ul style="list-style-type: none"> - خواندن و نوشتن اعداد و کلمات 	دانش پایه (غیر فنی)

فهرست واری از شایستگی مهارت: پخت بیسکوئیت و تزئین آن

نام و نام خانوادگی دانش آموز: رشته: پایه: تاریخ آزمون نوبت دوم:

اجزای پودمان	آیتم های ارزیابی	به طور مستقل و صحیح انجام می دهد.	با راهنمایی کلامی مربی به طور صحیح انجام می دهد.	به طور صحیح انجام نمی دهد.
بیسکوئیت ساده	وسایل و مواد مورد نیاز را بر اساس دستورالعمل مربی انتخاب می کند.			
	مواد مورد نیاز را متناسب به تعداد افراد و بر اساس دستورالعمل مربی آماده می کند.			
	خمیر بیسکوئیت را بر اساس مراحل کار، تهیه می کند.			
	خمیر ورز داده شده را در کیسه فریزر قرار می دهد.			
	زمان لازم برای ماندن خمیر در حالت استراحت را کنترل می کند.			
	خمیر آماده شده را بر روی یک سطح مناسب، پهن می کند و قالب می زند.			
	با رعایت نکات ایمنی، فر اجاق گاز را روشن می کند و دمای آن را تنظیم می کند.			
	کف سینی فر را با کاغذ روغنی می پوشاند.			
	خمیرهای قالب زده شده را بر روی کاغذ روغنی داخل سینی، می چیند.			
	سینی را در فر می گذارد و زمان لازم برای پخت بیسکوئیت را کنترل می کند.			
بیسکوئیت شکلاتی	بیسکوئیت ها را پس از سرد شدن در ظرف یا جعبه مناسب می چیند.			
	نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.			
	ابزار و وسایل مورد نیاز را بر اساس دستورالعمل مربی انتخاب می کند.			
	مواد مورد نیاز را با توجه به تعداد نفرات و بر اساس دستورالعمل مربی آماده می کند.			
	خمیر بیسکوئیت را بر اساس مراحل کار، تهیه می کند.			
	خمیر ورز داده شده را در کیسه فریزر قرار می دهد.			
	زمان لازم برای ماندن خمیر در حالت استراحت را کنترل می کند.			
	خمیر آماده شده را بر روی یک سطح مناسب، پهن می کند و قالب می زند.			
	با رعایت نکات ایمنی، فر اجاق گاز را روشن می کند و دمای آن را تنظیم می کند.			
	کف سینی فر را با کاغذ روغنی می پوشاند.			
تزئین بیسکوئیت با آجیل	خمیرهای قالب زده شده را بر روی کاغذ روغنی داخل سینی، می چیند.			
	سینی فر را در فر می گذارد و زمان لازم برای پخت بیسکوئیت را کنترل می کند.			
	بیسکوئیت ها را پس از سرد شدن در ظرف یا جعبه مناسب می چیند			
	نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.			
	مواد مورد نیاز را با توجه به تعداد افراد و بر اساس دستورالعمل مربی انتخاب می کند.			
	مواد لازم برای تزئین بیسکوئیت را آماده می کند.			
	شربت برای تزئین بیسکوئیت را آماده می کند.			
	غلظت شربت را بر اساس دستورالعمل مربی، کنترل می کند.			
	در زمان مناسب، بیسکوئیت ها را به شربت آغشته می کند.			
	بیسکوئین ها را با آجیل یا ترافل رنگی تزئین می کند.			

			شیرینی های آماده شده را پس از سرد شدن در ظرف یا جعبه مناسب می چینند.	
			نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.	
			مواد پاک کننده و شوینده مناسب با نوع کار را انتخاب می کند.	تمیز کاری وسایل، تجهیزات و سطوح
			وسایل و ظروف (پس از شستن) و خشک کردن در جای خود قرار می دهد.	
			لکه و مواد مواد غذایی بر جای مانده بر روی اجاق گاز را شسته و خشک می کند.	
			سطوح و کف آشپزخانه را شسته و خشک می کند.	
نمره عملی دانش آموز:				
تاریخ و امضاء:			نام و نام خانوادگی هنر آموز:	

شایستگی مهارت: تهیه چند نوع دمنوش

شرح شایستگی مهارت: این پودمان توانایی تهیه چند نوع دم نوش را با استفاده از مواد اولیه‌ای که مربی در اختیار دانش‌آموز قرار می‌دهد با رعایت موارد ایمنی و بهداشتی زیر نظر مربی فراهم می‌کند.

معیار عملکرد		عناصر شایستگی
<ul style="list-style-type: none"> - وسایل کار مطابق دستورالعمل آماده می‌شود. - مواد مورد نیاز مطابق دستورالعمل آماده می‌شود. - آب به میزان لازم در سماور یا کتری ریخته می‌شود. - گاز با رعایت نکات ایمنی روشن شود. - آلبالوی شسته شده متناسب با تعداد افراد درون قوری ریخته می‌شود. - آب جوشیده روی آلبالو ریخته می‌شود. - مدت زمان لازم برای دم کشیدن آلبالو در نظر گرفته می‌شود. - دمنوش آلبالو به صورت مناسب به همراه نبات یا عسل سرو می‌شود. 	<p>تهیه دمنوش آلبالو</p>	
<ul style="list-style-type: none"> - وسایل کار مطابق دستورالعمل آماده می‌شود. - مواد مورد نیاز مطابق دستورالعمل آماده می‌شود. - آب به میزان لازم در سماور یا کتری ریخته می‌شود. - گاز با رعایت نکات ایمنی روشن شود. - به خشک و دارچین متناسب با تعداد افراد درون قوری ریخته می‌شود. - آب جوشیده روی به خشک و دارچین ریخته می‌شود. - مدت زمان لازم برای دم کشیدن به خشک و دارچین در نظر گرفته می‌شود. - دمنوش به خشک و دارچین به صورت مناسب به همراه نبات یا عسل سرو می‌شود. 	<p>تهیه دمنوش به و دارچین</p>	
<ul style="list-style-type: none"> - وسایل کار مطابق دستورالعمل آماده می‌شود. - مواد مورد نیاز مطابق دستورالعمل آماده می‌شود. - آب به میزان لازم در سماور یا کتری ریخته می‌شود. - گاز با رعایت نکات ایمنی روشن شود. - چای سبز با آب ولرم کمی شسته شود. - چای سبز، لیموترش و زنجبیل متناسب با تعداد افراد درون قوری ریخته می‌شود. - آب جوشیده روی چای سبز، لیموترش و زنجبیل ریخته می‌شود. - مدت زمان لازم برای دم کشیدن چای سبز، لیموترش و زنجبیل در نظر گرفته می‌شود. - دمنوش چای سبز، لیموترش و زنجبیل به صورت مناسب به همراه نبات یا عسل سرو می‌شود. 	<p>دمنوش چای سبز، لیموترش و زنجبیل</p>	
<ul style="list-style-type: none"> - وسایل کار مطابق دستورالعمل آماده می‌شود. - مواد مورد نیاز مطابق دستورالعمل آماده می‌شود. - آب به میزان لازم در سماور یا کتری ریخته می‌شود. - گاز با رعایت نکات ایمنی روشن شود. - گل گاوزبان و لیوعمانی با آب ولرم کمی شسته شود. - گل گاوزبان و لیوعمانی متناسب با تعداد افراد درون قوری ریخته می‌شود. - آب جوشیده روی گل گاوزبان و لیوعمانی ریخته می‌شود. - مدت زمان لازم برای دم کشیدن گل گاوزبان و لیوعمانی ، در نظر گرفته می‌شود. - دمنوش گل گاوزبان و لیوعمانی به صورت مناسب به همراه نبات یا عسل سرو می‌شود. 	<p>دمنوش گل گاوزبان و لیوعمانی</p>	

	تمیز کاری ظروف، تجهیزات و سطوح	- ابزار و ظروف شسته، خشک و جای دهی می شود. - تمیزکاری اجاق گاز و سطوح از ضایعات و آلودگیها مطابق با دستورالعمل انجام می شود.
راهنمای آزمون		ارزشیابی این شایستگی بر مبنای ۲۰نمره می باشد.(عملی ۱۴ نمره، کتبی ۳ نمره و رفتارهای وابسته به شغل ۳ نمره) نحوه محاسبه نمره پایانی آن به قرار ذیل است: نمره پایانی= نمره آزمون نوبت دوم+ نمره تکوینی دانش آموز* ۲ * نمره تکوینی دانش آموز شامل موارد زیر است: میانگین نمرات آزمون های مستمر نوبت اول+ نمره آزمون نوبت اول+ میانگین نمرات آزمون های مستمر نوبت دوم ۳
	مفاهیم شناختی پیش نیاز	مهارت های عمومی پایه تعریف شده برای ورود به دوره دوم متوسطه حرفه ای
	پودمان های هم نیاز و پیش نیاز	-
رفتارهای شغلی		آراستگی ظاهری: لباس کار تمیز پوشیده می شود. نظم و ترتیب: پس از پایان کار وسایل در جای خود قرار داده می شود. مسئولیت پذیری: کار محوله را به درستی انجام می دهد. مهارت های ارتباطی: واژه های مربوط به کار خود را به درستی بیان می کند. گزارش کار خود را به مربی می دهد. با دیگران مؤدبانه صحبت می کند. رعایت بهداشت فردی: قبل و پس از پایان کار دست و صورت خود را می شوید. وقت شناسی: به موقع در کارگاه حضور پیدا می کند. کار خود را در زمان تعیین شده انجام می دهد.
امکانات (فضای فیزیکی)		یک فضای کاری در حدود ۳۰ متر مربع
ابزار و تجهیزات		ترازوی آشپزخانه، پیمانها و قاشق های اندازه گیری، چاقوی آشپزخانه، کاسه، قاشق، چنگال، کارد، سینی، فنجان، قهوه خوری، لیوان، شعله پخش کن، شیر جوش، اجاق گاز، فندک اتمی، کپسول آتش نشانی، یخچال و فریزر، میز کار آشپزخانه، کابینت آشپزخانه همراه با هود، آب چکان و سینک، همزن برقی و دستی، دستگاه مخلوط کن، سماور، قوری،
مواد مصرفی		آلبالو، به خشک و دارچین، چای سبز، لیموترش و زنجبیل، گل گاوزبان و لیمو عمانی، عسل، نبات) مواد شوینده و ضد عفونی کننده
نرم افزار		فیلم آموزشی مرتبط
نیروی انسانی		فوق دیپلم و بالاتر در رشته تحصیلی مرتبط و یا فوق دیپلم و بالاتر در رشته کودکان استثنایی با داشتن مدرک مهارتی مرتبط از سازمان های متولی آموزش حرفه ای

برنامه درسی شایستگی مهارت : تهیه چند نوع دمنوش	
عناصر شایستگی	اجزای شایستگی
تهیه دمنوش آلبالو	<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - وسایل و ابزار لازم برای تهیه دمنوش آلبالو (کتری، قوری، فنجان، لگن، صافی، هسته و...) - مواد اولیه مورد نیاز متناسب با تعداد افراد (دو نفر): (آلبالو تازه ۱ لیوان، آب ۲ لیوان، نبات، عسل به مقدار لازم) - نحوه تهیه دمنوش آلبالو: - ابتدا آلبالوها را بشویید. چوب و هسته آلبالو ها را خارج کنید و بعد آن ها را به ۲ یا ۴ قسمت خرد کنید. - آلبالوها را داخل قوری بریزید. - اجاق گاز را روشن کنید و کتری آب را روی آن بگذارید. پس از جوش آمدن، آب جوشیده را روی آلبالوها بریزید. قوری را روی کتری بگذارید و حدود ۲۰-۳۰ دقیقه مهلت دهید تا دمنوش آلبالو دم بکشد و رنگ بدهد. - دمنوش را پس از ریختن در فنجان ها سرو کنید. - چای را با عسل و نبات سرو کنید. نکته: در صورت تمایل هنگام دم انداختن آلبالو یک تکه نبات می توانید اضافه کنید. <p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - آماده کردن وسایل کار - شستن آلبالوها و خارج کردن هسته آنها - خرد کردن آلبالوها به ۲ یا ۴ قسمت - ریختن آب به میزان لازم در سماور یا کتری - روشن کردن اجاق گاز و تنظیم حرارت آن - ریختن آلبالو به میزان مناسب داخل قوری - ریختن آب جوشیده روی آلبالو - دم کردن آلبالو با رعایت مدت زمان لازم - سرو دمنوش
تهیه دمنوش به و دارچین	<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - وسایل و ابزار لازم برای تهیه دمنوش به و دارچین (کتری، قوری، صافی، فنجان، لیوان و...) - مواد اولیه مورد نیاز برای تهیه دمنوش به و دارچین: (برای هر نفر: ۱ ق غذاخوری به خشک شده، ۱ لیوان آب جوش) - نحوه تهیه دمنوش به و دارچین: - اجاق گاز را روشن کنید. کتری را آب کنید و روی اجاق بگذارید. با توجه به تعداد نفرات داخل قوری به و مقدار کمی دارچین بریزید. پس از جوش آمدن آب، با توجه به میزان داخل قوری آب جوش بریزید و به مدت ۲۰ دقیقه روی بخار کتری بگذارید تا خوب دم بکشد. قبل از سرو کردن دمنوش به و دارچین و ریختن آن در فنجان یا لیوان، آن را صاف کنید.

<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - آماده کردن وسایل کار - آماده کردن مواد اولیه دمنوش - ریختن آب به میزان لازم در سماور یا کتری - روشن کردن اجاق گاز و تنظیم حرارت آن - ریختن به و دارچین به میزان مناسب داخل قوری - ریختن آب جوشیده روی به و دارچین - دم کردن به و دارچین با رعایت مدت زمان لازم - سرو دمنوش 	
<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - وسایل و ابزار لازم برای تهیه دمنوش چای سبز، لیموترش و زنجبیل (کتری، قوری، صافی، سینی، فنجان، لیوان و...) - مواد اولیه مورد نیاز (برای هر نفر: ۱ ق مرباخوری چای سبز، ۱ لیوان آب، ۱/۲ ق چ زنجبیل پودر شده) نکته: اضافه کردن زنجبیل با طبع گرم، باعث متعادل شدن دمنوش می شود. - نحوه تهیه دمنوش: - اجاق گاز را روشن کنید. کتری را آب کنید و روی اجاق بگذارید. آب را بعد از جوشیدن به مدت ۳-۴ دقیقه کنار بگذارید تا به دمای مورد نیاز برای دم کردن چای سبز برسد. سپس به ازای هر نفر مطابق دستورالعمل چای سبز، زنجبیل و آب جوشیده را درون قوری بریزید و ۱ تا ۳ دقیقه اجازه دهید تا دم بکشد. چای سبز مانند چای سیاه نیازی به دم کردن روی حرارت ندارد. در صورتی که زمان دم کشیدن خیلی طولانی شود باعث تلخ شدن طعم چای و از بین رفتن طعم متعادل آن می شود. ضمناً زمان دم کشیدن چای باید با دمای آب تنظیم شود. در دمای آب پایین تر، زمان دم کشیدن باید بیشتر باشد). 	<p>دمنوش چای سبز لیموترش و زنجبیل</p>
<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - آماده کردن وسایل کار - آماده کردن مواد اولیه - ریختن آب به میزان لازم در سماور یا کتری - روشن کردن اجاق گاز و تنظیم حرارت آن - ریختن چای سبز، زنجبیل به میزان مناسب داخل قوری - ریختن آب جوش در قوری بعد از گذاشتن ۱ تا ۳ دقیقه - دم کردن چای سبز با رعایت مدت زمان لازم به دور از حرارت - سرو دمنوش - اضافه کردن لیموترش 	
<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - وسایل و ابزار لازم برای تهیه دمنوش گل گاوزبان و لیموعمانی (کتری، قوری، صافی، سینی، فنجان، لیوان و...) - مواد اولیه مورد نیاز (برای هر نفر: ۱ ق مرباخوری گل گاوزبان، ۱ لیوان آب، ۱/۲ لیموعمانی، نبات به 	<p>دمنوش گل گاوزبان و لیمو عمانی</p>

<p>میزان لازم)</p> <p>- نحوه تهیه دمنوش:</p> <p>- اجاق گاز را روشن کنید. کتری را آب کنید و روی اجاق بگذارید. با توجه به تعداد نفرات داخل قوری گل گاوزبان، نبات، لیمو عمانی (سوراخ کرده) بریزید. پس از جوشیدن آب، یا توجه به میزان داخل قوری آب جوش بریزید و به مدت ۲۰ تا ۳۰ دقیقه اجازه دهید تا دم بکشد.</p> <p>نکته: پیشنهاد می شود از لیموترش جای لیمو عمانی استفاده کنید.</p> <p>- دمنوش را پس از ریختن در فنجان ها سرو کنید.</p>	
<p>مهارت:</p> <p>- آماده کردن وسایل کار</p> <p>- آماده کردن مواد مورد نیاز</p> <p>- ریختن آب به میزان لازم در سماور یا کتری</p> <p>- روشن کردن اجاق گاز و تنظیم حرارت آن</p> <p>- ریختن گل گاوزبان و لیمو عمانی، نبات به میزان مناسب داخل قوری</p> <p>- ریختن آب جوشیده روی گل گاوزبان و لیمو عمانی</p> <p>- دم کردن گل گاوزبان و لیمو عمانی با رعایت مدت زمان لازم</p> <p>- سرو دمنوش</p>	
<p>دانش:</p> <p>- انواع مواد پاک کننده و شوینده متناسب با نوع کار (مایع ظرفشویی، پودر شست و شو و ..)</p> <p>- نکات ایمنی و بهداشتی به هنگام کار با مواد شوینده</p> <p>- نحوه شستن و تمیز کردن ابزار و ظروف</p> <p>- نحوه گذاشتن ظروف در جای مناسب</p> <p>- نحوه تمیز کردن سطوح با مواد شوینده استاندارد</p>	<p>تمیز کاری ابزار، تجهیزات و سطوح</p>
<p>مهارت:</p> <p>- انتخاب مواد پاک کننده و شوینده متناسب با نوع کار</p> <p>- شستن ابزار و ظروف، و خشک کردن آن ها</p> <p>- گذاشتن ظروف، پس و خشک کردن در جای مناسب</p> <p>- تمیز کردن سطوح با مواد شوینده</p> <p>- تمیز کردن اجاق گاز با مواد شوینده مناسب</p>	
<p>- رعایت بهداشت و نظافت فردی و کارگاهی</p> <p>- رعایت بهداشت فیزیکی بدن ضمن کار (اصول ارگونومی)</p> <p>- استفاده از ماسک، کلاه و لباس کار مناسب</p> <p>- رعایت نکات ایمنی هنگام تمیز کردن و یا کار با وسایل برنده (چاقو ، رنده و)</p> <p>- اجتناب از انداختن کبریت نیمه سوخته بر روی زمین</p> <p>- رعایت نکات ایمنی ضمن کار با اجاق گاز و مواد داغ</p> <p>- رعایت نکات ایمنی به هنگام کنترل پریز و سیم های برق</p> <p>- قراردادن وسایل در جای خود پس از اتمام کار</p>	<p>نکات ایمنی حین کار</p>

<p>- علاقه مندی به کار - دقت، توجه و سرعت هنگام کار - صرفه جویی در مواد مصرفی</p>	<p>نگرش</p>
<p>- تفکیک زباله تر از خشک</p>	<p>توجهات زیست محیطی</p>
<p>ابزار و تجهیزات:</p> <p>- ترازوی آشپزخانه، پیمانه ها و قاشق های اندازه گیری، چاقوی آشپزخانه، کاسه ، قاشق، چنگال، کارد، سینی، فنجان، قهوه خوری، لیوان، شعله پخش کن، شیر جوش، اجاق گاز، فنکد اتمی، کپسول آتش نشانی، یخچال و فریزر، میزکارآشپزخانه، کابینت آشپزخانه همراه با هود، آب چکان و سینک، همزن برقی و دستی، دستگاه مخلوط کن، سماور، قوری،</p> <p>مواد مصرفی :</p> <p>- آلبالو، به خشک و دارچین، چای سبز، لیموترش و زنجبیل، گل گاوزبان و لیموعمانی، عسل، نبات) - مواد شوینده و ضدعفونی کننده</p>	<p>تجهیزات ، ابزار و مواد مصرفی</p>
<p>- خواندن و نوشتن اعداد و کلمات</p>	<p>دانش پایه(غیرفنی)</p>

فهرست واری از شایستگی مهارت: تهیه چند نوع دمنوش

نام و نام خانوادگی دانش آموز: رشته: پایه: تاریخ آزمون نوبت دوم:

اجزای پودمان	آیتم های ارزیابی	به طور مستقل و صحیح انجام می دهد.	با راهنمایی کلامی مربی به طور صحیح انجام می دهد.	به طور صحیح انجام نمی دهد.
تهیه دمنوش آلبالو	وسایل کار را مطابق دستورالعمل آماده می کند			
	مواد موردنیاز را مطابق دستورالعمل آماده می کند.			
	آلبالوها را می شوید.			
	هسته آنها را خارج کنید.			
	آلبالوها را به ۲ یا ۴ قسمت خرد می کند.			
	آب به میزان لازم در سماور یا کتری می ریزد.			
	اجاق گاز را روشن کرده و حرارت آن را تنظیم می کند.			
	آلبالوها را مطابق دستورالعمل مربی درون قوری می ریزد.			
	آب جوشیده روی آلبالو ریخته و آن را با رعایت مدت زمان لازم دم می کند.			
	دمنوش را به همراه عسل یا آب نبات به درستی سرو می کند.			
نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.				
تهیه دمنوش به و دارچین	وسایل کار را مطابق دستورالعمل آماده می کند.			
	مواد موردنیاز را مطابق دستورالعمل آماده می کند.			
	به خشک و دارچین را مطابق دستورالعمل درون قوری می ریزد.			
	آب به میزان لازم در سماور یا کتری می ریزد.			
	اجاق گاز را روشن کرده و حرارت آن را تنظیم می کند.			
	آب جوشیده روی به و دارچین ریخته و آن را با رعایت مدت زمان لازم دم می کند.			
	دمنوش را به همراه عسل یا آب نبات به درستی سرو می کند.			
	نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.			
دمنوش چای سبز، لیمو ترش و رنجهیل	وسایل کار را مطابق دستورالعمل آماده می کند			
	مواد موردنیاز را مطابق دستورالعمل آماده می کند.			
	چای سبز، لیموترش و رنجهیل را مطابق دستورالعمل درون قوری می ریزد.			
	آب به میزان لازم در سماور یا کتری می ریزد.			
	اجاق گاز را روشن کرده و حرارت آن را تنظیم می کند.			
	آب جوشیده را پس از رعایت مدت زمان لازم درون قوطی می ریزد.			
	دمنوش را به همراه عسل یا آب نبات به درستی سرو می کند.			
نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.				
دمنوش گل گاوزبان و	وسایل کار را مطابق دستورالعمل آماده می کند.			

			مواد موردنیاز را مطابق دستورالعمل آماده می کند.	لیموعمانی
			گل گاوزبان، لیموعمانی را مطابق دستورالعمل درون قوری می ریزد.	
			آب به میزان لازم در سماور یا کتری می ریزد.	
			اجاق گاز را روشن کرده و حرارت آن را تنظیم می کند.	
			آب جوشیده روی به و دارچین ریخته و آن را با رعایت مدت زمان لازم دم می کند.	
			دمنوش را به همراه نبات به درستی سرو می کند.	تمیزکاری ظروف تجهیزات و سطوح
			نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.	
			مواد پاک کننده و شوینده متناسب با نوع کار را انتخاب کنید.	
			نکات ایمنی و بهداشتی به هنگام کار با مواد شوینده را رعایت کنید.	
			ابزار و ظروف را با مواد شوینده مناسب می شوید.	
			هر یک از ظروف را در جای مناسب خود قرار می دهد.	نمره عملی دانش آموز:
			سطوح را با مواد شوینده استاندارد تمیز می کند.	
نام و نام خانوادگی هنر آموز:				تاریخ و امضاء:

شایستگی مهارت: بهداشت و ایمنی محیط کار

شرح شایستگی مهارت: این پودمان شامل موارد ایمنی و بهداشت کار مرتبط با فعالیتهای آشپزی از قبیل رعایت اصول ارگونومی ، ایمنی و بهداشت فردی ، عمومی و محیط کار می باشد.

معیار عملکرد		
<ul style="list-style-type: none"> - بهداشت دست ، صورت و ناخن ضمن کار و بعد از آن رعایت می شود. - با زدن ماسک بهداشت دهان و بینی در حین کار رعایت می شود. - بهداشت پوست و مو ضمن کار و بعد از آن رعایت می شود. - ناخن ها به طور صحیح گرفته می شود. - از دستکش در هنگام کار با مواد استفاده می شود. - اجسام مطابق اصول به طور صحیح بلند یا جابه جا می شود. - با انجام حرکات نرمشی (ورزشی) در فواصل و پایان کار ، سلامت فیزیکی اندام ها رعایت می شود. - راه رفتن، نشستن و ایستادن به طور صحیح انجام می شود. 	بهداشت فردی	عناصر شایستگی
<ul style="list-style-type: none"> - نحوه صحیح تمیز کردن کف، دیوارها و کابینت آشپزخانه انجام می شود. - متناسب با نوع کار از مواد ضدعفونی کننده به طور صحیح استفاده می شود. - نحوه صحیح شستن ظروف، تمیز کردن یخچال، فریزر، اجاق گاز، ماشین لباسشویی انجام می شود. - شستن ظروف، تمیز کردن چرخ گوشت و آبمیوه گیری به طور صحیح انجام می شود. - زباله ها به تفکیک خشک و تر جمع آوری می شود. - با دستورالعمل مربی محیط کار از حشرات و جانوران موذی پاک می شود. 	بهداشت محیط کار	
<ul style="list-style-type: none"> - چیدمان کارگاه به طور صحیح کنترل می شود. - ابزارهای برنده و نوک تیز در محل مناسب نگهداری می شود. - مواد ضدعفونی کننده و شوینده ها در محل مناسب نگهداری می شود. - در هنگام کار با چاقو و ابزارهای تیز فاصله مناسب از دیگران رعایت می شود. - صحت اتصالات برقی بررسی و در صورت خرابی به مربی گزارش داده می شود. - در صورت بروز بوهای نامطبوع از وسایل گازی و برقی به مربی گزارش می شود. - در ضمن کار از وسایل و تجهیزات ایمنی متناسب با کار استفاده می شود. 	ایمنی محیط کار	
<ul style="list-style-type: none"> - در هنگام بروز حادثه برای خود و دیگران ، به موقع اطلاع رسانی می شود. - جراحات ساده عضو ضدعفونی می شود. - زخم های ساده پانسمان می شود. 	کمک های اولیه	
<p>ارزشیابی این شایستگی بر مبنای ۲۰نمره می باشد. (عملی ۱۴ نمره، کتبی ۳ نمره و رفتارهای وابسته به شغل ۳ نمره)</p> <p>نحوه محاسبه نمره پایانی آن به قرار ذیل است:</p> <p>نمره پایانی = نمره آزمون نوبت دوم + نمره تکوینی دانش آموز*</p> <p style="text-align: center;">۲</p> <p>* نمره تکوینی دانش آموز شامل موارد زیر است:</p> <p>میانگین نمرات آزمون های مستمر نوبت اول + نمره آزمون نوبت اول + میانگین نمرات آزمون های مستمر نوبت دوم</p> <p style="text-align: center;">۳</p>		راهمای آزمون

مفاهیم شناختی پیش نیاز	مهارت های عمومی پایه تعریف شده برای ورود به دوره دوم متوسطه حرفه ای
پودمان های هم نیاز و پیش نیاز	بهداشت و ایمنی در آشپزخانه(هم نیاز)
رفتارهای شغلی	<p>آراستگی ظاهری: لباس کار تمیز پوشیده می شود.</p> <p>نظم و ترتیب: پس از پایان کار وسایل در جای خود قرار داده می شود.</p> <p>مسئولیت پذیری: کار محوله را به درستی انجام می دهد.</p> <p>مهارت های ارتباطی: واژه های مربوط به کار خود را به درستی بیان می کند. گزارش کار خود را به مربی می دهد. با دیگران مؤدبانه صحبت می کند.</p> <p>رعایت بهداشت فردی: قبل و پس از پایان کار دست و صورت خود را می شوید.</p> <p>وقت شناسی: به موقع در کارگاه حضور پیدا می کند. کار خود را در زمان تعیین شده انجام می دهد.</p>
امکانات (فضای فیزیکی)	یک فضای کاری در حدود ۳۰ مترمربع
ابزار و تجهیزات	ظروف مختلف (چینی، سرامیک، تفلون و...)، کابینت آشپزخانه، کارد و چنگال، یخچال، فریزر، اجاق گاز، ماشین لباسشویی
مواد مصرفی	امکانات و تجهیزات ایمنی فردی(ماسک، کلاه، دستکش، چکمه و...)، امکانات و تجهیزات بهداشتی متناسب با فرد و شرایط محیطی و کاری(مایع دستشویی، مواد ضد عفونی کننده، جارو و ..)
نرم افزار	فیلم آموزشی مرتبط
نیروی انسانی	فوق دیپلم و بالاتر در رشته تحصیلی مرتبط و یا فوق دیپلم و بالاتر در رشته کودکان استثنایی با داشتن مدرک مهارتی مرتبط از سازمان های متولی آموزش حرفه ای

برنامه درسی شایستگی مهارت: بهداشت و ایمنی محیط کار

عناصر شایستگی	اجزای شایستگی
بهداشت فردی	<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ضرورت رعایت بهداشت فردی - ضرورت استفاده از وسایل استحفاظی فردی مانند ماسک، روسری، کلاه، دستکش، روپوش، پیش بند، کفش - نحوه صحیح بهداشت پوست، دست، صورت، دهان، بینی، مو، پا - نحوه ی کوتاه کردن ناخن ها (ناخن ها صاف و افقی کوتاه شوند طوری که بعد از کوتاه شدن به شکل مربع به نظر آیند) - نحوه ی نخ انداختن و مسواک زدن دندان ها <p>✓ موهای مسواک را به طور مایل با زاویه ی ۴۵ درجه روی سطح خارجی دندان ها طوری بگذارید که نصف موهای مسواک روی لثه باشد. سپس مسواک را ۱۰-۵ بار به سمت سطح جونده (نوک دندان) بکشید تا تمام سطح خارجی دندان به این صورت تمیز شود. سطح داخلی دندان را نیز با همین روش تمیز کنید. سطح زبانی دندان ها را نیز با مسواک از سمت عقب به طرف جلو تمیز کنید.</p> <p>✓ ابتدا دست ها را با آب و صابون بشویید و حدود ۳۵ سانتیمتر از نخ دندان را بپُرید.</p> <p>✓ دو طرف نخ را به دور دو انگشت اشاره ی خود بپیچید یا آن را با نوک انگشتان شست بگیرید.</p> <p>✓ بقیه ی انگشتان را ببندید و دو دست را از هم دور کنید تا نخ محکم کشیده شود.</p> <p>✓ قطعه‌ای از نخ را، به اندازه ۲/۵-۲ سانتی متر بین انگشتان شست و اشاره ی دو دست بگذارید.</p> <p>✓ نخ را با حرکتی شبیه اره به آرامی داخل فضای بین دندان ها کنید و سپس به کناره ی یکی از دندان ها تکیه داده، با ملایمت به زیر لثه برده و آهسته چند بار به سمت بالا و پایین بکشید. این عمل با قسمت‌های تمیز نخ برای همه ی دندان ها تکرار شود.</p> <p>- نحوه ی حمل و جابه جا کردن بار</p> <p>✓ برای جا به جا کردن اشیا، تمام بدن را حرکت دهید و به سمت مکان موردنظر قدم بردارید، زیرا جا به جا کردن اشیا در حالتی که پاها ثابت اند و تنه می چرخد، موجب صدمه دیدن کمر می شود. سعی کنید اجسام را در دفعات بیشتر ولی با حجم کمتر جا به جا کنید. از حمل یک طرفه اشیا مثل کیف به مدت طولانی بپرهیزید برای برداشتن بار از روی زمین با خم کردن مفصل ران و زانو خم شوید.</p> <p>- نحوه راه رفتن، نشستن و ایستادن</p> <p>✓ ایستادن: سنگینی بدن را روی هر دو پا بیندازید. همیشه صاف بایستید و کمر را مستقیم نگه دارید. شانه‌ها را صاف نگه دارید. عضلات شکم را منقبض کنید تا شکم تو رفته و گودی کمر کمتر شود. سر و چانه را بالا نگه دارید.</p> <p>✓ نشستن: صاف بنشینید، شانه ها را به عقب برده و به جایی تکیه دهید. برای نشستن روی صندلی، اندازه صندلی باید طوری باشد که تنه را تا حد شانه‌ها بگیرد. ارتفاع صندلی در حدی باشد که هنگام نشستن، زانوها در زاویه ی ۹۰ درجه قرار گیرند و کف پاها به راحتی روی زمین باشد. بهتر</p>

است صندلی دسته ی مناسب داشته باشد تا پس از قرار دادن ساعد روی دسته ی صندلی، شانه‌ها بالاتر یا پایین‌تر از حد طبیعی خود قرار نگیرد. میز جلوی فرد نیز باید ارتفاع مناسب داشته باشد تا لازم به خم شدن یا کشیدن خود به بالا نباشد. پِشتی صندلی بهتر است کمی به سمت عقب شیب داشته باشد. میز باید ارتفاع مناسب داشته باشد به طوری که مجبور نشوید روی میز خم شوید یا به علت بلندی خود را به طرف بالا بکشید.

✓ راه رفتن: هنگام راه رفتن دقت کنید که صاف قرار گرفته باشید. عضلات شکم را منقبض کنید، شانه‌ها را صاف کنید و به عقب بکشید. هنگام قدم برداشتن، پاها را موازی و نزدیک به هم قرار دهید. دقت کنید اول پاشنه را روی زمین بگذارید و از کشیدن پاشنه ی پا روی زمین خودداری کنید. انگشتان پا را مستقیم به طرف جلو قرار دهید. بازوها را آزاد بگذارید. از کفش مناسب استفاده کنید.

- نحوه اجرای حرکات گرم کننده و کششی

✓ تمرین‌های گرم کننده: هدف از گرم کردن آن است که بدن برای ورزش آماده شود و خطر صدمات ورزشی کمتر شود. دست کم ۸-۱۲ دقیقه باید بدن را گرم کرد. یکی از مناسب‌ترین تمرین‌های گرم کننده، تمرین‌های کششی ملایم اند. کشش را به آرامی شروع کنید، عضله را تا حد متوسط بکشید و نگه دارید. هر کشش را تقریباً ۸ تا ۱۰ ثانیه نگه دارید.

✓ تمرین‌های کششی: این تمرین‌ها با ایجاد کشش در عضلات و بافت نرم اطراف مفاصل، حرکت مفصل را راحت‌تر می‌کند. قبل از انجام این حرکات با حرکات گرم کننده خود را گرم کنید و در پایان هر وضعیت ۱۰ تا ۲۰ ثانیه به همان حالت باقی بمانید.

مهارت:

- استفاده از تجهیزات ایمنی به هنگام انجام کار
- زدن ماسک در هنگام ضرورت
- گرفتن ناخن‌ها به طور صحیح
- رعایت بهداشت فردی در هنگام انجام کار
- حمل و جابه جایی بار به شکل صحیح
- انجام صحیح راه رفتن، ایستادن و نشستن
- انجام حرکات نرمشی مناسب در فواصل و پایان کار

دانش:

- انواع مواد پاک کننده و شوینده با اولویت مواد طبیعی
- ✓ سرکه ، جوش شیرین، جرم گیر سرویس های بهداشتی، سفید کننده، مایع ظرفشویی، پودر شست و شو، ...
- نحوه تمیز کردن کف، دیوارها و کابینت آشپزخانه
- ✓ تمیز کردن کف: مقداری سرکه، یک قطره مایع ظرفشویی را یک لیتر آب حل کرده و ابتدا با اسفنج برای تمیز کردن خطوط میان کاشی ها استفاده کنید. سپس با تی کف سرامیک، کاشی و یا سنگ را تمیز کنید.

بهداشت محیط کارگاه

- ✓ تمیز کردن دیوارها: برای دیوارهای رنگ روغنی کافی است فقط از یک دستمال حوله ای و آب و سرکه استفاده کنید. اگر رنگ دیوارها قابل شستشو است ، محلول آب ولرم و پودر شست و شو و مقدار کمی مایع سفیدکننده را با اسفنج روی دیواربکشید و با دستمال حوله ای تمیز پاک کنید.
- ✓ کابینت آشپزخانه: کل وسایل کابینت ها را یکجا بیرون نریزید. کابین به کابین پیش بروید. کابینت را خالی کنید و با دستمال مرطوب گرد و غبار و لکه های آن را بگیرید . بعد کف آن را پوشش مخصوص کابینت بیندازید و بعد وسایل را دوباره در آن بگذارید.

- نحوه شستن ظروف مختلف(چینی، سرامیک، تفلون و...)

- ✓ ابتدا سینک ظرفشویی را بشویید. سپس توصیه می شود ظرف ها را در سینک آب داغ خیس کنید تا باقی مانده غذا نرم شود و با اب، اسکاچ، مایع ظرفشویی و کمی سرکه تمیز بشوید و بعد از آن آب بکشید.

- توصیه می شود ظروف تفلون و گرانتیت با اسکاچ های فاقد مواد ساینده استفاده شود تا از خط افتادن ظروف جلوگیری شود. برای خشک کردن بشقابها و ظروف آشپزخانه از حوله های کتانی که جذب کننده خوبی هستند و پرز ندارند استفاده کنید.

- ✓ پس از شستن ظروف، اسکاچ و سینک را مجددا بشوید. اسکاچ را آویزان کنید تا کاملا خشک شوند.
- ✓ ظروف، چاقو و تخته گوشت را که با گوشت خام ارتباط دارند، را جداگانه شسته و اسکاچ را خوب بشوید و سپس ظروف باقیمانده را بشوید.

- نحوه تمیز کردن یخچال و فریزر:

- ✓ اول از همه یخچال و فریزر را از برق بکشید و محتویات آن را کاملا بیرون بیاورید. برای شست و شوی دیواره های یخچال از محلول جوش شیرین و آب استفاده کنید تا هم جرم گیری شود و هم بوی بد یخچال از بین برود. گرد و غبار پشت یخچال را هم فراموش نکنید.

- نحوه تمیز کردن اجاق گاز:

- ✓ ظرف بزرگی را پر از آب گرم و مایع ظرفشویی و سرکه کنید و شبکه های اجاق گاز و سر شعله ها را حدود ۲۰ دقیقه در ظرف آب گرم قرار دهید تا تمام چربی ها و مواد غذایی چسبیده به آن شل شوند. سپس ظرف را مجددا خالی و پر از اب گرم و مواد شوینده کنید. وشبکه ها و سرشعله ها را با سیم ظرفشویی محکم بشوید تا چربی و مواد باقی مانده جدا شوند. برای جدا شدن لکه های سخت تر ۳ قاشق غذاخوری جوش شیرین را با ۱ تا ۲ قاشق چایخوری آب مخلوط کنید تا به شکل خمیر د آید . این خمیر را تا ۱۵ دقیقه روی لکه قرار دهید . سپس آنها را آب کشیده و با پارچه تمیز خشک کنید.

- ✓ ابتدا اسکاچ فاقد موادساینده که سطح گاز را خط نیندازد را مرطوب کرده و روی گاز را بسایید. برای از بین بردن لکه های مقاوم تر یک قاشق غذاخوری جوش شیرین را روی لکه های اجاق

بپاشید و سپس قطرات آب روی آن بریزید. ۲۰ دقیقه صبر کنید و بعد آن ها را تمیز کنید. در پایان با دستمال مرطوب سطح گاز را تمیز کنید.

- نحوه تمیز کردن ماشین لباسشویی

- ✓ در یک ظرف کوچک، جوش شیرین و آب را باهم مخلوط کنید. مخلوط جوش شیرین و آب را داخل مخزنی بریزید که مواد شوینده ی ماشین لباسشویی را درون آن می ریزید. حالا مقدار کمی سرکه را از در اصلی ماشین یعنی همان دری که لباس ها را درون ماشین می ریزید، داخل فضای اصلی ماشین لباسشویی بریزید. ماشین لباسشویی را در حالت شست و شوی نرمال با آب گرم قرار دهید و بعد از بستن در ماشین لباسشویی دکمه ی شروع شست و شو را بزنید. اجازه بدهید ماشین لباسشویی کار کند. سرکه و جوش شیرین به طور طبیعی رسوبات معدنی را که در ماشین لباسشویی جمع شده اند، تخریب و در خود حل می کنند و هر نوع قارچ و کپکی را از بین می برند. به این ترتیب ماشین لباسشویی شما دوباره تمیز می شود و نفس تازه ای خواهد کشید.
- ✓ بعد از اتمام کار ماشین لباسشویی، اسفنج یا ابر پاک کننده ای را که آماده کرده اید، بردارید، در ماشین لباسشویی را باز کنید و کپک ها یا رسوبات سمجی را که ممکن است به دور تادور و کناره های درب ماشین لباسشویی چسبیده باشند، تمیز کنید و سپس با آب بشوید.
- ✓ نکته ی قابل توجه دیگر این است که بعد از هر بار اتمام شست و شوی لباس ها، در ماشین لباسشویی را باز بگذارید؛ حتما چند دقیقه وقت صرف کنید و ماشین لباسشویی تان را خشک کنید.

- نحوه تمیز کردن چرخ گوشت و آبمیوه گیری:

- ✓ پس از خاموش کردن وسیله و کشیدن سیم برق آن ، قطعات چرخ گوشت و آبمیوه گیری را باز کنید، آن ها را با دقت با اسکاچ و مایع ظرفشویی شسته و آب کشیده و پس از خشک کردن دوباره به هم وصل کنید. سپس با نایلون یا پوشش تمیزی دور قیف و پنجره را محکم ببندید، زیرا جانوران کوچک می توانند به درون ماریچ رفته و هنگام کار، گوشت یا آبمیوه را مسموم سازند

- نحوه صحیح جمع آوری زباله به تفکیک خشک و تر:

- ✓ اولین قدم این است که همه زباله ها را در یک کیسه زباله یکسان نیندازیم و در منزل، حداقل دو کیسه زباله داشته باشیم؛ زباله های خشک و تر که دو نوع اصلی زباله است.
- ✓ اغلب مواد خوراکی، شامل پسماند غذاها و میوه ها در دسته زباله های تر قرار می گیرد و بیشتر آنها نیز قابلیت تبدیل شدن به کودها و کمپوست ها را دارند، اما زباله خشک، شامل انواع قوطی کنسروها و ظرف های فلزی، پلاستیکی، کاغذ و مقواست که همه این مواد در صورت تفکیک شدن از زباله خشک می تواند دوباره جذب صنعت شود.

- نکته بسیار مهمی که باید در تفکیک زباله به آن دقت کنیم، جداسازی زباله خطرناک از سایر زباله های

خشک و تر است مانند باتری های یکبار مصرف، لامپ های کم مصرف، قوطی اسپری ها

- نحوه مبارزه با حشرات و جانوران موذی

مهارت:

- انتخاب انواع مواد پاک کننده و شوینده با اولویت مواد طبیعی متناسب با نوع کار (سرکه، جوش شیرین و ...)
- تمیز کردن کف، دیوارها و کابینت آشپزخانه
- شستن ظروف مختلف (چینی، سرامیک، تفلون و...)
- تمیز کردن یخچال و فریزر
- تمیز کردن اجاق گاز
- تمیز کردن ماشین لباسشویی
- تمیز کردن چرخ گوشت و آبمیوه گیری
- جمع آوری زباله به تفکیک خشک و تر

دانش:

- مکان آشپزخانه: آشپزخانه باید همیشه تمیز و مرتب باشد. کلیه وسایل آن پس از استفاده سر جای خود گذاشته شوند. برای کف آشپزخانه از کف پوش مناسب استفاده شود، زیرا در صورت لیز و لغزنده بودن کف آشپزخانه، خطر لغزیدن و افتادن بسیار زیاد خواهد بود. در شستن آن از موادی که موجب لیز خوردن می شود، استفاده نشود.

- نحوه چیدمان وسایل در آشپزخانه:

- معمولا در آشپزخانه از وسایلی مانند اجاق گاز، یخچال و فریزر استفاده می شود که باید در چیدمان آن ها به برخی موارد مهم توجه شود مانند:

- اجاق گاز در مقابل پنجره یا باد کولرو پنکه نباشد.

- اجاق گاز در نزدیکی یخچال و فریزر قرار نگیرد.

- اجاق گاز دور از پرده و وسایل پارچه ای گذاشته شود.

- شیلنگ گاز باید از شعله ها فاصله داشته باشد و از طویل بودن شیلنگ جدا خودداری شود.

- سطحی که یخچال و فریزر بر روی آن قرار می گیرد باید کاملا صاف باشد.

- یخچال و فریزر باید از دیوار فاصله داشته باشند تا هوا در اطراف آن ها در جریان باشد.

- نحوه پیشگیری از مسمومیت و انفجار در آشپزخانه:

- آشپزخانه به نسبت فضایی که دارد باید دارای هواکش باشد تا بخارها و بوهای حاصل را به خارج هدایت کند.

- کارد و چاقو و سایر ابزارهای برنده و نوک تیز باید در محل مخصوص گذارده و یا آویزان شود.

- دستگاه های برقی باید از نوع ایمن باشد.

- وسایل گازسوز، اجاق ها و آبگرمکن های گازی باید حتما مجهز به شعله گیر ایمن یعنی پیلوت باشد که در صورت نشت احتمالی گاز از توسعه و انتشار آن و در نتیجه وقوع انفجار جلوگیری شود. شعله های اجاق گاز نباید در معرض جریان هوا و یا باد کولر و پنکه قرار داشته باشد زیرا ممکن است خاموش و انتشار گاز موجب حادثه شود. درباره بخاری های گازی علاوه بر رعایت نکته های بالا نصب لوله بخاری که گازهای ناشی از اشتعال گاز را به خارج هدایت و از ایجاد مسمومیت جلوگیری می کند، بسیار ضروری است.

✓ وسایل آشپزخانه:

- دیگ های زودپز استاندارد را خریداری کنید. زیرا دیگهای غیر استاندارد بسیار خطرناک اند و چنان چه

ایمنی در محیط

کارگاه

نتوانند بخار را از خود خارج کنند، مثل بمب منفجر خواهند شد. در دیگ را در جای خود محکم کنید و دقت کنید سوپاپ آن کاملاً تمیز و سالم باشد. پس از پخت و پز بلافاصله در دیگ را باز نکنید. صبر کنید تا دیگ سرد شود و پیستون هواکش به طور خودکار پایین بیاید.

- وسایلی مثل آسیاب ، چرخ گوشت ، آب میوه گیری - چه برقی و چه دستی- را باید در محلی مناسب و با سطح اتکای کافی قرار داد تا از سقوط آنها جلوگیری شود.

- هیچ وقت از انگشتان برای فروبردن مواد در وسایل برقی (مانند گوشت در چرخ گوشت) استفاده نکنید.

- چنانچه وسیله ای که به کار می برید برقی است، بعد از استفاده - سیم آن را از برق بیرون بیاورید.

- قابلمه، کتری و سایر ظروف و وسایل را - چه حاوی مواد جوشان باشند و چه نباشند باید روی کابینت بلند و در انتهای چسبیده به دیوار بگذارید تا از سقوط آنها جلوگیری شود.

- هنگام حمل قابلمه و سایر وسایل داغ از روی اجاق گاز حتماً از دستگیره های پارچه ای مناسب استفاده کنید.

- هنگام چیدن وسایل در طبقه ها و قفسه ها، وسایل و قوطیهای سنگین را در طبقات پایین و نزدیک زمین بگذارید.

- دقت کنید هنگام آشپزی از پیش بند و لباسهایی استفاده کنید که از جنس نایلون و... که به راحتی آتش می گیرند، نباشد.

- نحوه نگه داری مواد ضدعفونی و تمیزکننده ها:

- کلیه داروها را در محل مطمئنی نگه داری کرده به ویژه مراقب داروهای شبیه به شکلات باشید زیرا خطرهای خاص خود را دارند.

- مواد ضدعفونی کننده و بازکننده های مجاری فاضلاب و مایعات تمیزکننده را باید از دسترس کودکان دور نگه داشت.

- موارد ایمنی در رابطه با چاقو:

- ایمنی چاقوی تیز بیش از چاقوی کند است.

- برای هر کاری از چاقوی مناسب استفاده کنید.

- در موقع حمل چاقو آن را موازی با ران پا و تیغه بطرف پشت قرار دهید.

- دسته چاقو باید همیشه تمیز و خشک باشد.

- همیشه برای برش مواد غذایی از تخته کار مناسب استفاده کنید.

- در موقع بریدن همواره برش را بطرف دور از خود انجام دهید.

مهارت:

- به کارگیری نکات ایمنی به هنگام کاربرد آشپزخانه (حمل قابلمه و سایر وسایل داغ، روشن کردن اجاق گاز و...)

- تمیز کردن وسایل آشپزخانه با مواد شوینده مناسب

- به کارگیری نکات ایمنی به هنگام استفاده از وسایل آشپزخانه

- توجه به نگه داری از مواد ضدعفونی کننده و تمیز کننده ها در محل ایمن
- به کار گیری نکات ایمنی در استفاده از چاقو
- جایدهی وسایل و ابزار تیز در محل های مناسب و ایمن
- کنترل وسایل چیده شده در آشپزخانه از حیث رعایت نکات ایمنی

دانش:

- مفهوم کمک های اولیه
مجموعه اقدامات و مراقبت هایی است که هنگام وقوع حادثه صورت می گیرد. هدف اصلی از این اقدامات نجات جان مصدوم، پیشگیری و جلوگیری از پیشرفت ضایعات، صدمات و عوارض بعدی و یا کمک به بهبود حال مصدوم پیش از ارجاع به پزشک و پیش از انتقال به مراکز درمانی است. این اقدامات می توانند شامل اقدامات جسمی و روحی باشند.

- اقلام جعبه کمک های اولیه و اصول استفاده از آن
- جعبه کمک های اولیه باید با کلیه لوازم مورد نیاز (چسب، چسب زخم، قیچی، پنس، گاز استریل بسته بندی شده، یک ماده ضدعفونی کننده) در محل مناسب نصب گردد.
- به منظور استفاده از وسایل کمک های اولیه لازم است یک نفر طریقه استفاده از وسایل این جعبه را آموزش ببینند.

تلفن های اضطراری جهت تماس به هنگام وقوع حادثه

• اورژانس ۱۱۵

• آتش نشانی ۱۲۵

• هلال احمر ۱۱۲

• پلیس ۱۱۰

- نحوه پانسمان کردن یک زخم ساده:

- زخم را با توجه به عامل آسیب از نظر وجود جسم فرورفته بررسی کنید.
- بهتر است با استفاده از یک گاز استریل یا پارچه ی تمیز، با انگشتان یا کف دست خود، روی زخم، فشار دهید. هنگام پوشیدن دستکش از فرد مصدوم بخواهید این کار را انجام دهد.
- اگر جسم خارجی وجود دارد، اطراف جسم را فشار دهید.
- اگر اندام مصدوم خونریزی دارد، با حمایت از اندام، آن را بلند کنید و بالاتر از سطح قلب قرار دهید.
- با گاز استریل روی زخم را بپوشانید.
- اگر خون از میان پانسمان بیرون زده است، پانسمان دیگری روی آن قرار دهید.
- فشار دادن را ادامه دهید، مطمئن شوید که فشار درست و کافی روی زخم اعمال می شود.
- در خونریزی شدید، با اورژانس تماس بگیرید.

- نحوه پانسمان محل سوختگی های خفیف:

- تا زمانی که فرد احساس راحتی کند محل سوختگی را با مقدار زیاد جریان آب، در حدود ۲۰ درجه سانتی گراد خنک کنید. در صورت امکان دستکش یک بار مصرف بپوشید.
- قبل از شروع تورم، هر مانع محدود کننده مانند حلقه، دستبند، کمربند را در آورید.
- برای پیشگیری از عفونت، محل سوختگی را با یک پانسمان استریل، پارچه تمیز، کیسه پلاستیکی نرم یا سلفون آشپزخانه بپوشانید. کمک کنید تا بیمار دراز بکشد.
- پیوسته به بیمار آرامش خاطر دهید.
- برای سوختگی های شدید به سرعت پیگیر مشاوره و اقدامات پزشکی باشید.

کمک های اولیه

<p>- در صورت نیاز با اورژانس تماس بگیرید یا به بیمار توصیه کنید تا خودش نزد پزشک برود.</p> <p>- علائم حیاتی مصدوم مانند هوشیاری، تنفس و نبض را پیوسته تا رسیدن اورژانس بررسی کنید.</p> <p style="text-align: right;">مهم</p> <p>- در سوختگی های خفیف پس از خنک کردن می توانید از کرم، اسپری یا پماد استفاده کنید.</p> <p>- در محل سوخته از چسب زخم استفاده نکنید.</p> <p>- محل سوخته را لمس نکنید.</p> <p>- محل را بیش از اندازه سرد نکنید، این کار ممکن است باعث کاهش دمای بدن شود.</p> <p>- لباس چسبیده به محل سوختگی را جدا نکنید.</p>	
<p style="text-align: right;">مهارت:</p> <p>- استفاده از وسایل جعبه کمک های اولیه</p> <p>- تلفن کردن به مراکز اضطراری مانند: اورژانس، آتشنشانی، هلال احمر، پلیس در صورت نیاز</p> <p>- پانسمان کردن یک زخم ساده</p> <p>- پانسمان کردن سوختگی های خفیف</p>	
<p>- رعایت بهداشت و نظافت فردی و کارگاهی</p> <p>- رعایت بهداشت فیزیکی بدن ضمن کار (اصول ارگونومی)</p> <p>- استفاده از ماسک، کلاه و لباس کار مناسب</p> <p>- رعایت نکات ایمنی هنگام تمیز کردن ویا کار با وسایل برنده (چاقو ، رنده و)</p> <p>- اجتناب از انداختن کبریت نیمه سوخته بر روی زمین</p> <p>- رعایت نکات ایمنی ضمن کار با اجاق گاز و مواد داغ</p> <p>- رعایت نکات ایمنی به هنگام کنترل پریز و سیم های برق</p> <p>- قراردادن وسایل در جای خود پس از اتمام کار</p>	<p>نکات ایمنی حین کار</p>
<p>- علاقه مندی به کار</p> <p>- دقت، توجه و سرعت هنگام کار</p> <p>- صرفه جویی در مواد مصرفی</p>	<p>نگرش</p>
<p>- تفکیک زباله تر از خشک</p>	<p>توجهات زیست محیطی</p>
<p style="text-align: right;">ابزار و تجهیزات:</p> <p>- جعبه کمک های اولیه، ناخن گیر، شانه، مسواک، خمیر دندان</p> <p style="text-align: right;">مواد مصرفی:</p> <p>- امکانات و تجهیزات ایمنی فردی (ماسک، کلاه، دستکش و...)، امکانات و تجهیزات بهداشتی متناسب با فرد و شرایط محیطی و کاری (مایع دستشویی، مواد ضد عفونی کننده، جارو و ..)، جعبه کمک های اولیه</p>	<p>تجهیزات ، ابزار و مواد مصرفی</p>
<p>- خواندن و نوشتن اعداد و کلمات</p>	<p>دانش پایه (غیر فنی)</p>

فهرست و ارسی از شایستگی مهارت: بهداشت و ایمنی محیط کار

نام و نام خانوادگی دانش آموز:

رشته:

پایه:

تاریخ آزمون نوبت دوم:

اجزای پودمان	آیتم های ارزیابی	به طور مستقل و صحیح انجام می دهد.	با راهنمایی کلامی مربی به طور صحیح انجام می دهد.	به طور صحیح انجام نمی دهد.
بهداشت فردی				
بهداشت محیط کار				
ایمنی کار				
کمک های اولیه				
نمره عملی دانش آموز:				
نام و نام خانوادگی هنرآموز:				
تاریخ و امضاء:				

شایستگی مهارت: تهیه چند نوع دسر

شرح شایستگی مهارت: این پودمان توانایی پخت چند نوع دسر ساده (ژله ساده، دو نوع مربا و شله زرد) را با رعایت اصول ایمنی و بهداشتی و زیر نظر مربی فراهم می کند.

معیار عملکرد			
عناصر شایستگی	تهیه ژله ساده	<ul style="list-style-type: none"> - وسایل لازم برای آماده کردن ژله انتخاب می شود. - مواد اولیه به میزان مناسب اندازه گیری و آماده می شود. - مواد مطابق دستورالعمل مخلوط می شود. - افزودنی های مورد علاقه در زمان مناسب اضافه می شود. - مواد در ظرف های مناسب ریخته و در یخچال گذاشته می شود. - آماده بودن ژله قبل از مصرف کنترل می شود. 	
	ژله دو رنگ	<ul style="list-style-type: none"> - وسایل لازم برای آماده کردن ژله انتخاب می شود. - مواد اولیه به میزان مناسب اندازه گیری و آماده می شود. - مواد مطابق دستورالعمل مخلوط می شود. - افزودنی های مورد علاقه در زمان مناسب اضافه می شود. - مواد در ظرف های مناسب ریخته و در یخچال گذاشته می شود. - پس از بستن ژله، محلول ژله دوم (با رنگ و طعم دیگر) روی آن ریخته می شود. - آماده بودن ژله قبل از مصرف کنترل می شود. 	
	شیر برنج	<ul style="list-style-type: none"> - وسایل لازم برای آماده کردن شیربرنج انتخاب می شود. - مواد اولیه به میزان مناسب طبق دستورالعمل آماده می شود. - اجاق گاز روشن و حرارت آن تنظیم می شود. - برنج چند ساعت قبل از پخت خیسانده می شود. - افزودنی های مورد نیاز در زمان مناسب اضافه می شود. - مناسب بودن پخت مواد کنترل می شود. - شیربرنج در ظرف مناسب ریخته و پس از سرد شدن تزیین می شود. 	
	فرنی	<ul style="list-style-type: none"> - وسایل لازم برای آماده کردن فرنی انتخاب می شود. - مواد اولیه به میزان مناسب طبق دستورالعمل آماده و با هم مخلوط می شود. - اجاق گاز را روشن و حرارت آن تنظیم می شود. - پخت مواد مطابق دستورالعمل انجام می شود. - افزودنی های مورد نیاز در زمان مناسب اضافه می شود. - مناسب بودن پخت مواد کنترل می شود. - فرنی در ظرف مناسب ریخته و پس از سرد شدن تزیین می شود. 	
	پخت شله زرد	<ul style="list-style-type: none"> - وسایل لازم برای پخت شله زرد انتخاب می شود. - مواد اولیه به میزان مناسب اندازه گیری و آماده می شود. - برنج چند ساعت قبل از پخت خیسانده می شود. - اجاق گاز روشن و حرارت آن تنظیم می شود. - برنج با میزان مناسب آب طبق دستورالعمل پخته می شود. 	

	<p>- افزودنی های مورد نیاز در زمان مناسب اضافه می شود.</p> <p>- رنگ و شیرینی شله زرد کنترل می شود.</p> <p>- مناسب بودن پخت شله زرد کنترل می شود.</p> <p>- شله زرد در ظرف مناسب ریخته و پس از سرد شدن تزیین می شود.</p>
--	--

راههای آزمون	<p>ارزشیابی این شایستگی بر مبنای ۲۰ نمره می باشد. (ارزشیابی عملی ۱۴ نمره، کتبی ۳ نمره و ارزشیابی از رفتارهای شغلی ۳ نمره)</p> <p>نحوه محاسبه نمره پایانی آن به قرار ذیل می باشد.</p> <p><u>نمره پایانی = نمره آزمون نوبت دوم + نمره تکوینی دانش آموز</u></p> <p style="text-align: center;">۲</p> <p>نمره تکوینی دانش آموز شامل موارد زیر است:</p> <p><u>میانگین نمرات آزمون های مستمر نوبت اول + نمره آزمون نوبت اول + میانگین نمرات آزمون های مستمر نوبت دوم</u></p> <p style="text-align: center;">۳</p>
	<p style="text-align: center;">مفاهیم شناختی</p> <p style="text-align: center;">پیش نیاز</p> <p>خواندن و نوشتن، جهت یابی، شمارش، اندازه گیری</p>
	<p style="text-align: center;">بودمان های هم</p> <p style="text-align: center;">نیاز و پیش نیاز</p> <p>هم نیاز وابسته به شغل (اخلاق حرفه ای)</p>
	<p style="text-align: center;">رفتارهای شغلی</p> <p>آراستگی ظاهری: لباس کار تمیز پوشیده می شود.</p> <p>نظم و ترتیب: پس از پایان کار وسایل در جای خود قرار داده می شود.</p> <p>مسئولیت پذیری: کار محوله را به درستی انجام می دهد.</p> <p>مهارت های ارتباطی: واژه های مربوط به کار خود را به درستی بیان می کند. گزارش کار خود را به مربی می دهد. با دیگران مؤدبانه صحبت می کند.</p> <p>رعایت بهداشت فردی: قبل و پس از پایان کار دست و صورت خود را می شوید.</p> <p>وقت شناسی: به موقع در کارگاه حضور پیدا می کند. کار خود را در زمان تعیین شده انجام می دهد.</p>
	<p style="text-align: center;">امکانات (فضای فیزیکی)</p> <p>حداقل ۲/۵ تا ۳ متر مربع برای هر دانش آموز، دیوارها حداقل ۲/۵ تا ۳ متر کاشی شده به طور کامل، کف موزاییک یا سنگ قابل شست و شو بدون لغزندگی و دارای شیب مناسب برای کف شویی و دارای چاه فاضلاب، دارای پنجره و دستگاه تهویه، توری برای جلوگیری از ورود حشرات، کپسول آتش نشانی، جعبه کمک های اولیه، کابینت های درب دار به صورت طولی و چسبیده به دیوار در دو بخش زمینی و هوایی.</p>

<p>لباس کار و دستکش، میزکار، میز و صندلی، اجاق گاز، یخچال، قابلمه، کاسه، بستنی خوری، شیشه، قاشق، چنگال، چاقو، تخته، لگن و سبد، سطل زباله و بازیافت و...</p>	<p>ابزار و تجهیزات</p>
<p>مواد اولیه تهیه زله ساده، شله زرد و مربا</p>	<p>مواد مصرفی</p>
<p>فیلم آموزشی مرتبط</p>	<p>نرم افزار</p>
<p>برای تدریس این شایستگی یک هنرآموز با مدرک فوق دیپلم و بالاتر با رشته تحصیلی مدیریت خانواده و یا رشته های تحصیلی مرتبط با آموزش کودکان استثنایی مشروط به داشتن گواهی نامه مهارتی از سازمان فنی و حرفه ای مرتبط با آموزش هنر در زندگی در خانه و مهارت های سالم زیستن مورد نیاز است.</p>	<p>نیروی انسانی</p>

اجزای شایستگی	عناصر شایستگی
<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - وسایل مورد نیاز برای تهیه ژله (لیوان، قاشق، ظرف مورد نظر برای ژله) - میزان مواد اولیه ی مورد نیاز - نحوه تهیه ژله - پودر ژله را در یک لیوان آب جوش کاملاً حل کرده و سپس آب سرد را به آن اضافه کنید. پس از سرد شدن ژله، آن را چند ساعت در طبقه بالای یخچال قرار دهید تا کاملاً خود را بگیرد. 	<p>ژله ساده</p>
<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب ابزار مناسب برای تهیه ژله - آماده سازی مواد اولیه به میزان مناسب - مخلوط کردن مواد - اضافه کردن افزودنی های مناسب و قرار دادن آن در یخچال - شستن، خشک کردن و جای دهی ظروف 	
<p>دانش: - ابزار و وسایل لازم جهت تهیه ژله دورنگ (قالب ژله، کاسه، قاشق، کتری)</p> <ul style="list-style-type: none"> - میزان مواد مورد نیاز و نسبت افزودنی های آن متناسب با تعداد افراد برای تهیه ژله دورنگ: دو بسته ژله با رنگ ها و مزه های متفاوت ، آب گرم ۲ لیوان ، آب سرد ۲ لیوان - نحوه آماده کردن ژله چند رنگ: - بسته پودر ژله آماده را باز کرده و پودر را داخل کاسه مقاوم به حرارت بریزید. - برای یک بسته ژله ۱۰۰ گرمی معمولاً یک لیوان آب گرم ریخته و با قاشق مخلوط نمایید. - گاز را روشن نمایید. - کتری را تا نیمه آب کرده و روی حرارت قرار دهید. - آب که جوش آمد کاسه ژله را روی کتری گذاشته و به صورت غیرمستقیم حرارت دهید (اصطلاحاً بنماری نامیده می شود). - کاسه را به مدت ۵-۱۰ دقیقه روی حرارت غیرمستقیم قرار دهید. - بعد از گذشت زمان مناسب و حل شدن تمام مواد پودری داخل آب گرم آن را از روی حرارت بردارید. - بعد از کمی سرد شدن به آن یک لیوان آب سرد اضافه نمایید و دوباره مخلوط کنید. - قالب فلزی مناسبی را انتخاب نمایید (یا ظرف پذیرایی تو گود مناسب). - مواد ژله را داخل قالب ریخته و در یخچال بگذارید. - بعد از گذشت یک ساعت ژله را چک کرده در صورت بسته بودن آن در حدی که اثر انگشت روی آن بماند ژله بسته دوم را که آماده کرده اید بر روی ژله ریخته و داخل یخچال قرار دهید. - در صورت دلخواه می توان این کار را برای چندین لایه انجام داد تا تعداد لایه های آن بیشتر شود. - بعد از ۲-۳ ساعت و بسته شدن کامل ژله اطراف ظرف را کمی با دست جدا نمایید. - ظرف مناسب برای پذیرایی ژله را کمی با آب ولرم شسته و خیس روی قالب بگذارید. - قالب را برگردانید و زیر شیر آب گرم قرار دهید و آهسته تمام اطراف آن را بشویید. - ظرف را با قالب آهسته به طرف بالا و پایین حرکت داده بعد از شنیدن صدای جداسدن ژله از قالب آهسته ظرف و قالب را کج کرده تا آب اضافی آن خارج شود. 	<p>ژله دورنگ</p>

<p>- قالب را از روی ظرف پذیرایی برداشته و در صورت نیاز با دستمال کاغذی اطراف ظرف را تمیز نمایید. ژله آماده پذیرایی است در صورت انتخاب ظرف پذیرایی تو گود، ژله را داخل آن ریخته در یخچال قرار دهید. بعد از بسته شدن دیگر نیاز به برگرداندن ژله به ظرف دیگر نیست و با همان ظرف سرو می شود.</p>	
<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - پوشیدن لباس کار مناسب و روپوش - انتخاب مناسب ظرف و وسایل مورد نیاز برای تهیه ژله - آماده کردن مواد اولیه متناسب با تعداد نفرات - حل کردن پودر ژله مطابق دستورالعمل - انجام تمام مراحل تهیه ژله به صورت لایه به لایه - جدا کردن ژله از قالب و برگرداندن آن در ظرف پذیرایی 	
<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل لازم جهت تهیه شیربرنج (لگن، قاشق، قابلمه و...) - میزان مواد مورد نیاز برای تهیه شیربرنج برنج ۲۰ گرم، شیر ۱،۵ لیتر، آب ۲ پیمانه، گلاب ۱/۲ پیمانه (شکر و مربا یا شیره خرما و انگور برای پذیرایی)، نمک مقداری - نحوه آماده کردن شیربرنج : - برج را پاک کرده و با آب ولرم شسته و با کمی نمک از شب قبل خیس نمایید. - قابلمه مناسب با حجم شیربرنج انتخاب نمایید. - گاز را روشن نمایید قابلمه را روی حرارت بگذارید. - آب برنجی که از شب قبل خیس کرده اید را دور بریزید و سپس برنج خیس خورده را داخل قابلمه بریزید. - آب مورد نیاز برای پخت شیر برنج را داخل قابلمه بریزید و بگذارید برنج بپزد و آب آن کشیده شود - شیر را به قابلمه اضافه و خوب مخلوط نمایید. - زمانی که کمی شیر غلیظ شد گلاب را اضافه نمایید بعد از چند جوش شیربرنج آماده است. - شیربرنج را در ظرفی مناسب ریخته و برای پذیرایی در کنار آن شکر و مربا و یا شیره خرما یا شیره انگور قرار دهید. 	<p>شیربرنج</p>
<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - آماده کردن وسایل لازم برای تهیه فرنی - آماده کردن مواد اولیه به میزان مناسب طبق دستورالعمل - پاک کردن و شستن برنج طبق دستورالعمل - روشن کردن اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی - پخت مواد شیربرنج و اضافه کردن افزودنی های مورد نیاز مطابق دستورالعمل - کنترل مناسب بودن پخت مواد - ریختن شیربرنج در ظرفی مناسب و تزیین آن پس از سرد شدن - شستن، خشک کردن و جای دهی ظروف در جای مناسب 	
<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل لازم جهت تهیه فرنی (قابلمه، قاشق چوبی، کاسه و...) - میزان مواد مورد نیاز برای تهیه فرنی 	<p>فرنی</p>

<p>شیر ۴ پیمانه، آرد برنج ۱/۲ پیمانه، شکر ۱ پیمانه، گلاب ۱/۴ پیمانه، دارچین یا خلال بادام و پسته برای تزئین</p> <p>- نحوه آماده کردن فرنی:</p> <p>- آرد برنج و شکر را در کاسه متوسط ریخته و به آن شیر را آهسته آهسته اضافه نمایید تا یک دست شود.</p> <p>- حال مواد مخلوط شده را از صافی رد نمایید تا یکدست شود.</p> <p>- مواد صاف شده را در قابلمه مناسبی بریزید.</p> <p>- اجاق گاز را روشن نمایید و قابلمه را روی حرارت قرار دهید و مرتباً مواد را هم بزنید. کمی که غلیظ شد گلاب را اضافه نمایید.</p> <p>- فرنی که غلیظ شد از روی حرارت بردارید، در صورت دلخواه می توانید به آن پودر کاکائو و زعفران دم شده اضافه نمایید که با طعم های متفاوت آن را تجربه کنید.</p> <p>- فرنی ها را در ظرف مناسبی ریخته و روی آن را با دارچین و خلال بادام تزئین نمایید.</p>	
<p>مهارت:</p> <p>- آماده کردن وسایل لازم برای تهیه فرنی</p> <p>- آماده کردن مواد اولیه به میزان مناسب طبق دستورالعمل</p> <p>- مخلوط کردن مواد (آرد برنج، شکر، شیر) با یکدیگر و رد کردن از صافی برای یکدست شدن آن</p> <p>- روشن کردن اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی</p> <p>- پخت مواد و اضافه کردن افزودنی های مورد نیاز</p> <p>- کنترل غلظت فرنی</p> <p>- ایجاد طعم های مختلف فرنی با افزودنی های مورد نیاز</p> <p>- ریختن فرنی ها در ظروفی مناسب بعد از سرد شدن و تزئین آنها</p> <p>- شستن، خشک کردن و جای دهی ظروف در جای مناسب</p>	
<p>دانش:</p> <p>- ابزار و وسایل مورد نیاز برای تهیه شله زرد</p> <p>قابلمه، ملاقه، کفگیر سوراخ دار، قاشق، چاقو، سینی، ظرف گود</p> <p>- میزان مواد اولیه لازم برای تهیه شله زرد</p> <p>برنج: ۴۰۰ گرم، شکر: ۱۲۰۰ تا ۱۰۰۰ گرم، آب: ۱۳ لیوان، گلاب: ۲ لیوان، زعفران: ۱ قاشق مربا خوری، روغن یا کره: ۲۰۰ گرم، خلال بادام: ۲۰۰ گرم، خلال پسته و دارچین برای تزئین</p> <p>- نحوه ی روشن کردن اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی و تنظیم درجه حرارت (درجه حرارت متوسط)</p> <p>- نحوه پخت شله زرد</p> <p>- ابتدا برنج را تمیز کرده خوب بشویید و آن را ۲۴ ساعت با آب گرم خیس کنید.</p> <p>- زمان شستن برنج را با دو کف دست خوب له کنید. هر چه برنج له و خرد شود شله زرد بهتر در می آید و آن را با آب ذکر شده مخلوط کرده روی حرارت بگذارید و مرتباً هم بزنید که گلوله نشود.</p> <p>- زمانی که آب جوش آمد شعله را ملایم کرده، گاهی هم بزنید تا برنج کاملاً پخته شود.</p> <p>- خلال بادام را که قبلاً خیس کرده اید اضافه کنید و وقتی از پخته شدن برنج و غلیظ شدن مایه اطمینان پیدا کردید، شکر و روغن را اضافه کرده و پس از چند جوش گلاب را نیز اضافه کنید. پختن را ادامه دهید تا مایه شله زرد غلیظ و پخته شود.</p> <p>- بعد زعفران را که قبلاً در کمی آب جوش حل کرده اید به شله زرد اضافه کنید تا زرد و خوشرنگ شود.</p> <p>همین که جوش خورد شعله را خاموش کنید و در ظرف مناسب بکشید.</p> <p>- نحوه ی تزئین شله زرد آماده شده</p>	<p>پخت شله زرد</p>

<p>- شله زرد را می توان پس از خنک شدن با دارچین، خلال پسته و بادام به صورت دلخواه تزیین کرد.</p>	
<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب وسایل لازم برای آماده کردن شله زرد - آماده سازی مواد اولیه مورد نیاز - خیساندن برنج چند ساعت قبل از پخت - روشن کردن اجاق و تنظیم درجه حرارت آن - پختن برنج با میزان مناسب آب - رعایت مدت زمان پخت و درجه حرارت لازم - اضافه کردن افزودنی های مورد نیاز در زمان مناسب - تزیین شله زرد - شستن، خشک کردن و جای دهی ظروف 	
<ul style="list-style-type: none"> - رعایت بهداشت و نظافت فردی و کارگاهی - رعایت بهداشت فیزیکی بدن ضمن کار (اصول ارگونومی) - رعایت نکات ایمنی و بهداشتی ضمن کار - رعایت نکات ایمنی هنگام تمیز کردن ویا کار با وسایل برنده - قراردادن وسایل در جای خود پس از اتمام کار 	<p>نکات ایمنی حین کار</p>
<ul style="list-style-type: none"> - علاقه مندی به کار - دقت، توجه و سرعت هنگام کار - صرفه جویی در مواد مصرفی 	<p>نگرش</p>
<ul style="list-style-type: none"> - ریختن پسماند تر و خشک در سطل بازیافت - عدم استفاده از وسایل برقی در زمان اوج مصرف 	<p>توجهات زیست محیطی</p>
<p>ابزار و تجهیزات:</p> <p>لباس کار و دستکش، میزکار، میز و صندلی، اجاق گاز، یخچال، قابلمه، کاسه، بستنی خوری، شیشه، قاشق، چنگال، چاقو، تخته، لگن و سبد، سطل زباله و بازیافت و...</p> <p>مواد مصرفی:</p> <p>مواد اولیه تهیه (ژله ساده، مربا و شله زرد)</p>	<p>تجهیزات، ابزار و مواد مصرفی</p>
<ul style="list-style-type: none"> - خواندن و نوشتن اعداد و کلمات 	<p>دانش پایه (غیر فنی)</p>

فهرست واریسی از شایستگی مهارت: تهیه چند نوع دسر ساده

نام و نام خانوادگی دانش آموز:

تاریخ آزمون نوبت دوم:

پایه:

رشته:

اجزای پودمان	آیتم های ارزیابی	به طور مستقل و صحیح انجام می دهد.	با راهنمایی کلامی مربی به طور صحیح انجام می دهد.	به طور صحیح انجام نمی دهد.
ژله ساده	ابزار مناسب برای تهیه ژله را انتخاب می کند.			
	مواد اولیه را آماده می کند.			
	پودر ژله را در مقدار معینی آب جوش ریخته و به خوبی هم میزند.			
	مقدار مناسبی آب سرد را به محلول تهیه شده اضافه می کند.			
	افزودنی های مورد علاقه را در زمان مناسب به ژله اضافه می کند.			
	محلول آماده شده را در ظرف های مناسب ریخته و آن را در یخچال قرار می دهد.			
	نکات بهداشتی و ایمنی را رعایت می کند.			
ژله دورنگ	با دستور مربی، وسایل و ابزار مناسب برای تهیه ژله دورنگ را انتخاب می کند.			
	مواد اولیه و افزودنی های لازم را با توجه به نسبت های آن و متناسب با تعداد افراد، انتخاب و اندازه گیری می کند.			
	مواد ژله اول را بر اساس دستورالعمل مخلوط می کند.			
	افزودنی های مورد علاقه را در زمان مناسب، به محلول اضافه می کند.			
	محلول تهیه شده را در ظرف های مناسب ریخته و در یخچال می گذارد.			
	زمان لازم برای بستن ژله را کنترل می کند.			
	مواد ژله دوم را بر اساس دستورالعمل مخلوط می کند.			
	محلول ژله دوم را بر روی ژله اول می ریزد.			
	ظرف ژله را دوباره در یخچال می گذارد.			
	زمان لازم برای بستن ژله را کنترل می کند.			
شیر برنج	ژله آماده را در ظرف مناسب سرو می کند.			
	نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.			
	بر اساس دستور مربی وسایل تهیه پخت شیر برنج را انتخاب می کند.			
	مواد مورد نیاز را بر اساس دستورالعمل مربی و تعداد افراد آماده می کند.			
	برنج را پاک کرده و می شوید.			
	با رعایت نکات ایمنی اجاق گاز را روشن می کند و حرارت آن را تنظیم می کند.			
	قابلمه مناسبی را انتخاب می کند و بر روی اجاق گاز قرار می دهد.			
	برنج را مطابق دستورالعمل آماده می کند.			
شیر و گلاب را در زمان مناسب اضافه می کند.				
شیر برنج را در ظرف مناسبی ریخته و با شکر و مربا تزیین می کند.				

			بر اساس دستور مربی وسایل تهیه پخت فرنی را انتخاب می کند.	فرنی
			مواد مورد نیاز را بر اساس دستورالعمل مربی و تعداد افراد آماده می کند.	
			با رعایت نکات ایمنی اجاق گاز را روشن می کند و حرارت آن را تنظیم می کند.	
			آرد برنج و شکر را در کاسه متوسط ریخته و به آن شیر را آرام آرام اضافه می کند.	
			مواد را از صافی رد می کند.	
			با رعایت نکات ایمنی اجاق گاز را روشن می کند و حرارت آن را تنظیم می کند.	
			قابلمه مواد را روی گاز می گذارد و مرتباً هم می زند.	
			بعد از غلیظ شدن مواد گلاب را به آن اضافه می کند.	
			فرنی غلیظ شده را از روی حرارت بر می دارد.	
			فرنی را در ظرف مناسبی ریخته و با دارچین و خلال بادام تزیین می کند.	
			وسایل لازم برای تهیه شله زرد را انتخاب می کند.	پخت شله زرد
			مواد اولیه مورد نیاز را آماده می کند.	
			برنج را چند ساعت قبل از پخت خیس می کند.	
			اجاق گاز را روشن می کند و درجه حرارت آن را تنظیم می کند.	
			برنج را با میزان مناسب آب در مدت زمان لازم می پزد تا له شود.	
			شکر و روغن را به برنج اضافه می کند تا ریز بجوشد.	
			پس از چند جوش، گلاب و زعفران و خلال بادام را به برنج اضافه کرده و اجازه می دهد دم بکشد.	
			شله زرد را تزیین می کند.	
			نکات بهداشتی و ایمنی را رعایت می کند.	
نمره عملی دانش آموز:				
نام و نام خانوادگی هنر آموز:				
تاریخ و امضاء:				

شایستگی مهارت: تهیه استاک (مرغ، گوشت، سبزیجات)

شرح شایستگی مهارت: این پودمان توانایی تهیه استاک (مرغ، گوشت، سبزیجات) را با استفاده از گوشت و سبزی آماده با رعایت موارد ایمنی و بهداشتی زیر نظر مربی فراهم می کند.

معیار عملکرد		
عناصر شایستگی	تهیه استاک مرغ	<ul style="list-style-type: none"> - ابزار و تجهیزات لازم برای تهیه استاک مرغ مطابق دستور مربی انتخاب می شود. - مواد مورد نیاز براساس دستور مربی آماده می شود. - مرغ مطابق با دستورالعمل تمیز می شود. - اجاق گاز روشن می شود. - مراحل تهیه استاک مرغ مطابق دستورالعمل انجام می شود. - مدت زمان لازم برای پخت مرغ رعایت می شود. - آب مرغ مطابق با دستورالعمل در ظروف مورد نظر بسته بندی می شود.
	تهیه استاک گوشت	<ul style="list-style-type: none"> - ابزار و تجهیزات لازم برای تهیه استاک گوشت مطابق دستور مربی انتخاب می شود. - مواد مورد نیاز براساس دستور مربی آماده می شود. - زایده های قلم و دنده مطابق با دستورالعمل تمیز می شود. - اجاق گاز روشن می شود. - مراحل تهیه استاک گوشت مطابق دستورالعمل انجام می شود. - مدت زمان لازم برای پخت گوشت رعایت می شود. - مواد مطابق با دستورالعمل در ظروف مورد نظر بسته بندی می شود.
	تهیه استاک سبزیجات	<ul style="list-style-type: none"> - ابزار و تجهیزات لازم برای تهیه استاک سبزیجات مطابق دستور مربی انتخاب می شود. - مواد مورد نیاز براساس دستور مربی آماده می شود. - سبزی ها مطابق با دستورالعمل تمیز و شسته می شود. - اجاق گاز روشن می شود. - مراحل تهیه استاک سبزیجات مطابق دستورالعمل انجام می شود. - مدت زمان لازم برای پخت سبزیجات رعایت می شود. - آب سبزیجات به میزان مناسب بسته بندی و برچسب زده می شود.
	تمیز کاری وسایل، تجهیزات سطوح	<ul style="list-style-type: none"> - ظروف و وسایل استفاده شده، شسته، خشک و جای دهی می شود. - تمیزکاری اجاق گاز و سطوح از ضایعات و آلودگیها مطابق با دستورالعمل انجام می شود.
	راهمای آزمون	<p>ارزشیابی این شایستگی بر مبنای ۲۰ نمره می باشد. (ارزشیابی عملی ۱۴ نمره، ارزشیابی کتبی ۳ نمره و ارزشیابی از رفتارهای شغلی ۳ نمره)</p> <p>نحوه محاسبه نمره پایانی آن به قرار ذیل است:</p> <p>نمره پایانی = نمره آزمون نوبت دوم + نمره تکوینی دانش آموز*</p> <p style="text-align: center;">۲</p> <p>* نمره تکوینی دانش آموز شامل موارد ذیل است:</p> <p>میانگین نمرات آزمون های مستمر نوبت اول + نمره آزمون نوبت اول + میانگین نمرات آزمون های مستمر نوبت دوم</p> <p style="text-align: center;">۳</p>
مفاهیم شناختی پیش نیاز		زمان، شناخت سبزیجات، شناخت انواع گوشت (قرمز، سفید)، خواندن و نوشتن

<p>بهداشت و ایمنی در آشپزخانه</p>	<p>بودمان‌های هم‌نیاز و پیش‌نیاز</p>
<p>آراستگی ظاهری: لباس کار تمیز پوشیده می‌شود. نظم و ترتیب: پس از پایان کار وسایل در جای خود قرار داده می‌شود. مسئولیت‌پذیری: کار محوله را به درستی انجام می‌دهد. مهارت‌های ارتباطی: واژه‌های مربوط به کار خود را به درستی بیان می‌کند. گزارش کار خود را به مربی می‌دهد. با دیگران مودبانه صحبت می‌کند. رعایت بهداشت فردی: قبل و پس از پایان کار دست و صورت خود را می‌شوید. وقت‌شناسی: به موقع در کارگاه حضور پیدا می‌کند. کار خود را در زمان تعیین شده انجام می‌دهد.</p>	<p>رفتارهای شغلی</p>
<p>یک فضای کاری در حدود ۳۰ متر مربع</p>	<p>امکانات (فضای فیزیکی)</p>
<p>ترازوی آشپزخانه، پیمانه‌ها و قاشق‌های اندازه‌گیری، چاقوی آشپزخانه، تخته، کاسه، قابلمه، ملاقه، ظروف درب‌دار، قاشق، چنگال، کارد، سینی، صافی، شعله‌پخش‌کن، اجاق‌گاز، فندک اتمی، کپسول آتش‌نشانی، یخچال و فریزر، میزکار آشپزخانه، کابینت آشپزخانه همراه با هود، آب‌چکان و سینک</p>	<p>تجهیزات و ابزار</p>
<p>مواد اولیه تهیه استاک‌ها (قلم‌گوساله، بال و کتف مرغ، سیر، کرفس، پیاز و...)</p>	<p>مواد مصرفی</p>
<p>فیلم آموزشی مرتبط</p>	<p>نرم‌افزار</p>
<p>فوق دیپلم و بالاتر در رشته تحصیلی مرتبط و یا فوق دیپلم و بالاتر در رشته کودکان استثنایی با داشتن مدرک مهارتی مرتبط از سازمان‌های متولی آموزش حرفه‌ای</p>	<p>نیروی انسانی</p>

اجزای شایستگی	عناصر شایستگی
<p>دانش :</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل لازم جهت تهیه استاک مرغ (سبد، سینی، چاقو، تخته کار، قابلمه و...) - مواد مورد نیاز برای تهیه استاک مرغ - پیاز، هویج، کرفس، برگ بو، آب، نمک، فلفل، اسکلت مرغ (گردن، استخوان پشت و کتف و...)، جعفری، آویشن - نحوه روشن کردن اجاق گاز برقی یا گازی - فواید و موارد مصرف استاک ها (در سوپ ها ، آش ها و خورش ها) - نحوه تهیه استاک مرغ: - سبزیجات را پس از پاک کردن، شستن و خشک کردن آن ها بر روی تخته کار با چاقو خرد کنید. - قابلمه مناسبی را انتخاب کرده و سپس تمام سبزیجات (پیاز، هویج، کرفس) و استخوان ها را داخل آن بریزید و تا حدی آب درون قابلمه بریزید که روی مواد را بپوشاند. - گاز را روشن کرده قابلمه را روی حرارت قرار دهید. بعد از به جوش آمدن آب کف های روی آب در حال جوش را با قاشق گرفته و در داخل کاسه کوچکی ریخته و آن را دور بریزید. - سپس جعفری، آویشن، نمک و فلفل و برگ بو را ریخته و بگذارید به مدت ۳-۴ ساعت استاک با حرارت ملایم بجوشد تا تمام عصاره آن خارج شود. (در قابلمه باز باشد) - باید دقت داشته باشید که در تمام این مدت روی مواد از آب پوشیده شده باشد. - بعد از گذشت زمان، شعله را خاموش کنید و اجازه دهید مواد در دمای محیط خنک شد. - استخوان ها و قلم ها را از قابلمه با ملایمت جدا کنید. - تمام آب استاک و سبزیجات آن را از صافی رد کرده و در کاسه مناسبی بریزید. - کاسه را به مدت ۴-۵ ساعت داخل یخچال قرار دهید تا در صورت نیاز چربی ها را از روی آن بردارید و دور بریزید. - استاک بسته شده را به اندازه مناسب در کیسه فریزر ریخته و نام و تاریخ تهیه آن را بر روی بسته درج نمایید. 	<p>تهیه استاک مرغ</p>
<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - آماده کردن ابزار و وسایل لازم جهت تهیه استاک مرغ - آماده کردن مواد مورد نیاز - پاک کردن، شستن، خشک کردن مواد و خرد کردن آن ها روی تخته کار - قراردادن قابلمه روی اجاق گاز و ریختن مواد مطابق دستورالعمل - ریختن آب درون قابلمه به اندازه لازم - روشن کردن اجاق گاز - گرفتن کف روی مواد به کمک ملایمت - رعایت نکات ایمنی و بهداشتی در حین کار - اضافه کردن سایر افزودنی ها و ملایمت کردن حرارت اجاق گاز - صاف کردن مواد و گذاشتن آن در یخچال و گرفتن چربی های جمع شده بر روی مواد - بسته بندی مواد و درج نام و تاریخ تهیه آن 	

<p>- شستن، خشک کردن و جای دهی ظروف در جای مناسب</p>	
<p>دانش :</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل لازم جهت تهیه استاک گوشت (سبد، سینی، چاقو، تخته کار، قابلمه و...) - مواد مورد نیاز برای تهیه استاک گوشت - پیاز، هویج، کرفس، برگ بو، آب، نمک، فلفل، استخوان ران، گردن ویا قلم گاو یا گوسفند، جعفری، آویشن - نحوه روشن کردن اجاق گاز برقی یا گازی - فواید و موارد مصرف استاک ها (در سوپ ها، آش ها و خورش ها) - نحوه تهیه استاک گوشت: - جعفری، کرفس، هویج، پیاز را تمیز بشویید. - بعد از شستن در آب کش ریخته، بعد از خشک شدن روی تخته کار با چاقو آنها را خرد کنید. - فر را روشن کرده و در دمای ۲۵۰ درجه سانتی گراد تنظیم کنید. - سپس استخوان ها و قلم را شسته و در سینی مخصوص فر به مدت ۳۰ دقیقه قرار دهید. - نکته: تا کمی استخوان ها و قلم ها حرارت دیده و رنگ آن تغییر کند. - بعد از گذشت زمان ۳۰ دقیقه قابلمه بزرگی را برداشته و تمام سبزیجات (کرفس، هویج، پیاز) را داخل آن ریخته در نهایت استخوان ها و قلم را در قابلمه قرار دهید و روی آن آب بریزید تا روی مواد را بپوشانند. - سپس گاز را روشن کرده قابلمه را روی حرارت قرار دهید بعد از به جوش آمدن آب کف های روی آب در حال جوش را با فاشق گرفته و در داخل کاسه کوچکی ریخته و آن را دور بریزید. - سپس جعفری، آویشن، نمک، فلفل و برگ بو را ریخته و بگذارید به مدت ۴-۶ ساعت استاک با حرارت ملایم بجوشد تا تمام عصاره آن خارج شود. - باید دقت داشته باشید که در تمام این مدت روی استخوان ها و سبزیجات از آب پوشیده شده باشد. - بعد از گذشت زمان حرارت را خاموش کنید و اجازه دهید در دمای محیط خنک شد. - استخوان ها و قلم ها را از قابلمه با ملاقه جدا کنید. - تمام آب استاک و سبزیجات آن را از صافی رد کرده و در کاسه مناسبی بریزید. - کاسه را به مدت ۴-۵ ساعت داخل یخچال قرار دهید تا در صورت نیاز چربی ها را از روی آن بردارید و دور بریزید. - استاک بسته شده را به اندازه مناسب در کیسه فریزر ریخته و نام و تاریخ تهیه آن را بر روی بسته درج نمائید. 	<p>تهیه استاک گوشت</p>
<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - آماده کردن ابزار و وسایل لازم جهت تهیه استاک مرغ - آماده کردن مواد مورد نیاز - پاک کردن، شستن، خشک کردن مواد و خرد کردن آن ها روی تخته کار - روشن کردن فر - گذاشتن استخوان ها و قلم درون سینی فر و قرار دادن آن در فر به مدت ۳۰ دقیقه - قرار دادن قابلمه روی اجاق گاز و ریختن مواد مطابق دستورالعمل 	

<ul style="list-style-type: none"> - ریختن آب درون قابلمه به اندازه لازم - روشن کردن اجاق گاز - گرفتن کف روی مواد به کمک ملاقه - رعایت نکات ایمنی و بهداشتی در حین کار - اضافه کردن سایر افزودنی ها و ملایم کردن حرارت اجاق گاز - صاف کردن مواد و گذاشتن آن در یخچال و گرفتن چربی های جمع شده بر روی مواد - بسته بندی مواد و درج نام و تاریخ تهیه آن - شستن، خشک کردن و جای دهی ظروف در جای مناسب 	
<p style="text-align: right;">دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل لازم جهت تهیه استاک سبزیجات (سبذ، سینی، چاقو، تخته کار، قابلمه و...) - مواد مورد نیاز برای تهیه استاک سبزیجات - سیر، تره فرنگی، پیاز خرد شده، هویج، کرفس، جعفری، آویشن، نمک و فلفل، برگ بو، آب نحوه روشن کردن اجاق گاز برقی یا گازی - نحوه تهیه استاک سبزیجات: - پاک کردن و شستن مواد (جعفری، کرفس، هویج و ...) - بعد از شستن در آب کش ریخته، تا خشک شوند. سپس روی تخته کار با چاقو آنها را خرد کنید. - قابلمه مناسبی را انتخاب کرده و تمام سبزیجات و صیفی جات را داخل آن ریخته و به مقداری آب بریزید که روی مواد را بپوشاند. - سپس گاز را روشن کرده قابلمه را روی حرارت قرار دهید (۲-۳ ساعت) - در این مدت کف روی آب جوش را بگیرید تا استاک شفاف شود. - بعد از زمان پخت و سرد شدن آن استاک سبزیجات را از صافی رد کنید. - کاسه را به مدت ۴-۵ ساعت داخل یخچال قرار دهید. - استاک بسته شده را به اندازه مناسب در کیسه فریزر ریخته و نام و تاریخ تهیه آن را بر روی بسته درج نمائید. 	<p>تهیه استاک سبزیجات</p>
<p style="text-align: right;">مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - آماده کردن ابزار و وسایل لازم جهت تهیه استاک سبزیجات - آماده کردن مواد مورد نیاز - پاک کردن، شستن، خشک کردن مواد و خرد کردن آن ها روی تخته کار - قراردادن قابلمه روی اجاق گاز و ریختن مواد مطابق دستورالعمل - ریختن آب درون قابلمه به اندازه لازم - روشن کردن اجاق گاز - گرفتن کف روی مواد به کمک ملاقه - رعایت نکات ایمنی و بهداشتی در حین کار - اضافه کردن سایر افزودنی ها و ملایم کردن حرارت اجاق گاز - صاف کردن مواد و گذاشتن آن در یخچال - بسته بندی مواد و درج نام و تاریخ تهیه آن - شستن، خشک کردن و جای دهی ظروف در جای مناسب 	

<p>- رعایت بهداشت و نظافت فردی و کارگاهی</p> <p>- رعایت بهداشت فیزیکی بدن ضمن کار (اصول ارگونومی)</p> <p>- رعایت نکات ایمنی و بهداشتی ضمن کار</p> <p>- رعایت نکات ایمنی هنگام تمیز کردن و یا کار با وسایل برنده</p> <p>- قراردادن وسایل در جای خود پس از اتمام کار</p>	<p>نکات ایمنی حین کار</p>
<p>- علاقه مندی به کار</p> <p>- دقت، توجه و سرعت هنگام کار</p> <p>- صرفه جویی در مواد مصرفی</p>	<p>نگرش</p>
<p>- ریختن پسماند تر و خشک در سطل بازیافت</p> <p>- عدم استفاده از وسایل برقی در زمان اوج مصرف</p>	<p>توجهات زیست محیطی</p>
<p>- ابزار و تجهیزات:</p> <p>ترازوی آشپزخانه، پیمانه ها و قاشق های اندازه گیری، چاقوی آشپزخانه، تخته، کاسه، قابلمه، ملاقه، ظروف درب دار، قاشق، چنگال، کارد، سینی، صافی، شعله پخش کن، اجاق گاز، فندک اتمی، کپسول آتش نشانی، یخچال و فریزر، میز کار آشپزخانه، کابینت آشپزخانه همراه با هود، آب چکان و سینک</p> <p>- مواد مصرفی:</p> <p>مواد اولیه تهیه استاک (مرغ، گوشت و سبزیجات) مواد شوینده و ضد عفونی کننده</p>	<p>تجهیزات، ابزار و مواد مصرفی</p>
<p>- خواندن و نوشتن اعداد و کلمات</p>	<p>دانش پایه (غیر فنی)</p>

فهرست واریسی از شایستگی مهارت: تهیه استاک مرغ، گوشت، سبزیجات

نام و نام خانوادگی دانش آموز:

تاریخ آزمون نوبت دوم:			پایه:	رشته:
به طور صحیح انجام نمی دهد.	با راهنمایی کلامی مربی به طور صحیح انجام می دهد.	به طور مستقل و صحیح انجام می دهد.	آیتم های ارزیابی	اجزای پودمان
			ابزار و تجهیزات لازم برای تهیه استاک مرغ را انتخاب می کند.	تهیه استاک مرغ
			مواد مورد نیاز برای تهیه استاک مرغ را آماده می کند.	
			مرغ را مطابق با دستورالعمل پاک می کند.	
			اجاق گاز را روشن و حرارت آن را تنظیم می کند.	
			استاک مرغ را مطابق دستورالعمل می پزد.	
			زمان لازم برای پخت مرغ را کنترل می کند.	
			مواد را مطابق دستورالعمل صاف می کند.	
			بعد از سرد شدن مواد، چربی روی آن را بر می دارد.	
			مواد را در ظروف مناسب بسته بندی می کند.	
			تاریخ تهیه آن را روی بسته ها درج می کند.	
			ابزار و تجهیزات لازم برای تهیه استاک گوشت را انتخاب می کند.	تهیه استاک گوشت
			مواد مورد نیاز برای تهیه استاک گوشت را آماده می کند.	
			گوشت را مطابق با دستورالعمل پاک می کند.	
			اجاق گاز را روشن و حرارت آن را تنظیم می کند.	
			استاک گوشت را مطابق دستورالعمل می پزد.	
			زمان لازم برای پخت گوشت را کنترل می کند.	
			مواد را مطابق دستورالعمل صاف می کند.	
			بعد از سرد شدن مواد، چربی روی آن را بر می دارد.	
			مواد را در ظروف مناسب بسته بندی می کند.	
			تاریخ تهیه آن را روی بسته ها درج می کند.	
			ابزار و تجهیزات لازم برای تهیه استاک سبزیجات را انتخاب می کند.	تهیه استاک سبزیجات
			مواد مورد نیاز برای تهیه استاک سبزیجات را آماده می کند.	
			سبزیجات را مطابق با دستورالعمل پاک می کند.	
			اجاق گاز را روشن و حرارت آن را تنظیم می کند.	
			استاک سبزیجات را مطابق دستورالعمل می پزد.	
			زمان لازم برای پخت سبزیجات را کنترل می کند.	
			مواد را مطابق دستورالعمل صاف می کند.	
			بعد از سرد شدن مواد آن ها را در ظروف مناسب بسته بندی می کند.	
			تاریخ تهیه آن را روی بسته ها درج می کند.	
نمره عملی دانش آموز:				
نام و نام خانوادگی هنر آموز:				
تاریخ و امضاء:				

شایستگی مهارت: تهیه چند نوع چاشنی داغ و سس

شرح شایستگی مهارت: این پودمان توانایی تهیه چاشنی های داغ و سس را با استفاده از مواد اولیه ای که مربی در اختیار دانش آموز قرار می دهد با رعایت موارد ایمنی و بهداشتی زیر نظر مربی فراهم می کند.

معیار عملکرد

معیار عملکرد		عناصر شایستگی
<ul style="list-style-type: none"> - وسایل کار مطابق دستور مربی انتخاب می شود. - مواد مورد نیاز طبق دستور مربی آماده می شود. - پیاز طبق دستور مربی پوست گرفته، شسته و خرد می شود. - سیرها طبق دستور مربی پوست گرفته، شسته و خرد می شود. 	<p>آماده کردن مواد برای تهیه پیاز داغ و سیر داغ</p>	
<ul style="list-style-type: none"> - ظرف مناسبی برای تهیه پیاز داغ انتخاب می شود. - اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی روشن می شود. - تمامی مراحل تهیه پیازداغ مطابق دستورالعمل انجام می شود. - حرارت اجاق گاز کنترل می شود. - با طلایی شدن پیازها، مواد از داخل ظرف بیرون آورده می شود. - پیازداغ پس از سرد شدن در ظرف مناسبی ریخته می شود. - نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار رعایت می شود. 	<p>تهیه پیاز داغ</p>	
<ul style="list-style-type: none"> - ظرف مناسبی برای تهیه آب جوش انتخاب می شود. - اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی روشن می شود. - تمامی مراحل تهیه پیازداغ بلانچ شده مطابق دستورالعمل انجام می شود. - حرارت اجاق گاز کنترل می شود. - با طلایی شدن پیازها، مواد از داخل ظرف بیرون آورده می شود. - پیازداغ پس از سرد شدن در ظرف مناسبی ریخته می شود. - نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار رعایت می شود. 	<p>تهیه پیاز داغ بلانچ شده</p>	
<ul style="list-style-type: none"> - ظرف مناسبی برای تهیه سیر داغ انتخاب می شود. - اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی روشن می شود. - تمامی مراحل تهیه سیرداغ مطابق دستورالعمل تهیه می شود. - حرارت اجاق گاز کنترل می شود. - با طلایی شدن سیرها، مواد از داخل ظرف بیرون آورده می شود. - سیرداغ پس از سرد شدن در ظرف مناسبی ریخته می شود. - نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار رعایت می شود. 	<p>تهیه سیر داغ</p>	
<ul style="list-style-type: none"> - ظرف مناسبی برای تهیه نعنای داغ انتخاب می شود. - اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی روشن می شود. - تمامی مراحل تهیه نعنای داغ مطابق دستورالعمل تهیه می شود. - حرارت اجاق گاز کنترل می شود. - پس از داغ شدن نعنای، مواد از داخل ظرف بیرون آورده می شود. - مواد در ظرف مناسبی ریخته می شود. - نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار رعایت می شود. 	<p>نعنای داغ</p>	
<ul style="list-style-type: none"> - وسایل کار مطابق دستور مربی آماده می شود. - مواد مورد نیاز طبق دستور مربی آماده می شود. - زرشک طبق دستور مربی پاک، شسته و در سبد ریخته می شود. - زرشک ها پس از خشک شدن بسته بندی می شود. 	<p>آماده کردن مواد برای تهیه زرشک داغ</p>	

<p>- ظرف مناسب برای تهیه زرشک داغ انتخاب می شود. - اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی روشن می شود. - تمامی مراحل تهیه زرشک داغ مطابق دستورالعمل تهیه می شود. - پس از آماده شدن زرشک، مواد از داخل ظرف بیرون آورده می شود. - نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار رعایت می شود.</p>	<p>تهیه زرشک داغ</p>	
<p>- وسایل کار مطابق دستور مربی انتخاب می شود. - مواد مورد نیاز طبق دستور مربی آماده می شود. - گوجه فرنگی ها مطابق دستور العمل مربی شسته، پوست گرفته و خرد می شود. - سیر مطابق دستورالعمل آماده می شود. - ظرف مناسب برای تهیه سس انتخاب می شود. - اجاق گاز روشن و حرارت آن تنظیم می شود. - تمامی مراحل پخت مواد مطابق دستورالعمل انجام می شود. - پس از غلیظ شدن سس مواد از روی حرارت برداشته می شود. - سس پس از سرد شدن در ظرف مناسبی ریخته می شود. - نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار رعایت می شود.</p>	<p>تهیه سس کچاپ (گوجه فرنگی)</p>	
<p>- وسایل کار مطابق دستور مربی انتخاب می شود. - مواد مورد نیاز طبق دستور مربی آماده می شود. - اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی روشن می شود. - ظرف مناسب برای تهیه سس انتخاب می شود. - تمامی مراحل تهیه سس بشامل مطابق دستورالعمل انجام می شود. - حرارت اجاق گاز کنترل می شود. - پس از غلیظ شدن سس مواد از روی حرارت برداشته می شود. - سس پس از سرد شدن در ظرف مناسبی ریخته می شود. - نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار رعایت می شود.</p>	<p>تهیه سس بشامل (سس سفید)</p>	
<p>- ابزار و ظروف شسته، خشک و جای دهی می شود. - تمیزکاری اجاق گاز و سطوح از ضایعات و آلودگیها مطابق با دستورالعمل انجام می شود.</p>	<p>تمیز کاری ابزار، ظروف، تجهیزات و سطوح</p>	
<p>ارزشیابی این شایستگی بر مبنای ۲۰ نمره می باشد. (ارزشیابی عملی ۱۴ نمره، ارزشیابی کتبی ۳ نمره و ارزشیابی از رفتارهای شغلی ۳ نمره) نحوه محاسبه نمره پایانی آن به قرار ذیل است: نمره پایانی = نمره آزمون نوبت دوم + نمره تکوینی دانش آموز* ۲ * نمره تکوینی دانش آموز شامل موارد ذیل است: میانگین نمرات آزمون های مستمر نوبت اول + نمره آزمون نوبت اول + میانگین نمرات آزمون های مستمر نوبت دوم ۳</p>		
<p>خواندن و نوشتن، اندازه گیری، خلال کردن، حرارت دادن و...</p>	<p>مفاهیم شناختی پیش نیاز</p>	<p>راههای آزمون</p>
<p>بهداشت و ایمنی در آشپزخانه</p>	<p>پودمان های هم نیاز و پیش نیاز</p>	

<p>آراستگی ظاهری : لباس کار تمیز پوشیده می شود. نظم و ترتیب : پس از پایان کار وسایل در جای خود قرار داده می شود. مسئولیت پذیری : کار محوله را به درستی انجام می دهد. مهارت های ارتباطی: واژه های مربوط به کار خود را به درستی بیان می کند. گزارش کار خود را به مربی می دهد. با دیگران مودبانه صحبت می کند. رعایت بهداشت فردی: ، قبل و پس از پایان کار دست و صورت خود را می شوید. وقت شناسی: به موقع در کارگاه حضور پیدا می کند. کار خود را در زمان تعیین شده انجام می دهد.</p>	<p>رفتارهای شغلی</p>
<p>یک فضای کاری در حدود ۳۰ متر مربع</p>	<p>امکانات(فضای فیزیکی)</p>
<p>ترازوی آشپزخانه، تخته کار، چاقوی آشپزخانه، کاسه، سس خوری، قاشق، چنگال، کارد، سینی، تابه، شیرجوش، شعله پخش کن، اجاق گاز، فندک اتمی، کپسول آتش نشانی، یخچال و فریزر، میز کار آشپزخانه، کابینت آشپزخانه همراه با هود، آب چکان و سینک، دستگاه مخلوط کن</p>	<p>تجهیزات و ابزار</p>
<p>مواد اولیه چاشنی ها (پیازداغ، نعناع داغ، سیرداغ، زرشک داغ)، روغن، مواد اولیه سس ها (کچاپ، بشامل) مواد شوینده و ضد عفونی کننده و...</p>	<p>مواد مصرفی</p>
<p>فیلم آموزشی مرتبط</p>	<p>نرم افزار</p>
<p>فوق دیپلم و بالاتر در رشته تحصیلی مرتبط و یا فوق دیپلم و بالاتر در رشته کودکان استثنایی با داشتن مدرک مهارتی مرتبط از سازمان های متولی آموزش حرفه ای</p>	<p>نیروی انسانی</p>

برنامه درسی شایستگی مهارت: تهیه چند نوع چاشنی داغ و سس

اجزای شایستگی	عناصر شایستگی
<p style="text-align: right;">دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل لازم جهت تهیه پیاز داغ و سیر داغ (چاقو، آبکش، تابه، سبد فلزی، تخته کار، قاشق و...) - میزان مواد مورد نیاز (پیاز، سیر، روغن مایع، نمک) - نحوه آماده کردن پیاز و سیر: - پیاز و سیر را پوست بگیرید. - پیاز و سیر را شسته و داخل آبکش قرار دهید تا آب اضافی آن خارج شود. - پیاز و سیر را با چاقو روی تخته کار خوب ریز خرد نمایید. - پیازها و سیرها را روی دستمال تمیز پهن کرده و درجایی که رفت و آمد نباشد ترجیحا روبه روی کولر یا پنکه قرار دهید تا آب اضافی آن ها کشیده و آماده سرخ شدن شود. <p style="text-align: right;">نکته: برای داشتن یک سیرداغ خوب بعد از خرد کردن سیر کمی نمک به آن بزنید تا حدی که سیرها کمی از هم جدا شود.</p>	<p>آماده کردن مواد برای تهیه پیازداغ و سیرداغ</p>
<p style="text-align: right;">مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب مناسب ظرف و وسایل مورد نیاز برای تهیه پیاز داغ و سیر داغ - پاک کردن و شستن پیاز و سیر - خرد کردن پیاز و سیر روی تخته کار با اندازه های مناسب - پهن کردن مواد روی دستمال تمیز و قرار دادن آن در یک جای مناسب برای خشک شدن آن ها - شستن، خشک کردن و جای دهی ظروف در جای مناسب 	
<p style="text-align: right;">دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - نحوه آماده کردن پیازداغ: - تابه مناسبی را انتخاب نمایید. - اجاق گاز را روشن نمایید. تابه را روی حرارت قرار دهید و داخل آن روغن سرخ کردنی بریزید. - روغن که کاملا داغ شد پیازهای آماده شده را داخل تابه بریزید. - در مراحل اول آن را با حرارت بالا سرخ نمایید و هم بزنید تا کمی که طلایی شود. - حرارت را متوسط نمایید و خوب هم بزنید تا یک دست سرخ شود. - حرارت را خاموش کرده و پیازها را داخل سبد فلزی که زیر آن یک کاسه قرار دارد بریزید و با یک کفگیر روی آنها را فشار دهید تا روغن اضافی آن خارج شود. - هم چنین می توانید برای خارج کردن روغن اضافی پیاز داغ آن را روی کاغذ روغنی مخصوص قنادی و آشپزی و یا دستمال کاغذی حوله آشپزخانه ریخته تا کاملا تمام روغن اضافی آن گرفته شود. - پیاز داغ ها را در کیسه فریزر و یا ظرف درب دار بسته بندی کرده و نام ، تاریخ سرخ شدن را روی ظرف یا کیسه درج نمایید. 	<p>تهیه پیاز داغ</p>
<p style="text-align: right;">مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب مناسب ظرف و وسایل مورد نیاز برای تهیه پیاز داغ - روشن کردن اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی - ریختن روغن در تابه به میزان مناسب و قراردادن بر روی اجاق گاز - ریختن پیازها درون تابه بعد از داغ شدن روغن - کنترل حرارت اجاق گاز تا طلایی شدن پیازها - رعایت نکات ایمنی در حین کار - گرفتن روغن اضافی پیازها مطابق دستورالعمل 	

<p>- ریختن پیاز داغ ها در ظرفی مناسب و درج نام و تاریخ سرخ شدن - شستن، خشک کردن و جای دهی ظروف در جای مناسب</p>	
<p>دانش : - نحوه آماده کردن پیازداغ بلانچ شده: - اجاق گاز را روشن کرده وقابلمه مناسبی را انتخاب نمایید و روی حرارت قرار دهید. - مقداری آب داخل آن ریخته و بگذارید بجوشد. زمانی که آب جوشید پیازها را به مدت ۱-۲ دقیقه داخل آب جوش بریزد. - بلافاصله بعد از گذشت این زمان اجاق گاز را خاموش کنید و پیازها را داخل صافی ریخته و در ظرف مناسب دیگری آب سرد ریخته و پیازها را بلافاصله در آب سرد ریخته تا کاملا خنک شود. - بعد از آن که آب آن رفت و خنک شد تابه مناسبی را برای سرخ کردن انتخاب نمایید. - اجاق گاز را روشن نمایید تابه را روی حرارت قرار دهید و داخل آن روغن سرخ کردنی بریزید. - روغن که کاملا داغ شد پیازهای آماده شده را داخل تابه بریزید. - در مراحل اول آن را با حرارت بالا سرخ نمایید و هم نزنید تا کمی طلایی شود. - حرارت را متوسط نمایید و خوب هم بزنید تا یک دست سرخ شود. - حرارت را خاموش کرده و پیازها را داخل سبد فلزی که زیر آن یک کاسه قرار دارد بریزید و با یک کفگیر روی آنها را فشار دهید تا روغن اضافی آن خارج شود. - هم چنین می توانید برای خارج کردن روغن اضافی پیاز داغ آن را روی کاغذ روغنی مخصوص قنادی و آشپزی و یا دستمال کاغذی حوله آشپزخانه ریخته تا کاملا تمام روغن اضافی آن گرفته شود - پیاز داغ ها را در کیسه فریزر و یا ظرف درب دار بسته بندی کرده و نام ، تاریخ سرخ شدن را روی ظرف یا کیسه درج نمایید.</p>	<p>تهیه پیاز داغ بلانچ شده</p>
<p>مهارت: - انتخاب مناسب ظرف و وسایل مورد نیاز برای تهیه پیاز داغ - روشن کردن اجاق گاز - ریختن آب درون قابلمه و قرار دادن روی اجاق گاز - ریختن پیازها داخل قابلمه بعد از جوش آمدن آب - درآوردن پیازها بعد از زمان لازم از آب جوش و ریختن آن ها در آب سرد - ریختن روغن در تابه به میزان مناسب و قراردادن بر روی اجاق گاز - ریختن پیازها درون تابه بعد از داغ شدن روغن - کنترل حرارت اجاق گاز تا طلایی شدن پیازها - رعایت نکات ایمنی در حین کار - گرفتن روغن اضافی پیازها مطابق دستورالعمل - ریختن پیاز داغ ها در ظرفی مناسب و درج نام و تاریخ سرخ شدن - شستن، خشک کردن و جای دهی ظروف در جای مناسب</p>	
<p>دانش: - نحوه آماده کردن سیرداغ: - تابه مناسبی را انتخاب نمایید. - اجاق گاز را روشن نمایید. تابه را روی حرارت قرار دهید و داخل آن روغن سرخ کردنی بریزید. - روغن که کاملا داغ شد سیرهای آماده شده را داخل تابه بریزید. - در مراحل اول آن را با حرارت بالا سرخ نمایید و هم نزنید تا کمی که طلایی شود. - حرارت را متوسط نمایید و خوب هم بزنید تا یک دست سرخ شود. - حرارت را خاموش کرده و سیرها را داخل سبد فلزی که زیر آن یک کاسه قرار دارد بریزید و با یک کفگیر روی آنها</p>	<p>تهیه سیر داغ</p>

<p>را فشار دهید تا روغن اضافی آن خارج شود.</p> <p>- هم چنین می توانید برای خارج کردن روغن اضافی سیرداغ آن را روی کاغذ روغنی مخصوص قنادی و آشپزی و یا دستمال کاغذی حوله آشپزخانه ریخته تا کاملا تمام روغن اضافی آن گرفته شود.</p> <p>- سیرداغ ها را در کیسه فریزر و یا ظرف درب دار بسته بندی کرده و نام ، تاریخ سرخ شدن را روی ظرف یا کیسه درج نمایید.</p>	
<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب مناسب ظرف و وسایل مورد نیاز برای تهیه سیرداغ - روشن کردن اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی - ریختن روغن در تابه به میزان مناسب و قراردادن بر روی اجاق گاز - ریختن سیرها درون تابه بعد از داغ شدن روغن - کنترل حرارت اجاق گاز تا طلایی شدن سیرها - رعایت نکات ایمنی در حین کار - گرفتن روغن اضافی سیرها مطابق دستورالعمل - ریختن سیرداغ ها در ظرفی مناسب و درج نام و تاریخ سرخ شدن - شستن، خشک کردن و جای دهی ظروف در جای مناسب 	
<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل لازم جهت تهیه نعنای داغ (لگن، آبکش، سینی، قاشق و...) - میزان مواد مورد نیاز برای تهیه نعنای داغ - نعنای خشک شده ، روغن سرخ کردنی - نحوه آماده کردن نعنای داغ: - تابه مناسبی را انتخاب کنید. - اجاق گاز را روشن نمایید. تابه را روی حرارت قرار دهید و روغن بریزید تا روغن کاملا داغ شود. - نعنای خشک را ریخته بعد از ۱-۲ دقیقه حرارت را خاموش نمایید. - نعنای آماده شده را می توانید مصرف نمایید یا بسته بندی نمایید و روی آن نام و تاریخ درج نمایید. 	<p>نعناع داغ</p>
<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب مناسب ظرف و وسایل مورد نیاز برای تهیه نعنای داغ - آماده کردن مواد مورد نیاز برای تهیه نعنای داغ - روشن کردن اجاق گاز - ریختن روغن در ظرف به میزان لازم و قرار دادن بر روی اجاق گاز - ریختن نعنای داخل ظرف بعد از داغ شدن روغن - تنظیم حرارت اجاق گاز و برداشتن مواد از روی حرارت بعد از زمان لازم - ریختن نعنای در ظرفی مناسب و درج نام و تاریخ آماده شدن آن در صورت نیاز - شستن، خشک کردن و جای دهی ظروف در جای مناسب 	
<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل لازم جهت تهیه زرشک داغ (سینی، سبد و...) - میزان مواد مورد نیاز جهت تهیه زرشک داغ - نحوه آماده سازی زرشک: - زرشک ها را درون سینی کوچکی ریخته و آن را پاک نمایید تا سنگ و یا مواد زائد نداشته باشد. - زرشک ها را داخل سبد ریخته چند بار آب بگیرید و بگذارید آب اضافی آن برود. - روی دستمال کاغذی حوله آشپزخانه ریخته تا کاملا خشک شود. - زرشک های خشک شده را بسته بندی نمایید. 	<p>آماده کردن مواد برای تهیه زرشک داغ</p>

<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب وسایل و ابزار جهت آماده کردن زرشک - پاک کردن زرشک و جدا کردن ناخالصی ها از آن - ریختن زرشک ها در سبد و شستن آن ها - ریختن زرشک روی دستمال تمیز - بسته بندی زرشک پس از خشک شدن کامل آن ها - شستن، خشک کردن و جای دهی ظروف در جای مناسب 	
<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل لازم جهت تهیه زرشک داغ (تابه/ قابلمه، قاشق و...) - مواد مورد نیاز برای تهیه زرشک داغ - زرشک ، روغن ، کمی شکر، آب لیمو ترش، زعفران دم شده - نحوه آماده کردن زرشک داغ: - اجاق گاز برقی یا گازی را روشن کنید. - تابه را روی حرارت گذاشته روغن ریخته تا گرم شود. - زرشک را داخل تابه بریزید و کمی تفت دهید. - شکر ، کمی آب لیموترش و زعفران اضافه نمایید و حرارت را خاموش کنید. 	<p>تهیه زرشک داغ</p>
<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب وسایل و ابزار جهت آماده کردن زرشک داغ - آماده کردن مواد مورد نیاز - روشن کردن اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی - قرار دادن تابه بر روی اجاق گاز و ریختن روغن به میزان مناسب در آن - ریختن زرشک ها در تابه بعد از داغ شدن روغن - اضافه کردن سایر افزودنی ها و خاموش کردن اجاق گاز - ریختن زرشک در ظرفی مناسب - شستن، خشک کردن و جای دهی ظروف در جای مناسب 	
<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل لازم جهت تهیه سس گوجه فرنگی (لگن، آبکش، چاقو، تخته کار، قابلمه و...) - میزان مواد مورد نیاز برای تهیه سس گوجه فرنگی - گوجه فرنگی درشت رسیده ۶-۷ عدد، فلفل دلمه سبز ۱ عدد ، فلفل دلمه قرمز ۲ عدد، شکر ۱/۳ پیمانه ، روغن مایع یا روغن زیتون ۱/۲ پیمانه ، سرکه ۱ پیمانه ، میخک ۲-۳ عدد، سیر ۴ حبه ، پیاز متوسط ۱ عدد ، نمک و فلفل سیاه و قرمز ، دارچین جوز هندی، رب گوجه فرنگی ۱-۲ ق غ - نحوه آماده کردن سس گوجه فرنگی: - گوجه فرنگی ها را شسته و خرد کنید. - فلفل دلمه ای ها را بعد از شسته شدن روی تخته کار بسیار ریز خرد نمایید. - پیاز و سیر را پوست گرفته، شسته و خرد کنید. - قابلمه مناسب را انتخاب نمایید. - اجاق گاز را روشن نمایید و قابلمه را روی حرارت قرار دهید. - گوجه فرنگی ها، فلفل دلمه ای و پیاز را همراه با نمک، میخک، جوز هندی، فلفل و سیر درون قابلمه بریزید. - حرارت اجاق گاز را ملایم کنید و بگذارید تا مواد کاملاً بپزد. - مواد پخته شده را از صافی عبور دهید و دوباره درون قابلمه بریزید. 	<p>تهیه سس کچاپ (گوجه فرنگی)</p>

<p>- آن گاه سرکه، روغن، دارچین و شکر را به مواد اضافه کنید و روی شعله بجوشانید تا غلیظ شود. (۱-) ۲ دقیقه)</p> <p>- سس را پس از خنک شدن در شیشه های تمیز خشک شده بریزید و در یخچال بگذارید. نکته: این سس به دلیل نداشتن مواد افزودنی برای مدت زمان طولانی قابل نگه داری نیست.</p>	
<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب ابزار و وسایل مناسب برای تهیه سس گوجه فرنگی - آماده کردن مواد مورد نیاز برای سس - شستن، پوست کندن و خرد کردن مواد مطابق دستورالعمل - روشن کردن اجاق گاز - قرار دادن قابلمه روی اجاق گاز و ریختن مواد داخل آن ها مطابق دستورالعمل - رد کردن مواد پخته شده از صافی و ریختن دوباره آن در قابلمه - اضافه کردن سایر افزودنی ها به مواد - کنترل مواد تا مرحله غلیظ شدن - ریختن سس در شیشه پس از خنک شدن 	
<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل لازم جهت تهیه سس بشامل (قابلمه لعابی، قاشق چوبی و...) - میزان مواد مورد نیاز برای تهیه سس بشامل - شیر ۲ پیمانه، کره ۵۰ گرم، آرد سفید ۲ ق غ ، نمک و فلفل - نحوه آماده کردن سس بشامل: - اجاق گاز برقی و یا گازی را روشن نمایید. - قابلمه لعابی را روی حرارت ملایم قرار دهید و کره را داخل آن ریخته و بگذارید تا آب شود. - آرد را به تدریج اضافه کرده و بگذارید تا بوی آرد تفت داده شده را احساس نمایید. - شیری را که به دمای محیط رسیده است به مواد اضافه کرده و مرتبا با قاشق چوبی هم بزنید تا صاف و یک دست شود. - نمک و فلفل را هم اضافه نمایید و پس از آن که یکی دو جوش زد از روی شعله بردارید. <p>نکته :</p> <p>لازم است بدانید که سس دارای ۳ غلظت است</p> <ul style="list-style-type: none"> - سس رقیق که برای غلظت سوپ ها و پتازها استفاده می شود. - سس با غلظت متوسط برای تهیه لازانیا و... - سس با غلظت بالا برای تهیه سس های آماده پذیرایی مانند سس قارچ و... 	<p>تهیه سس بشامل(سس سفید)</p>
<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب ابزار و وسایل مناسب برای تهیه سس بشامل - آماده کردن مواد مورد نیاز - روشن کردن اجاق گاز و تنظیم حرارت آن - قراردادن قابلمه بر روی حرارت و ریختن کره در آن - اضافه کردن آرد به مواد به طور تدریجی و هم زدن آن - اضافه کردن سایر افزودنی ها به مواد - رعایت کنترل زمان برای آماده شدن سس - ریختن سس در ظرفی مناسب 	

<p>- شستن، خشک کردن و جای دهی ظروف در جای مناسب</p>	
<p>- رعایت بهداشت و نظافت فردی و کارگاهی - رعایت بهداشت فیزیکی بدن ضمن کار (اصول ارگونومی) - رعایت نکات ایمنی و بهداشتی ضمن کار - رعایت نکات ایمنی هنگام تمیز کردن ویا کار با وسایل برنده - قراردادن وسایل در جای خود پس از اتمام کار</p>	<p>نکات ایمنی حین کار</p>
<p>- علاقه مندی به کار - دقت، توجه و سرعت هنگام کار - صرفه جویی در مواد مصرفی</p>	<p>نگرش</p>
<p>- ریختن پسماند تر و خشک در سطل بازیافت - عدم استفاده از وسایل برقی در زمان اوج مصرف</p>	<p>توجهات زیست محیطی</p>
<p>ابزار و تجهیزات: ترازوی آشپزخانه، تخته کار، چاقوی آشپزخانه، کاسه، سس خوری، قاشق، چنگال، کارد، سینی، تابه، شیرجوش، شعله پخش کن، اجاق گاز، فندک اتمی، کپسول آتش نشانی، یخچال و فریزر، میزکار آشپزخانه، کابینت آشپزخانه همراه با هود، آب چکان و سینک، دستگاه مخلوط کن - مواد مصرفی : مواد اولیه چاشنی ها (پیازداغ، نعناع داغ، سیرداغ، زرشک داغ)، روغن، مواد اولیه سس ها (کچاپ، بشامل) مواد شوینده و ضد عفونی کننده</p>	<p>تجهیزات ، ابزار و مواد مصرفی</p>
<p>- خواندن و نوشتن اعداد و کلمات</p>	<p>دانش پایه (غیر فنی)</p>

فهرست واریسی از شایستگی مهارت: تهیه چند نوع چاشنی داغ و سی

نام و نام خانوادگی دانش آموز:

تاریخ آزمون نوبت دوم:

پایه:

رشته:

اجزای پودمان	آیتم های ارزیابی	به طور مستقل و صحیح انجام می دهد.	با راهنمایی کلامی مربی به طور صحیح انجام می دهد.	به طور صحیح انجام نمی دهد.
آماده کردن مواد برای تهیه پیاز داغ و سیر داغ	بر اساس دستور مربی، ابزار مناسب را انتخاب می کند.			
	ابزار مناسب را بر روی میز کار به طور مناسب می چیند.			
	لباس کار مناسب می پوشد.			
	پیاز و سیر را تمیز کرده، شسته و خرد ریز می کند.			
	با رعایت نکات ایمنی، اجاق گاز را روشن می کند.			
	دمای اجاق گاز را بر اساس دستورالعمل مربی، برای سرخ کردن تنظیم می کند.			
	نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.			
تهیه پیاز داغ	بر اساس دستور مربی، ابزار مناسب را انتخاب می کند.			
	با رعایت نکات ایمنی، اجاق گاز را روشن می کند.			
	دمای اجاق گاز را بر اساس دستورالعمل مربی، برای سرخ کردن تنظیم می کند.			
	پیاز را تمیز کرده، شسته و خرد ریز می کند.			
	پیاز را مطابق دستورالعمل سرخ می کند.			
	نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.			
	روغن اضافی پیاز داغ را مطابق دستورالعمل برمی دارد.			
تهیه پیاز داغ بلانچ شده	پیاز داغ را در ظرفی بسته بندی می کند و نام و تاریخ آن را بر روی بسته درج می کند.			
	بر اساس دستور مربی، ابزار مناسب را انتخاب می کند.			
	با رعایت نکات ایمنی، اجاق گاز را روشن می کند.			
	دمای اجاق گاز را بر اساس دستورالعمل مربی، برای سرخ کردن تنظیم می کند.			
	پیاز را تمیز کرده، شسته و خرد ریز می کند.			
	نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.			
	ظرفی را از آب پر می کند و پیاز را به مدت ۱-۲ دقیقه داخل آب می جوشاند.			
تهیه سیر داغ	پیاز را در ظرفی ریخته تا آب اضافی آن گرفته شود.			
	به مقدار لازم روغن را برای سرخ کردن پیاز در ظرفی می ریزد.			
	پیاز را در دو مرحله سرخ می کند.			
	روغن اضافی پیاز داغ را مطابق دستورالعمل برمی دارد.			
	پیاز داغ را در ظرفی بسته بندی کرده و نام و تاریخ آن را بر روی بسته درج می کند.			
	بر اساس دستور مربی، ابزار مناسب را انتخاب می کند.			
	با رعایت نکات ایمنی، اجاق گاز را روشن می کند.			
دمای اجاق گاز را بر اساس دستورالعمل مربی، برای سرخ کردن تنظیم می کند.				
سیر را تمیز کرده، شسته و خرد ریز می کند.				
سیر را مطابق دستورالعمل سرخ می کند.				
نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.				

			سیر را مطابق دستورالعمل سرخ می کند.
			روغن اضافی سیر داغ را مطابق دستورالعمل برمی دارد.
			سیر داغ را در ظرفی بسته بندی کرده و نام و تاریخ آن را بر روی بسته درج می کند.
نعناع داغ			بر اساس دستور مربی، ابزار مناسب را انتخاب می کند.
			با رعایت نکات ایمنی، اجاق گاز را روشن می کند.
			دمای اجاق گاز را بر اساس دستورالعمل مربی، برای سرخ کردن تنظیم می کند.
			نعناع را بعد از داغ شدن روغن درون ظرف می ریزد.
			بعد از زمان لازم نعناع را از روی اجاق بر می دارد.
			نعناع داغ را در ظرفی بسته بندی کرده و نام و تاریخ آن را بر روی بسته درج می کند.
آماده کردن مواد برای تهیه زرشک داغ			نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.
			بر اساس دستور مربی، ابزار مناسب را انتخاب می کند.
			زرشک را تمیز کرده و می شوید.
			زرشک را مطابق دستورالعمل بر روی دستمال خشک می کند.
تهیه زرشک داغ			زرشک را پس از خشک شدن کامل داخل ظرف مناسبی می ریزد.
			بر اساس دستور مربی، ابزار مناسب را انتخاب می کند.
			با رعایت نکات ایمنی، اجاق گاز را روشن می کند.
			دمای اجاق گاز را بر اساس دستورالعمل مربی، برای سرخ کردن تنظیم می کند.
تهیه سس کچاپ			زرشک را مطابق دستورالعمل سرخ می کند.
			به میزان لازم به زرشک شکر، آب لیموترش و زعفران دم کرده اضافه می کند و از روی حرارت برمی دارد.
			بر اساس دستور مربی، ابزار مناسب را انتخاب می کند.
			گوچه را شسته و خرد می کند.
			مواد مورد نیاز را شسته و خرد می کند.
			قابلمه را روی حرارت گذاشته گوچه و مواد مورد نیاز را به آن اضافه می کند.
تهیه سس بشامل			با رعایت نکات ایمنی، اجاق گاز را روشن می کند.
			دمای اجاق گاز را بر اساس دستورالعمل مربی، تنظیم می کند.
			مواد را از صافی عبور می دهد.
			به مواد سرکه و دارچین و... را اضافه می کند و می گذارد بمدت ۱-۲ دقیقه بجوشد.
			سس را بعد از سرد شدن، در شیشه تمیز می ریزد و در یخچال قرار می دهد.
			بر اساس دستور مربی، ابزار مناسب را انتخاب می کند.
تمیز کاری وسایل، تجهیزات و سطوح			با رعایت نکات ایمنی، اجاق گاز را روشن می کند.
			قابلمه را روی حرارت گذاشته و کره را به آن اضافه می کند.
			بعد از کره آرد را به آن اضافه کرده تفت می دهد تا بوی آرد گرفته شود.
			شیر را به مواد بالا اضافه کرده و مرتباً با قاشق چوبی هم می زند.
نمره عملی دانش آموز:			سس را پس از آماده شدن در ظرف مناسبی می ریزد.
			نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.
			وسایل و ظروف را پس از شستن و خشک کردن در جای خود قرار می دهد.
نام و نام خانوادگی هنر آموز:			لکه و مواد غذایی بر جای مانده بر روی اجاق گاز را شسته و خشک می کند.
			سطوح و کف آشپزخانه را شسته و خشک می کند.
تاریخ و امضاء:			

شایستگی مهارت: تهیه چند نوع ترشی و شور

شرح شایستگی مهارت: این پودمان توانایی تهیه چند نوع ترشی و شور (ترشی لیته، سیرترشی، ترشی مخلوط و شور گل کلم و خیارشور) را با استفاده از مواد اولیه ای که مربی در اختیار دانش آموزان قرار می دهد با رعایت موارد ایمنی و بهداشتی زیر نظر مربی فراهم می کند.

معیار عملکرد

<p>- وسایل طبق دستورالعمل مربی انتخاب می شود.</p> <p>- مواد مورد نیاز به تعداد نفرات براساس دستورالعمل مربی آماده می شود.</p> <p>- اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی روشن و حرارت آن تنظیم می شود.</p> <p>- مراحل تهیه ترشی لیته مطابق دستورالعمل انجام می شود.</p> <p>- مواد در ظرف مناسبی ریخته می شود.</p>	<p>تهیه لیته</p>	<p>عناصر شایستگی</p>
<p>- وسایل طبق دستورالعمل مربی انتخاب می شود.</p> <p>- مواد مورد نیاز به تعداد نفرات براساس دستورالعمل مربی آماده می شود.</p> <p>- مراحل تهیه سیر ترشی مطابق دستورالعمل انجام می شود.</p> <p>- مواد در ظرف مناسبی ریخته می شود.</p>	<p>تهیه سیر ترشی</p>	
<p>- وسایل طبق دستورالعمل مربی انتخاب می شود.</p> <p>- مواد مورد نیاز به تعداد نفرات براساس دستورالعمل مربی آماده می شود.</p> <p>- اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی روشن و حرارت آن تنظیم می شود.</p> <p>- مراحل تهیه ترشی مخلوط مطابق دستورالعمل انجام می شود.</p> <p>- مواد در ظرف مناسبی ریخته می شود.</p>	<p>تهیه ترشی مخلوط</p>	
<p>- وسایل طبق دستورالعمل مربی انتخاب می شود.</p> <p>- مواد مورد نیاز به تعداد نفرات براساس دستورالعمل مربی آماده می شود.</p> <p>- اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی روشن و حرارت آن تنظیم می شود.</p> <p>- مراحل تهیه ترشی شور گل کلم مطابق دستورالعمل انجام می شود.</p> <p>- مواد در ظرف مناسبی ریخته می شود.</p>	<p>تهیه شور گل کلم</p>	
<p>- وسایل طبق دستورالعمل مربی انتخاب می شود.</p> <p>- مواد مورد نیاز به تعداد نفرات براساس دستورالعمل مربی آماده می شود.</p> <p>- اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی روشن و حرارت آن تنظیم می شود.</p> <p>- مراحل تهیه خیارشور مطابق دستورالعمل انجام می شود.</p> <p>- مواد در ظرف مناسبی ریخته می شود.</p>	<p>تهیه خیارشور</p>	
<p>- وسایل کار شسته، خشک و جای دهی می شود.</p> <p>- تمیزکاری اجاق گاز و سطوح از ضایعات و آلودگیها مطابق با دستورالعمل انجام می شود.</p>	<p>تمیز کاری وسایل، تجهیزات سطوح</p>	
<p>ارزشیابی این شایستگی بر مبنای ۲۰ نمره می باشد. (ارزشیابی عملی ۱۴ نمره، ارزشیابی کتبی ۳ نمره و ارزشیابی از رفتارهای شغلی ۳ نمره) نحوه محاسبه نمره پایانی آن به قرار ذیل است:</p> <p>نمره پایانی = نمره آزمون نوبت دوم + نمره تکوینی دانش آموز *</p> <p>۲</p> <p>* نمره تکوینی دانش آموز شامل موارد ذیل است:</p> <p>میانگین نمرات آزمون های مستمر نوبت اول + نمره آزمون نوبت اول + میانگین نمرات آزمون های مستمر نوبت دوم</p> <p>۳</p>		<p>راهنمای آزمون</p>
<p>خواندن و نوشتن، شمارش، محلول، مخلوط، مفهوم زمان، اندازه گیری و...</p>		

<p>پودمان های هم نیاز و پیش نیاز</p>	<p>بهداشت و ایمنی در آشپزخانه</p>
<p>رفتارهای شغلی</p>	<p>آراستگی ظاهری : لباس کار تمیز پوشیده می شود. نظم و ترتیب : پس از پایان کار وسایل در جای خود قرار داده می شود. مسئولیت پذیری : کار محوله را به درستی انجام می دهد. مهارت های ارتباطی: واژه های مربوط به کار خود را به درستی بیان می کند. گزارش کار خود را به مربی می دهد. با دیگران مودبانه صحبت می کند. رعایت بهداشت فردی: ، قبل و پس از پایان کار دست و صورت خود را می شوید. وقت شناسی: به موقع در کارگاه حضور پیدا می کند. کار خود را در زمان تعیین شده انجام می دهد.</p>
<p>امکانات(فضای فیزیکی)</p>	<p>یک فضای کاری در حدود ۳۰ متر مربع</p>
<p>تجهیزات و ابزار</p>	<p>ترازوی آشپزخانه، چاقوی آشپزخانه، کاسه، قاشق، چنگال، کارد، سینی، اجاق گاز، فندک اتمی، کپسول آتش نشانی، یخچال و فریزر، میز کار آشپزخانه، کابینت آشپزخانه همراه با هود، آب چکان و سینک، چرخ گوشت، بانکه</p>
<p>مواد مصرفی</p>	<p>مواد اولیه تهیه (ترشی لیمو، سیرترشی، ترشی مخلوط، شور گل کلم و خیارشور) مواد شوینده و ضد عفونی کننده</p>
<p>نرم افزار</p>	<p>فیلم آموزشی مرتبط</p>
<p>نیروی انسانی</p>	<p>فوق دیپلم و بالاتر در رشته تحصیلی مرتبط و یا فوق دیپلم و بالاتر در رشته کودکان استثنایی با داشتن مدرک مهارتی مرتبط از سازمان های متولی آموزش حرفه ای</p>

اجزای شایستگی	عناصر شایستگی
<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل لازم جهت تهیه ترشی لیته (کاسه بزرگ و قابلمه ، چرخ گوشت یا گوشت کوب برقی جهت پوره کردن و قاشق چوبی ...) - مواد مورد نیاز برای تهیه ترشی لیته بادمجان ۲کیلو ، فلفل سبز ۲۰۰گرم ، سیر، هویج و گل کلم ، سرکه ، نمک و فلفل ، زردچوبه ، نعناع خشک و گلپر - نحوه روشن کردن اجاق گاز برقی یا گازی - نحوه تهیه ترشی لیته: - مواد اولیه (کرفس هویج، بادمجان، سیر، فلفل) را پاک کرده و بشویید. - بادمجان ها را روی تخته کار با چاقو خرد کرده و روی آنها نمک ریخته و چند دقیقه بگذارید. (۵-۱۰ دقیقه) تا استراحت کند (تا تلخی آب آن خارج شود) - بعد از گذشت زمان بادمجان ها را مجددا شسته و در قابلمه مناسب قرار دهید و به آن کمی سرکه و آب اضافه کنید. - اجاق گاز را روشن کرده و قابلمه روی حرارت قرار دهید تا زمانی که کاملاً بادمجان ها پخته شود. - بادمجان های پخته شده را به همراه سیرو فلفل با چرخ گوشت یا گوشت کوب برقی له کرده و در ظرفی پلاستیکی یا شیشه بریزید. - هویج و گل کلم را روی تخته کار با چاقو ریز خرد کرده و سپس به بادمجان ها اضافه کنید. - در نهایت ادویه اضافه کنید (نمک ، فلفل ، زردچوبه ، گلپر، نعناع خشک) - کم کم به مواد سرکه اضافه کنید تا ترشی کاملاً به غلظت دلخواه برسد. - ترشی ها را در ظرف شیشه تمیز و یا ظرف درب دار پلاستیکی مناسب ریخته و در یخچال قرار دهید. - ترشی بعد از یک هفته کاملاً آماده مصرف است. 	<p>تهیه ترشی لیته</p>
<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب وسایل کار مناسب برای ترشی لیته - آماده کردن مواد مورد نیاز برای ترشی لیته - پاک کردن و شستن مواد اولیه (کرفس هویج، گل کلم، بادمجان، سیر، فلفل) - روشن کردن اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی - پخت بادنجانها مطابق دستورالعمل با آب و سرکه - چرخ کردن بادنجانها به همراه سیر و فلفل - اضافه کردن سایر مواد و افزودنی های مورد نیاز - ریختن ترشی ها در ظرفی مناسب و قراردادن آن در یخچال - انتخاب ظروف مناسب برای ترشی لیته - انجام تمام مراحل ترشی لیته و ریختن آن ظرف مناسب - شستن، خشک کردن و جای دهی ظروف در جای مناسب 	
<p>دانش :</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل لازم جهت تهیه سیر ترشی (لگن، آبکش، چاقو، سینی، شیشه دردار متوسط) 	<p>تهیه سیر ترشی</p>

<p>- مواد مورد نیاز برای تهیه سیر ترشی</p> <p>- سیر، سرکه ، نمک و فلفل ، شیره انگور به دلخواه</p> <p>- نحوه تهیه سیر ترشی :</p> <p>- سیرهای خشک و درشت را از ساقه و ریشه اش بگیریید.</p> <p>- آنها را کمی بشویید، داخل آبکش ریخته و بگذارید تا کاملاً خشک شود.</p> <p>- ظرف بزرگ درب داری را که دهانه ظرف گشاد باشد شسته و بگذارید خشک شود.</p> <p>- سیرها را داخل ظرف درب دار ریخته تا کاملاً پر شود.</p> <p>- در صورت دلخواه می توانید مقداری شیره انگور را با سرکه کمی بجوشانید و سپس روی سیرها بریزید ولی در غیر اینصورت سرکه را مستقیماً روی سیرها ریخته و درب آن را ببندید.</p> <p>- سیر ترشی را در جای خشک و خنک نگه دارید. سیرترشی معمولاً یک سال طول می کشد تا آماده شود. سیرترشی هرچه بیشتر بماند کیفیت بهتری خواهد داشت.</p>	
<p>مهارت:</p> <p>- انتخاب وسایل کار مناسب برای تهیه سیرترشی</p> <p>- آماده کردن مواد مورد نیاز برای سیر ترشی</p> <p>- پاک کردن سیر و شستن آنها</p> <p>- ریختن سیر ها داخل ظرفی دار بعد از خشک شدن آنها</p> <p>- اضافه کردن سرکه تا پوشاندن روی سیرها</p> <p>- درج تاریخ تهیه سیر روی شیشه</p> <p>- شستن، خشک کردن و جای دهی ظروف در جای مناسب</p>	
<p>دانش :</p> <p>- ابزار و وسایل لازم جهت تهیه ترشی مخلوط (سینی، سبد، لگن، چاقو، تخته کار و...)</p> <p>- مواد مورد نیاز برای تهیه ترشی مخلوط</p> <p>- بادمجان ، خیار، هویج، گل کلم ، لوبیا سبز ، سیب زمینی، موسیر ، کرفس، سبزی (نعناع -جعفری - گشنیز - ترخان) ، فلفل سبز ، نمک</p> <p>- نحوه روشن کردن اجاق گاز برقی یا گازی</p> <p>- نحوه روشن کردن فر یا آتش ذغال در منقل</p> <p>- نحوه تهیه ترشی مخلوط:</p> <p>- تمامی سبزی ها و صیفی جات را شسته و بگذارید کاملاً روی سبد خشک شود.</p> <p>- بادنجانها را بعد از شستن روی اجاق گاز کبابی کنید. سپس پوست بادنجانها را بگیریید.</p> <p>- مقداری نمک روی بادمجان ها ریخته و آنها را روی تخته کار با چاقو ساطوری کنید. (ریز خرد کردن)</p> <p>- خیار، هویج ، گل کلم ، لوبیاسبز ، سیب زمینی ترشی، کرفس ، فلفل سبز را روی تخته با چاقو خرد کنید و کمی نمک بپاشید و بعد تمام مواد آماده شده را روی دستمال انداخته تا یک روز بماند و کاملاً خشک شود.</p> <p>- حال تمام مواد را باهم مخلوط کرده و در ظرف مناسبی بریزید. سپس سبزیجات خشک را اضافه کنید. آن گاه کم سرکه را اضافه کنید تا حدی که خیلی شل نشود.</p> <p>- در صورت تمایل می توانید موسیر (موسیر را چند روز خیس کرده و چندین بار آب آن را عوض کنید. موسیر را روی صافی ریخته تا آب اضافی آن برود یا روی دستمال پارچه ای بریزید تا آب اضافه آن گرفته و خشک شود سپس روی تخته کار با چاقو ریز خرد کنید) را اضافه کنید.</p>	<p>تهیه ترشی مخلوط</p>

<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب وسایل کار مناسب برای تهیه ترشی مخلوط - آماده کردن مواد مورد نیاز ترشی - پاک کردن و شستن سبزیجات - روشن کردن اجاق گاز برقی یا گازی - آماده کردن بادنجانها مطابق دستورالعمل - آماده کردن سبزیجات مطابق دستورالعمل - مخلوط کردن مواد و اضافه کردن سایر افزودنی ها - انجام تمامی مراحل تهیه ترشی و ریختن مواد در ظرفی مناسب - شستن، خشک کردن و جای دهی ظروف در جای مناسب 	
<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل لازم جهت تهیه شورگل کلم (سینی، سبد، لگن، چاقو، تخته کار، قابلمه و...) - مواد مورد نیاز برای تهیه شورگل کلم - گل کلم، شوید، ترخان، فلفل سبز، نعناع، پونه، حبه سیر، آب، نمک، سرکه - نحوه تهیه شورگل کلم: - شستن و پاک کردن مواد اولیه - سبزی ها و گل کلم را شسته و روی سبد قرار دهید تا کاملا خشک شود. - در ظرف درب دار بزرگی به ترتیب گل کلم، سبزی ها، سیر و فلفل را کاملاً پر کنید. - اجاق گاز را روشن کرده و در قابلمه ای مناسب برای هر لیتر آب ۲ قاشق غذاخوری نمک بریزید. - زمانی که نمک ها در آب جوش حل شد ۱/۲ سرکه به ازای هر لیتر آب بریزید. - سپس زیر گاز را خاموش کرده و بگذارید خنک شود. - در نهایت آب سرکه را در ظرف درب دار ریخته تا حدی که کاملاً از آب لب ریز شود. - درب آن را بسته در یخچال به مدت ۱-۲ ماه نگه دارید تا شور گل کلم آماده شود. - نکته: می توانید این مراحل را برای صیفی جات دیگر (هویج، کرفس، خیارشور...) هم انجام دهید. - نکته: در بعضی از مناطق کمی زرد چوبه داخل آب ریخته تا رنگ آن زرد شود. دقت شود که شور مزه زرد چوبه نگیرد. 	<p>تهیه شور گل کلم</p>
<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب وسایل کار مناسب برای تهیه شورگل کلم - آماده کردن مواد مورد نیاز شورگل کلم - پاک کردن و شستشوی مواد - روشن کردن اجاق گاز - خشک کردن مواد مطابق دستورالعمل - آماده کردن مواد شور مطابق دستورالعمل و اضافه کردن سایر افزودنی ها - انجام مراحل تهیه شورگل کلم و ریختن آن ظرف مناسب و قرار دادن در یخچال - شستن، خشک کردن و جای دهی ظروف در جای مناسب 	
<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل لازم جهت تهیه خیارشور (لگن، سبد، سینی، چاقو، قابلمه، ظرف درب دار) - مواد مورد نیاز برای خیارشور - خیار ریز، سرکه، نمک، نعناع، شوید، ترخان، سیر، فلفل سبز، آب 	<p>تهیه خیار شور</p>

<p>- نحوه تهیه خیارشور:</p> <p>- مواد اولیه را پاک کرده و بشویید.</p> <p>- تمام مواد را بعد از شستن بگذارید کاملاً خشک شود.</p> <p>- در ظرف درب دار ترجیحاً شیشه ای ، خیار ، نعناع ، شوید، سیر و فلفل سبز را به ترتیب ریخته تا ظرف کاملاً پر شود.</p> <p>- سپس گاز را روشن کرده و در قابلمه ای مناسب به ازائه هر لیتر آب ۲قاشق غذاخوری نمک بریزید.</p> <p>- بگذارید تا آب بجوشد و نمک ها کاملاً حل شود. سپس سرکه را ریخته وشعله را خاموش نمائید.</p> <p>- بعد از خنک شدن کامل آب سرکه، آن را در ظرف خیارها بریزید تا حدی که آب لبریز شود.</p> <p>- سپس درب آن را بسته و در یخچال بگذارید.</p>	
<p>مهارت:</p> <p>- انتخاب وسایل کار مناسب برای تهیه خیارشور</p> <p>- آماده کردن مواد مورد نیاز</p> <p>- پاک کردن، شستشوی مواد اولیه و خرد کردن آنها</p> <p>- روشن کردن اجاق گاز</p> <p>- خشک کردن خیارها و ریختن آن در ظرفی مناسب</p> <p>- اضافه کردن سایر افزودنی ها</p> <p>- آماده کردن آب و نمک مطابق دستورالعمل و ریختن آن روی خیارها بعد از خنک شدن</p> <p>- انجام مراحل تهیه خیارشور و ریختن آن در ظرف مناسب</p> <p>- درج تاریخ تهیه روی ظرف و قرار دادن آن در یخچال</p> <p>- شستن، خشک کردن و جای دهی ظروف در جای مناسب</p>	
<p>- رعایت بهداشت و نظافت فردی و کارگاهی</p> <p>- رعایت بهداشت فیزیکی بدن ضمن کار(اصول ارگونومی)</p> <p>- رعایت نکات ایمنی و بهداشتی ضمن کار</p> <p>- رعایت نکات ایمنی هنگام تمیز کردن و یا کار با وسایل برنده</p> <p>- قراردادن وسایل در جای خود پس از اتمام کار</p>	<p>نکات ایمنی حین کار</p>
<p>- علاقه مندی به کار - دقت، توجه و سرعت هنگام کار - صرفه جویی در مواد مصرفی</p>	<p>نگرش</p>
<p>- ریختن پسماند تر و خشک در سطل بازیافت</p> <p>- عدم استفاده از وسایل برقی در زمان اوج مصرف</p>	<p>توجهات زیست محیطی</p>
<p>ابزار و تجهیزات: ترازوی آشپزخانه، چاقوی آشپزخانه، کاسه، قاشق، چنگال، کارد، سینی، اجاق گاز، فندک اتمی، کپسول آتش نشانی، یخچال و فریزر، میز کار آشپزخانه، کابینت آشپزخانه همراه با هود، آب چکان و سینک، چرخ گوشت، بانکه</p> <p>مواد مصرفی: مواد اولیه تهیه (ترشی لیمو، سیرترشی، ترشی مخلوط، شور گل کلم و خیارشور) مواد شوینده و ضد عفونی کننده</p>	<p>تجهیزات ، ابزار و مواد مصرفی</p>
<p>- خواندن و نوشتن اعداد و کلمات</p>	<p>دانش پایه(غیر فنی)</p>

فهرست و ارسی از شایستگی مهارت: تهیه چند نوع ترشی و شور

نام و نام خانوادگی دانش آموز:

رشته: پایه: تاریخ آزمون نوبت دوم:

اجزای پودمان	آیتم های ارزیابی	به طور مستقل و صحیح انجام می دهد	با راهنمایی کلامی مربی به طور صحیح انجام می دهد	به طور صحیح انجام نمی دهد
تهیه لیمو	ابزار مناسب برای تهیه ترشی لیمو را انتخاب می کند.			
	مواد اولیه و افزودنی های لازم برای تهیه ترشی لیمو را آماده می کند.			
	مواد اولیه را مطابق دستورالعمل پاک کرده و می شوید.			
	بادنجان ها را مطابق دستورالعمل شسته و خرد می کند.			
	بادنجان ها را با میزان مناسب سرکه در ظرف می ریزد.			
	اجاق گاز را روشن کرده و درجه حرارت آن را تنظیم می کند.			
	بادنجان ها را روی حرارت با رعایت زمان لازم می پزد.			
	بادنجان ها را به همراه سیر و فلفل با رعایت نکات ایمنی چرخ می کند.			
	سایر مواد (کرفس، هویج، گل کلم ، ...) را پس از خرد کردن به بادنجان ها اضافه می کند.			
	افزودنی های مناسب (سبزیجات معطر، ادویه و سرکه و ...) را اضافه می کند.			
	ترشی را در ظرف مناسب ریخته و در یخچال قرار می دهد.			
	تاریخ تهیه لیمو را روی شیشه درج می کند.			
تهیه سیر ترشی	نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.			
	ابزار و وسایل مناسب برای تهیه سیر ترشی را انتخاب می کند.			
	مواد مورد نیاز برای تهیه سیر ترشی را آماده می کند.			
	سیرها را پس از پاک کردن می شوید.			
	سیر ها را بعد از خشک شدن داخل ظرفی دردار می ریزد.			
	افزودنی های مناسب (سبزیجات معطر، سرکه و ...) را اضافه می کند.			
تهیه ترشی مخلوط	تاریخ تهیه سیر ترشی را روی شیشه درج می کند.			
	نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.			
	ابزار و وسایل مناسب برای تهیه ترشی را انتخاب می کند.			
	مواد مورد نیاز برای تهیه ترشی را آماده می کند.			
	مواد اولیه مورد نیاز را پس از پاک کردن می شوید.			
	اجاق گاز را روشن کرده و درجه حرارت آن را تنظیم می کند.			
بادنجانها را مطابق دستورالعمل آماده می کند.				

			سبزیجات را مطابق دستورالعمل آماده می کند.		
			مواد و سایر افزودنی ها را با هم مخلوط می کند.		
			تاریخ تهیه ترشی را روی شیشه درج می کند.		
			ترشی را در ظرف مناسب ریخته و در یخچال قرار می دهد.		
			نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.		
			ابزار و وسایل مناسب برای تهیه شور را انتخاب می کند.	تهیه شور گل کلم	
			مواد مورد نیاز برای تهیه شور را آماده می کند.		
			مواد اولیه مورد نیاز را پس از پاک کردن می شوید.		
			مواد را مطابق دستورالعمل خشک می کند.		
			مواد را در ظرف مناسبی می ریزد.		
			اجاق گاز را روشن کرده و درجه حرارت آن را تنظیم می کند.		
			آب و نمک را به اندازه گنجایش ظرف می جوشاند.		
			سرکه را به مقدار مناسب اضافه می کند.		
			محلول آب نمک و سرکه را پس از خنک شدن درون ظرف شور می ریزد.		
			تاریخ تهیه شور را روی ظرف درج می کند.		
			ظرف شور را در یخچال قرار می دهد.		
			نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.		
			ابزار مناسب برای تهیه خیارشور را انتخاب می کند.		تهیه خیار شور
			مواد اولیه به میزان لازم برای تهیه خیارشور را آماده می کند.		
			اجاق گاز را با رعایت نکات ایمنی روشن و حرارت آن را تنظیم می کند.		
			آب و نمک را به اندازه گنجایش ظرف می جوشاند.		
			خیار شسته شده را به درستی آماده می کند.		
			محلول سرد آب نمک را روی خیار آماده شده می ریزد.		
			افزودنی های مناسب برای تهیه خیار شور را در زمان مناسب اضافه می کند.		
			نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.	تمیز کاری وسایل، تجهیزات سطوح	
			مواد پاک کننده و شوینده متناسب با نوع کار را انتخاب می کند.		
			ابزار و ظروف را می شوید.		
			ابزار و ظروف را خشک می کند.		
			ابزار و ظروف را پس از خشک کردن در جای مناسب می گذارد.		
			اجاق گاز را تمیز می کند.		
			سطوح را با مواد شوینده تمیز می کند.		
				نمره عملی دانش آموز:	
تاریخ و امضاء:			نام و نام خانوادگی هنرآموز:		

شایستگی مهارت: تهیه چند نوع شیرینی و کیک

شرح شایستگی مهارت: این پودمان توانایی تهیه چند نوع شیرینی و کیک (شیرینی نخودچی، کشمشی، نارگیلی، پنجره ای، اسکار، کیک یزدی و اسفنجی) را با استفاده از مواد اولیه ای که مربی در اختیار دانش آموزان قرار می دهد با رعایت موارد ایمنی و بهداشتی زیر نظر مربی فراهم می کند.

معیار عملکرد		عناصر شایستگی
	تهیه شیرینی نخودچی	
	تهیه شیرینی کشمشی	
	تهیه شیرینی نارگیلی	
	تهیه شیرینی پنجره ای	
	تهیه شیرینی اسکار	
	کیک یزدی	

	<p>- وسایل طبق دستورالعمل مربی انتخاب می شود.</p> <p>- مواد مورد نیاز به تعداد نفرات براساس دستورالعمل مربی آماده می شود.</p> <p>- فر روشن و دمای آن تنظیم می شود</p> <p>- مراحل تهیه کیک اسفنجی مطابق دستورالعمل انجام می شود.</p> <p>- زمان لازم برای پخت شیرینی کنترل می شود.</p> <p>- شیرینی ها بعد از سرد شدن، در ظرف یا جعبه مناسب چیده می شود.</p>
<p>تمیز کاری وسایل، تجهیزات سطوح</p>	<p>- وسایل کار شسته، خشک و جای دهی می شود.</p> <p>- تمیز کاری اجاق گاز و سطوح از ضایعات و آلودگیها مطابق با دستورالعمل انجام می شود.</p>
<p>راهنمای آزمون</p>	<p>ارزشیابی این شایستگی بر مبنای ۲۰ نمره می باشد. (ارزشیابی عملی ۱۴ نمره، ارزشیابی کتبی ۳ نمره و ارزشیابی از رفتارهای شغلی ۳ نمره)</p> <p>نحوه محاسبه نمره پایانی آن به قرار ذیل است:</p> <p>نمره پایانی = نمره آزمون نوبت دوم + نمره تکوینی دانش آموز*</p> <p>۲</p> <p>* نمره تکوینی دانش آموز شامل موارد ذیل است:</p> <p>میانگین نمرات آزمون های مستمر نوبت اول + نمره آزمون نوبت اول + میانگین نمرات آزمون های مستمر نوبت دوم</p> <p>۳</p>
	<p>خواندن و نوشتن، شمارش، محلول، مخلوط، مفهوم زمان، اندازه گیری و...</p>
<p>پودمان های هم نیاز و پیش نیاز</p>	<p>بهداشت و ایمنی در آشپزخانه</p>
<p>رفتارهای شغلی</p>	<p>آراستگی ظاهری : لباس کار تمیز پوشیده می شود.</p> <p>نظم و ترتیب : پس از پایان کار وسایل در جای خود قرار داده می شود.</p> <p>مسئولیت پذیری : کار محوله را به درستی انجام می دهد.</p> <p>مهارت های ارتباطی: واژه های مربوط به کار خود را به درستی بیان می کند. گزارش کار خود را به مربی می دهد. با دیگران مودبانه صحبت می کند.</p> <p>رعایت بهداشت فردی: ، قبل و پس از پایان کار دست و صورت خود را می شوید.</p> <p>وقت شناسی: به موقع در کار گاه حضور پیدا می کند. کار خود را در زمان تعیین شده انجام می دهد.</p>
<p>امکانات (فضای فیزیکی)</p>	<p>یک فضای کاری در حدود ۳۰ متر مربع</p>
<p>تجهیزات و ابزار</p>	<p>ترازوی آشپزخانه، چاقوی آشپزخانه، کاسه، قاشق، چنگال، کارد، سینی، دیس، بشقاب، تابه، شعله پخش کن، اجاق گاز، فنک اتمی، کپسول آتش نشانی، یخچال و فریزر، میز کار آشپزخانه، کابینت آشپزخانه همراه با هود، آب چکان و سینک، فر، همزن، قالب کیک در اندازه های مورد نیاز، پیمانانه اندازه گیری</p>
<p>مواد مصرفی</p>	<p>مواد اولیه تهیه (شیرینی نخودچی، کشمش، نارگیلی، پنجره ای، اسکار، کیک یزدی، کیک اسفنجی) مواد شوینده و ضد عفونی کننده</p>
<p>نرم افزار</p>	<p>فیلم آموزشی مرتبط</p>
<p>نیروی انسانی</p>	<p>فوق دیپلم و بالاتر در رشته تحصیلی مرتبط و یا فوق دیپلم و بالاتر در رشته کودکان استثنایی با داشتن مدرک مهارتی مرتبط از سازمان های متولی آموزش حرفه ای</p>

برنامه درسی شایستگی مهارت : تهیه چند نوع شیرینی و کیک

اجزای شایستگی	عناصر شایستگی
<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل لازم برای تهیه ی شیرینی نخودچی:(وردنه ، قالب نخودچی، چرخ گوشت، کاغذ روغنی و همزن برقی) - میزان مواد مورد نیاز برای تهیه ی شیرینی نخودچی: آرد نخودچی ۵۰۰ گرم، پودر قند ۲۵۰ گرم، روغن جامد ۲۵۰ گرم ، پودر هل ۱قاشق چایخوری، زعفران سائیده شده به دلخواه، کمی خلال پسته برای تزئین - نحوه ی روشن کردن فر فر را با کبریت یا فندک با پیچاندن پیچ فر روی حرارت متوسط ۱۷۰ درجه سانتی گراد روشن نمائید - نحوه ی تهیه ی شیرینی نخودچی: - کاسه مناسبی را انتخاب نمائید. - روغن جامد و پودر قند را خوب با هم مخلوط نمائید (می توانید از همزن برقی برای چند دقیقه حدود ۳تا۲ دقیقه با دور متوسط استفاده کنید) - آرد نخودچی و پودر هل را با صافی الک کرده و به مایه اضافه نمائید (در صورت دلخواه کمی زعفران را اضافه کنید). - تمام مواد را با کف دست به خوبی ورز دهید. <p>نکته: در زمانی که حجم خمیر زیاد است می توانید از چرخ گوشت استفاده نمائید و یکی دوبار از چرخ رد کنید. (توجه داشته باشید که خمیر به روغن نیفتد.)</p> <p>نکته: خمیر را به حدی ورز دهید که در دست کاملا گلوله شود و پخش نشود.</p> <ul style="list-style-type: none"> - خمیر آماده شده را ۲ ساعت در زیر پوشش استراحت دهید. - دوباره خمیر را کمی ورز دهید تا کاملا یکدست شود. - بین دو کاغذ روغنی و یا کیسه فریزر خمیر را به کمک وردنه به ضخامت ۱سانتی متر باز نمائید. - با قالب های کوچک، قالب بزنید و در سینی فلزی مخصوص فر بچینید. - فر را از قبل با حرارت ۱۷۰ درجه سانتی گراد روشن نمائید. بعد از گذشت ۱۵ دقیقه سینی فر را داخل فر قرار دهید. - شیرینی ها را به مدت ۲۰ تا ۲۵ دقیقه در فر قرار دهید. - بعد از گذشت زمان گفته شده باید زیر شیرینی ها کمی طلایی شده باشد. در این صورت شیرینی ها را از فر در آورده و روی آنها را با کمی پسته و یا پودر پسته تزئین کنید. - شیرینی ها را به مدت ۳۰ تا ۴۰ دقیقه با سینی فر در جای خنک نگه دارید. - بعد از سرد شدن کامل شیرینی آن ها را در ظرف مناسبی بچینید. <p>نکته: بهتر است نخودچی ها را در ظروف درب دار بگذارید تا در مقابل نور، رنگ پریده نشود.</p> <p>نکات : آردی که برای تهیه کیک مصرف می کنید باید از بهترین نوع آن، نرم، سفید و تازه باشد. // مواد لازم کیک و شیرینی را از قبل اندازه گیری و آماده کنید. // فر را ۱۵ دقیقه قبل از پخت روشن کنید. // قالب مخصوص کیک را قبل از پخت کاغذ بیندازید و چرب کنید. // در شیرینی های خشک حرارت فر باید ۳۵۰ درجه فارنهایت یا ۱۷۵ درجه سانتی گراد باشد.</p>	<p>تهیه شیرینی نخودچی</p>
مهارت:	

<ul style="list-style-type: none"> - انتخاب ابزار مناسب برای تهیه ی شیرینی نخودچی - آماده سازی مواد اولیه و وزن کردن آنها - مخلوط کردن پودر قند و روغن - الک کردن آرد نخودچی و اضافه کردن پودر هل - ورز دادن خمیر با دست - امتحان آماده شدن خمیر شیرینی - قرار دادن خمیر بین دو کاغذ روغنی و پهن کردن آن با وردنه - قالب زدن شیرینی ها به صورت یک دست - روشن کردن فر با رعایت نکات ایمنی و تنظیم حرارت فر - رعایت مدت زمان پخت شیرینی نخودچی و کنترل - شستن، خشک کردن و جای دهی ظروف در جای مناسب 	
<p style="text-align: right;">دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار مناسب و وسایل لازم برای تهیه ی شیرینی کشمشی: (کاغذ روغنی و همزن برقی و..) - میزان مواد مورد نیاز برای تهیه ی شیرینی کشمشی: - روغن یا کره ۱۰۰ گرم، آرد شیرینی پزی ۱۵۰ گرم، کشمش ریز پلوئی ۱۰۰ گرم، شکر ۱۰۰ گرم، وانیل ۱/۳ قاشق چایخوری، تخم مرغ ۳ عدد متوسط، جوش شیرین یا بکینگ پودر ۱/۲ قاشق چایخوری - نحوه ی روشن کردن فر - فر را با کبریت یا فندک با پیچاندن پیچ فر روی حرارت متوسط ۱۷۰ درجه سانتی گراد روشن نمائید. - نحوه ی تهیه ی شیرینی کشمشی: - کاسه مناسبی را انتخاب نمائید. - روغن جامد یا کره را با شکر و وانیل با همزن برقی به مدت ۲ تا ۳ دقیقه با دور کند بزنیید تا صاف و یکدست شود. - تخم مرغ ها را دانه دانه اضافه نمائید و با همزن دستی خوب مخلوط نمائید تا یکدست شود. - آرد را با بکینگ پودر ۲ تا ۳ مرتبه الک نمائید. - آرد و بکینگ پودر را با کشمش خوب مخلوط نمائید و به مایه با همزن دستی مخلوط کنید. - فر را با رعایت نکات ایمنی روشن نمائید. سینی فر را بعد از گذشت ۱۵ دقیقه در آن قرار دهید. - روی سینی مخصوص فر را کاغذ روغنی پهن کنید. - از مواد با قاشق غذاخوری گلوله هایی به اندازه یک گردو کوچک برداشته و با فاصله درون سینی فری که کاغذ روغنی انداخته اید بگذارید. - بعد از مدت ۲۰ دقیقه شیرینی ها را کنترل نمائید. زمانی که زیر آن ها طلائی شده باشد آماده مصرف هستند. - شیرینی ها را در ظرف پذیرائی بچینید. 	<p>تهیه شیرینی کشمش</p>
<p style="text-align: right;">مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب ابزار مناسب برای تهیه ی شیرینی کشمش - آماده سازی مواد اولیه و وزن کردن آنها - مخلوط کردن شکر، روغن و وانیل - استفاده از همزن برقی با رعایت نکات ایمنی 	

<ul style="list-style-type: none"> - شکستن تخم مرغ ها و مخلوط کردن با مواد اولیه - الک کردن آرد و بیکنگ پودر و اضافه کردن کشمش به آنها - روشن کردن فر با رعایت نکات ایمنی و تنظیم حرارت آن - آماده کردن سینی فر با کاغذ روغنی - آماده کردن گلوله هایی از خمیر و قراردادن آن در سینی فر با فاصله - رعایت مدت زمان پخت شیرینی کشمشی - چیدن شیرینی ها در ظرف مناسب - شستن، خشک کردن و جای دهی ظروف در جای مناسب 	
<p style="text-align: right;">دانش :</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل لازم برای تهیه ی شیرینی نارگیلی: (کاغذ روغنی و همزن برقی و...) - میزان مواد مورد نیاز برای تهیه ی شیرینی نارگیلی: پودر نارگیل ۱۲۵ گرم، شکر ۲۵۰ گرم، سفیده تخم مرغ ۱۲۵ گرم، آرد برنج ۱ قاشق غذاخوری، روغن مایع ۱ قاشق غذاخوری، سرکه سفید ۱ قاشق غذاخوری، وانیل ۱/۳ قاشق غذاخوری، نگین پسته برای تزئین - نحوه ی روشن کردن فر فر را با کبریت یا فندک با پیچاندن پیچ فر روی حرارت متوسط ۱۷۰ درجه سانتی گراد روشن نمائید. - نحوه ی تهیه ی شیرینی نارگیلی: - کاسه مناسبی را انتخاب نمائید. - پودر نارگیل، شکر، سفیده تخم مرغ را در کاسه ریخته خوب مخلوط نمائید. - مایه مخلوط شده را با چرخ گوشت یا میکسر مقداری له و پودر نمائید تا رنگ آن کمی سفید تر شود. - تابه را انتخاب نمائید. - اجاق گاز را روشن کنید و تابه را روی حرارت قرار دهید. - مواد نارگیل را درون تابه بریزید و مدتی هم بزنید تا کاملا مایع گرم شود که اصطلاحا به آن داغ زدن (حرارت دادن) مایه شیرینی قبل از قراردادن در فر می گویند. - آرد برنج، روغن، سرکه را اضافه نمائید خوب هم بزنید حال حرارت را خاموش کنید. - وانیل را اضافه نمائید. - بعد از خنک شدن مایه نارگیلی، سینی مخصوص فر را کاغذ روغنی انداخته و مقداری از مواد را با قاشق غذاخوری به اندازه یک گردوی کوچک روی سینی با فاصله قرار دهید. - فر را با توجه به نکات ایمنی روشن نمائید. - بعد از ۱۵ دقیقه زمانی که فر گرم شد سینی نارگیلی را داخل فر بگذارید تا با حرارت ۱۷۵ درجه ۱۵ تا ۲۰ دقیقه بپزد و مقداری رویش طلایی شود. - شیرینی های پخته شده را باید با فاصله در ظروف درب دار قرار دهید تا شیرینی ها زود خشک شوند. 	<p>تهیه شیرینی نارگیلی</p>
<p style="text-align: right;">مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب ابزار مناسب برای تهیه شیرینی نارگیلی - آماده سازی مواد اولیه و وزن کردن آنها - جدا کردن سفیده تخم مرغ از زرده آن - ترکیب پودر نارگیل، شکر، سفیده تخم مرغ و وانیل - روشن کردن اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی 	

<ul style="list-style-type: none"> - حرارت دادن مایه بر روی حرارت ملایم، (داغ زدن شیرینی نارگیلی یا پخت اولیه شیرینی نارگیلی) - اضافه کردن سایر مواد به مایه و همزدن آن - روشن کردن فر با رعایت نکات ایمنی - تهیه گلوله های کوچک از مایه خمیر خنک شده و چیدن آن ها در سینی فر - رعایت مدت زمان پخت شیرینی نارگیلی - چیدن شیرینی ها در ظرف پذیرایی - شستن، خشک کردن و جای دهی ظروف در جای مناسب 	
<p style="text-align: right;">دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل لازم برای تهیه ی شیرینی پنجره ای: (قالب شیرینی پنجره ای ، کاسه، همزن دستی و..) - میزان مواد مورد نیاز برای تهیه ی شیرینی پنجره ای: - نشاسته گندم مرغوب ۲/۱ پیمانه، تخم مرغ درشت ۴ عدد، گلاب ۴/۱ پیمانه، وانیل و پودر قند و پودر هل به مقدار لازم، آرد ۲ قاشق غذاخوری، روغن مخصوص سرخ کردنی به مقدار لازم - نحوه ی روشن کردن فر - فر را با کبریت یا فندک با پیچاندن پیچ فر روی حرارت متوسط ۱۷۰ درجه سانتی گراد روشن نمائید. - نحوه ی تهیه ی شیرینی پنجره ای: - کاسه مناسبی را انتخاب نمائید. - نشاسته و گلاب را در کاسه ریخته خوب با قاشق غذاخوری مخلوط نمائید. - تخم مرغ ها را شسته بعد از خشک شدن یک به یک به کاسه اضافه نمائید. - وانیل و آرد را هم اضافه نمائید. - در صورت یکدست نبودن مایه آن را از صافی عبور دهید. - اجاق گاز را با رعایت نکات ایمنی روشن نمائید. - ظرف نسبتا گودی را انتخاب نمائید و روی حرارت بگذارید. - روغن مخصوص سرخ کردنی را اضافه نمائید تا کاملا گرم شود. - قالب مخصوص شیرینی پنجره ای را داخل روغن قرار دهید تا کاملا داغ شود. - قالب را تا لبه داخل مایه نشاسته بزنید. دقت نمائید که قالب به طور کامل در مواد فرو نرود. و سپس در روغن قرار دهید تا مایه آزاد شود. - پنجره ای های سرخ شده را در صافی بگذارید تا کاملا خنک شود و روغن اضافی آن خارج شود. - پودر قند و هل را روی شیرینی ها الک کنید. - شیرینی ها را در ظرف پذیرایی به زیبایی بچینید. 	<p>تهیه شیرینی پنجره ای</p>
<p style="text-align: right;">مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب ابزار مناسب برای تهیه ی شیرینی پنجره ای - آماده سازی مواد اولیه و وزن کردن آنها - حل کردن نشاسته در گلاب و رد کردن آن از صافی - اضافه کردن سایر مواد به محلول نشاسته و مخلوط کردن آنها - روشن کردن اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی - ریختن روغن به میزان مناسب در ظرفی گود - زدن قالب شیرینی درون مایه مطابق دستورالعمل و قراردادن آن در روغن - رعایت مدت زمان پخت شیرینی پنجره ای - قرار دادن شیرینی های سرخ شده در صافی 	

<ul style="list-style-type: none"> - الک کردن پودر قند و هل روی شیرینی ها - چیدن شیرینی ها در ظرفی مناسب - شستن، خشک کردن و جای دهی ظروف در جای مناسب 	
<p style="text-align: right;">دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل لازم جهت تهیه شیرینی اسکار (همزن برقی ، کاسه و...) - میزان مواد مورد نیاز برای تهیه شیرینی اسکار - زرده تخم مرغ ۲ عدد، کره پاستوریزه ۱۶۰ گرم ، سفیده تخم مرغ ۱-۲ عدد، گردو خرد شده ۱ پیمانه ، پودر قند ۶۰ گرم ، آرد ۳۰۰ گرم ، نمک ۱/۸ ق چایخوری، پودر هل سبز ۱ ق چ ، پودر وانیل ۱/۲ ق چ ، مواد لازم برای تزئین شیرینی به دلخواه (پودر هل ۱ ق چ ، پودر قند ۱/۴ پیمانه ، مارمالاد ۱/۴ پیمانه) - نحوه روشن کردن فر : فر را با فندک و یا کبریت به همراه پیچاندن شیر مخصوص فر روی حرارت ۱۷۰ درجه سانتی گراد روشن نمایید. - نحوه آماده کردن شیرینی اسکار: - کاسه مناسبی را انتخاب نمایید. - فر برقی و یا گازی را روشن نمایید. - پودر قند و کره را با همزن برقی بزنید تا لطیف و یکدست شود. - درحین همزدن زرده تخم مرغ ها را یکی یکی و سپس وانیل را به مواد اضافه نمایید و باهمزن برقی مخلوط نمایید تا کرم رنگ و کشدار شود. - آرد، پودر هل و نمک را که از قبل الک کرده اید به مواد اضافه نمایید تا حدی که خمیر بدست آید. - نکته: آرد را باید به تدریج اضافه کنید تا جایی که خمیر به دست نچسبد. - سفیده تخم مرغ را در کاسه ای ریخته و با چنگال بزنید تا کف کند. - مغز گردوها را پاک نمایید و با چاقو روی تخته کار ریز خرد نمایید (می توانید از آجیل های دیگر نیز استفاده نمایید مانند کنجد ، بادام خرد شده) - حال از خمیر به اندازه یک گردوی کوچک برداشته و خوب گلوله نمایید. - خمیر گلوله شده را به سفیده تخم مرغ زده و سپس در گردو بغلتانید. - شیرینی ها را داخل سینی مخصوص فر قرار دهید. - بعد از اتمام خمیر شیرینی ها وسط هریک از گلوله های شیرینی را با ته چوب کباب چوبی گود نمایید. - فر را با رعایت نکات ایمنی روشن نمایید و روی درجه حرارت ۱۷۰ درجه سانتی گراد قرار دهید. - فر بعد از ۱۵ دقیقه که خوب گرم شد سینی فر را داخل آن قرار دهید و به مدت ۲۰ دقیقه پخت شیرینی را کنترل نمایید و بعد از طلایی شدن زیر شیرینی آنها را از فر خارج کنید و بگذارید خنک شود. - بعد از سرد شدن شیرینی ها در صورت دلخواه هل و پودر قند را باهم مخلوط کرده و با الک روی شیرینی ها بپاشید و در قسمت سوراخ شده کمی مارمالاد بریزید. - نحوه تهیه مارمالاد خانگی : - میوه دلخواه را شسته و بگذارید خشک شود. سپس آن را پوره نمایید. به اندازه وزن پوره به آن شکر اضافه کنید و روی حرارت قرار دهید. بعد از قوام آمدن، به آن یک قاشق غذاخوری ژلاتین را که در کمی آب سرد نرم کرده اید به مارمالاد گرم اضافه نمایید و پس از چند جوش از روی شعله بردارید. بعد از سرد شدن مارمالاد آن را در شیشه هایی که از قبل شسته و خشک کرده اید بریزید. 	<p>تهیه شیرینی اسکار</p>

<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب ابزار مناسب برای تهیه ی شیرینی اسکار - آماده سازی مواد اولیه و وزن کردن آنها - مخلوط پودر قند و کره با همزن - جدا سازی زرده و سفیده تخم مرغ - اضافه کردن (زرده تخم مرغ/ وانیل) به مواد به صورت تدریجی - استفاده از همزن برقی با رعایت نکات ایمنی - اضافه کردن سایر افزودنی ها به مواد - اضافه کردن تدریجی آرد به مواد - پاک کردن مغز گردوها و خرد کردن آن ها - تهیه گلوله های کوچک از مواد و زدن آن ها در سفیده تخم مرغ و گردو - قراردادن گلوله های آماده شده درون سینی فر - گرد کردن وسط گلوله های خمیر با ابزار مناسب - رعایت مدت زمان پخت شیرینی و کنترل آن - الک کردن هل و پودر قند روی شیرینی های سرد شده - تهیه مارمالاد مطابق دستورالعمل - چیدن شیرینی ها در ظرفی مناسب - شستن، خشک کردن و جای دهی ظروف در جای مناسب 	
<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل لازم جهت تهیه کیک یزدی (قالب کیک یزدی ، کاغذ زیر کیک یزدی و...) - میزان مواد مورد نیاز برای تهیه کیک یزدی - ماست ۱۰۰ گرم ، گلاب ۵۰ گرم ، شکر ۲۰۰ گرم ، روغن مایع ۱۰۰ گرم ، آرد ۳۰۰ گرم ، تخم مرغ ۲ عدد، نمک میوه (نمک میوه یک پوک کننده است و مانند جوش شیرین و بکینگ پودر عمل می کند) ۱/۲ ق چ - نحوه آماده کردن کیک یزدی: - کاسه ای را انتخاب نمایید که گنجایش تمام مواد را داشته باشد. - روغن و شکر را داخل کاسه بریزید و با همزن برقی بزنید و خوب مخلوط نمایید. - سپس تخم مرغ ها و وانیل را کم کم اضافه نمایید و مخلوط کنید. - عسل ، ماست و گلاب را اضافه نمایید و با همزن دور متوسط مخلوط نمایید تا یکدست شود. - آرد، پودر هل، بکینگ پودر و نمک میوه را با دور کند همزن آهسته بزنید. - قالب ها را آماده نمایید و داخل هر کدام یک کاغذ مخصوص کیک کوچک را بگذارید. - از مواد کیک به اندازه ۲/۳ حجم قالب ها بریزید. - یک چاقو را به مقداری کمی روغن زده و روی هریک از قالب ها را ضربدر بزنید. - اکنون قالب ها را داخل سینی فر بچینید. - فر را با رعایت نکات ایمنی روشن نمایید و با حرارت ۱۷۵ سانتی گراد ۱۵ دقیقه اجازه دهید تا گرم شود. - سینی را داخل فر قرار دهید. - بعد از گذشت ۲۰ دقیقه کیک ها را کنترل نمایید با یک خلال دندان/ چوب کبریت با احتیاط داخل کیک فرو ببرید و بعد خارج کنید. اگر خمیر کیک به آن نچسبیده باشد کیک آماده است. 	<p>کیک یزدی</p>

<p>- کیک ها را از فر خارج نمایید و در ظرف مناسبی بچینید.</p>	
<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب ابزار مناسب برای تهیه ی کیک یزدی - آماده سازی مواد اولیه و وزن کردن آنها - مخلوط کردن شکر و روغن با همزن - جدا سازی زرده و سفیده تخم مرغ - اضافه کردن سایر افزودنی ها مطابق دستورالعمل - روشن کردن فر با رعایت نکات ایمنی - گذاشتن کاغذهای مخصوص کیک درون قالب ها - پر کردن قالب ها از کیک به اندازه لازم - رعایت زمان لازم برای پخت کیک - کنترل پخته شدن کیک ها - قرار دادن شیرینی پس از سرد شدن درون ظرفی مناسب - شستن، خشک کردن و جای دهی ظروف در جای مناسب 	
<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل لازم جهت تهیه کیک اسفنجی (قالب، کاغذ روغنی، همزن برقی و...) - میزان مواد مورد نیاز برای تهیه کیک اسفنجی - شکر ۵ق غ (حدود ۱۲۵ گرم) ، روغن مایع ۱۰۰گرم ، آرد ۵ ق غ (حدود ۱۵۰گرم) ، تخم مرغ ۵عدد، آب گرم ۳ ق غ ، بکینگ پودر ۱/۴ ق چ - نحوه آماده کردن کیک اسفنجی: - دو تا کاسه استیل انتخاب نمایید که گنجایش مواد کیک را داشته باشد. - زرده و سفیده تخم مرغ ها را از هم جدا کنید و در دو کاسه مجزا بریزید. - مقداری وانیل را به هر دو کاسه اضافه نمایید. - در اولین مرحله سفیده تخم مرغ، نصفی از شکر و نصفی از وانیل را با همزن برقی بزنید تا کاملا فرم بگیرد. (مثل خامه) - سپس زرده ها را با نصف دیگر شکر و نصف دیگر از وانیل با همزن برقی بزنید و به سفیده ها اضافه کنید. - آرد، بکینگ پودر را با هم مخلوط کرده چند بار الک نمایید. سپس به همراه آب گرم کم کم به مواد اضافه کرده و مخلوط نمایید. - قالب گرد با قطر ۲۰سانتی متر انتخاب نمایید و فقط کف آنرا کاغذ روغنی بیاندازید. - فر را با رعایت نکات ایمنی و با حرارت ۱۷۵ درجه سانتی گراد روشن نمایید و بگذارید ۱۵ دقیقه کاملا گرم شود. - مواد را داخل قالب ریخته و به مدت ۴۵-۴۰ دقیقه در فر قرار دهید. - کیک را کنترل نمایید در صورت پخت کامل آن را از فر خارج نمایید. 	<p>کیک اسفنجی</p>

<ul style="list-style-type: none"> - بعد از گذشت ۲۰ دقیقه کیک را کنترل نمایید با یک خلال دندان/ چوب کبریت با احتیاط داخل کیک فرو ببرید و بعد خارج کنید. اگر خمیر کیک به آن نچسبیده باشد کیک آماده است. - کیک را از فر خارج نمایید. - کیک را در ظرفی مناسب و یا در جعبه مخصوص شیرینی قرار دهید. 	
<p style="text-align: center;">مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب ابزار مناسب برای تهیه ی کیک اسفنجی - آماده سازی مواد اولیه و وزن کردن آنها - جدا سازی زرده و سفیده تخم مرغ - ترکیب سفیده تخم مرغ، شکر و وانیل با همزن - ترکیب زرده، شکر و وانیل با همزن برقی - مخلوط کردن سایر افزودنی ها مطابق دستورالعمل - روشن کردن فر با رعایت نکات ایمنی - گذاشتن کاغذ روغنی ته قالب کیک و ریختن مایه کیک درون آن - رعایت زمان لازم برای پخت کیک - کنترل پخته شدن کیک - قرار دادن کیک در ظرفی مناسب - شستن، خشک کردن و جای دهی ظروف در جای مناسب 	
<ul style="list-style-type: none"> - رعایت بهداشت و نظافت فردی و کارگاهی - رعایت بهداشت فیزیکی بدن ضمن کار (اصول ارگونومی) - رعایت نکات ایمنی و بهداشتی ضمن کار - رعایت نکات ایمنی هنگام تمیز کردن و یا کار با وسایل برنده - قراردادن وسایل در جای خود پس از اتمام کار 	نکات ایمنی حین کار
<ul style="list-style-type: none"> - علاقه مندی به کار - دقت، توجه و سرعت هنگام کار - صرفه جویی در مواد مصرفی 	نگرش
<ul style="list-style-type: none"> - ریختن پسماند تر و خشک در سطل بازیافت - عدم استفاده از وسایل برقی در زمان اوج مصرف 	توجهات زیست محیطی
<ul style="list-style-type: none"> - ابزار و تجهیزات: ترازوی آشپزخانه، چاقوی آشپزخانه، کاسه، قاشق، چنگال، کارد، سینی، دیس، بشقاب، تابه، شعله پخش کن، اجاق گاز، فندک اتمی، کپسول آتش نشانی، یخچال و فریزر، میزکار آشپزخانه، کابینت آشپزخانه همراه با هود، آب چکان و سینک، فر، همزن، قالب کیک در اندازه های مورد نیاز، پیمانانه اندازه گیری - مواد مصرفی: مواد اولیه تهیه (شیرینی نخودچی، کشمش، نارگیلی، پنجره ای، اسکار و کیک یزدی، کیک اسفنجی) مواد شوینده و ضد عفونی کننده 	تجهیزات ، ابزار و مواد مصرفی
<ul style="list-style-type: none"> - خواندن و نوشتن اعداد و کلمات 	دانش پایه(غیر فنی)

فهرست واریسی از شایستگی مهارت: تهیه چند نوع شیرینی و کیک

نام و نام خانوادگی دانش آموز:

تاریخ آزمون نوبت دوم:

پایه:

رشته:

اجزای پودمان	آیتم های ارزیابی	به طور مستقل و صحیح انجام می دهد	با راهنمایی کلامی مربی به طور صحیح انجام می دهد	به طور صحیح انجام نمی دهد
تهیه شیرینی نخودچی	وسایل و ابزار مناسب را انتخاب می کند.			
	مواد اولیه را آماده می کند.			
	خمیر شیرینی را مطابق دستورالعمل آماده می کند.			
	خمیر را پس از ورز دادن و رعایت مدت زمان لازم با وردنه پهن می کند.			
	فر اجاق گاز را روشن کرده و درجه حرارت آن را تنظیم می کند.			
	خمیر را به شکل یک دست با قالب های کوچک، قالب می زند و در سینی فر قرار می دهد.			
	بعد از گذشت زمان لازم کیفیت پخت را کنترل می کند.			
	پس از خارج کردن شیرینی ها روی آن ها را با پسته تزیین می کند.			
	شیرینی ها را پس از سرد شدن درون ظرف مناسبی قرار می دهد.			
	نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.			
تهیه شیرینی کشمش	وسایل و ابزار مناسب را انتخاب می کند.			
	مواد اولیه را آماده می کند.			
	مواد شیرینی را مطابق دستورالعمل آماده می کند.			
	با رعایت نکات ایمنی از همزن برقی استفاده می کند.			
	فر اجاق گاز را روشن کرده و درجه حرارت آن را تنظیم می کند.			
	سینی فر را با کاغذ روغنی می پوشاند.			
	خمیر را به شکل گلوله های کوچک در آورده و در سینی فر قرار می دهد.			
	کیفیت پخت را کنترل می کند.			
	شیرینی ها را پس از سرد شدن درون ظرف مناسبی قرار می دهد.			
	نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.			
تهیه شیرینی نارگیلی	وسایل و ابزار مناسب را انتخاب می کند.			
	مواد اولیه را آماده می کند.			
	مواد شیرینی را مطابق دستورالعمل آماده می کند.			
	با رعایت نکات ایمنی از همزن برقی استفاده می کند.			
	فر اجاق گاز را روشن کرده و درجه حرارت آن را تنظیم می کند.			
	سینی فر را با کاغذ روغنی می پوشاند.			
	خمیر را پس از خنک شدن به شکل گلوله های کوچک در آورده و در سینی فر قرار می دهد.			
	کیفیت پخت را کنترل می کند.			
	شیرینی ها را پس از سرد شدن درون ظرف مناسبی قرار می دهد.			
	نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.			
تهیه شیرینی پنجره ای	وسایل و ابزار مناسب را انتخاب می کند.			
	مواد اولیه را آماده می کند.			
	مواد شیرینی را مطابق دستورالعمل آماده می کند.			

			اجاق گاز را روشن کرده و درجه حرارت آن را تنظیم می کند.	
			درون ظرفی گود روغن می ریزد.	
			قالب ها را پس از زدن در مایه در روغن قرار می دهد.	
			پس از طلایی شدن شیرینی ها آن ها را در صافی قرار می دهد.	
			پس از سرد شدن شیرینی ها روی آنها را پودر قند و هل الک می کند.	
			شیرینی ها را پس از سرد شدن درون ظرف مناسبی قرار می دهد.	
			نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.	
			وسایل و ابزار مناسب را انتخاب می کند.	
			مواد اولیه را آماده می کند.	
			مواد شیرینی را مطابق دستورالعمل آماده می کند.	
			فر اجاق گاز را روشن کرده و درجه حرارت آن را تنظیم می کند.	
			با رعایت نکات ایمنی از همزن برقی استفاده می کند.	
			سینی فر را با کاغذ روغنی می پوشاند.	
			خمیر را به شکل گلوله های کوچک در آورده و در سینی فر قرار می دهد.	
			وسط هر یک از گلوله های شیرینی را با ته چوب کباب چوبی گود می کند.	
			کیفیت پخت را کنترل می کند.	
			پس از سرد شدن شیرینی ها روی آنها را پودر قند و هل الک می کند.	
			مارمالاد را مطابق دستورالعمل تهیه می کند.	
			قسمت های گود شیرینی ها را با مارمالاد پر می کند.	
			شیرینی ها را پس از سرد شدن درون ظرف مناسبی قرار می دهد.	
			نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.	
			وسایل و ابزار مناسب را انتخاب می کند.	
			مواد اولیه را آماده می کند.	
			مواد شیرینی را مطابق دستورالعمل آماده می کند.	
			با رعایت نکات ایمنی از همزن برقی استفاده می کند.	
			فر اجاق گاز را روشن کرده و درجه حرارت آن را تنظیم می کند.	
			قالب ها را پس از گذاشتن کاغذ روغنی از مایه کیک به اندازه مناسب پر می کند.	
			قالب ها را درون سینی فر قرار می دهد.	
			کیفیت پخت را کنترل می کند.	
			کیک ها را پس از سرد شدن درون ظرف مناسبی قرار می دهد.	
			نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.	
			وسایل و ابزار مناسب را انتخاب می کند.	
			مواد اولیه را آماده می کند.	
			مواد شیرینی را مطابق دستورالعمل آماده می کند.	
			با رعایت نکات ایمنی از همزن برقی استفاده می کند.	
			فر اجاق گاز را روشن کرده و درجه حرارت آن را تنظیم می کند.	
			قالب را چرب می کند و مایه کیک را درون آن می ریزد.	
			کیفیت پخت را کنترل می کند.	
			کیک را پس از سرد شدن درون ظرف مناسبی قرار می دهد.	
			نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.	
			مواد پاک کننده و شوینده متناسب با نوع کار را انتخاب می کند.	
			ابزار و ظروف را می شوید.	

تهیه شیرینی اسکار

کیک یزدی

کیک اسفنجی

			ابزار و ظروف را خشک می کند.	تمیز کاری وسایل، تجهیزات سطوح
			ابزار و ظروف را پس از خشک کردن در جای مناسب می گذارد.	
			اجاق گاز را تمیز می کند.	
			سطوح را با مواد شوینده تمیز می کند.	
نمره عملی دانش آموز:				
تاریخ و امضاء:				نام و نام خانوادگی هنرآموز:

شایستگی مهارت: تهیه غذاهای ساده گوشتی

شرح شایستگی مهارت: این پودمان توانایی تهیه چند نوع غذای ساده گوشتی (ماکارونی، پنه گوشت، پنه فیله مرغ، خوراک گوشت چرخ کرده) را با استفاده از مواد اولیه ای که مربی در اختیار دانش آموز قرار می دهد با رعایت موارد ایمنی و بهداشتی زیر نظر مربی فراهم می کند.

معیار عملکرد

معیار عملکرد		عناصر شایستگی
<ul style="list-style-type: none"> - وسایل طبق دستورالعمل مربی انتخاب می شود. - مواد مورد نیاز به تعداد نفرات براساس دستورالعمل مربی آماده می شود. - مواد داخل ماکارونی مطابق دستورالعمل آماده می شود. - اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی روشن می شود. - تمامی مراحل پخت ماکارونی مطابق دستورالعمل انجام می شود. - حرارت اجاق گاز تنظیم می شود. - زمان مناسب برای دم کشیدن ماکارونی در نظر گرفته می شود. - ماکارونی در ظرف مناسب سرو می شود. 	تهیه ماکارونی	
<ul style="list-style-type: none"> - وسایل طبق دستورالعمل مربی انتخاب می شود. - مواد مورد نیاز به تعداد نفرات براساس دستورالعمل مربی آماده می شود. - مواد داخل ماکارونی (گوشت چرخ کرده) مطابق دستورالعمل آماده می شود. - اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی روشن می شود. - حرارت اجاق گاز کنترل می شود. - ماکارونی (پنه) مطابق دستورالعمل آماده می شود. - ماکارونی با مواد گوشتی مخلوط می شود. - ماکارونی در ظرف مناسب ریخته می شود. 	تهیه پنه گوشت	
<ul style="list-style-type: none"> - وسایل طبق دستورالعمل مربی انتخاب می شود. - مواد مورد نیاز به تعداد نفرات براساس دستورالعمل مربی آماده می شود. - اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی روشن می شود. - مواد داخل ماکارونی (فیله مرغ) مطابق دستورالعمل آماده می شود. - حرارت اجاق گاز کنترل می شود. - ماکارونی (پنه) مطابق دستورالعمل آماده می شود. - ماکارونی با مرغ مخلوط می شود. - ماکارونی در ظرف مناسب ریخته می شود. 	تهیه پنه فیله مرغ	
<ul style="list-style-type: none"> - وسایل طبق دستورالعمل مربی انتخاب می شود. - مواد مورد نیاز به تعداد نفرات براساس دستورالعمل مربی آماده می شود. - اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی روشن می شود. - گوشت چرخ کرده و پیاز تفت داده می شود. - سایر مواد و افزودنی ها به گوشت اضافه می شود. - حرارت اجاق گاز تنظیم و زمان مناسب برای جا افتادن خوراک در نظر گرفته می شود. - خوراک در ظرف مناسب ریخته می شود. 	تهیه خوراک گوشت چرخ کرده	
<ul style="list-style-type: none"> - وسایل کار شسته، خشک و جای دهی می شود. - تمیزکاری اجاق گاز و سطوح از ضایعات و آلودگیها مطابق با دستورالعمل انجام می شود. 	تمیز کاری وسایل، تجهیزات سطوح	

ارزشیابی این شایستگی بر مبنای ۲۰ نمره می باشد. (ارزشیابی عملی ۱۴ نمره، ارزشیابی کتبی ۳ نمره و ارزشیابی از رفتارهای شغلی ۳ نمره) نحوه محاسبه نمره پایانی آن به قرار ذیل است:

نمره پایانی = نمره آزمون نوبت دوم + نمره تکوینی دانش آموز*

۲

* نمره تکوینی دانش آموز شامل موارد ذیل است:

میانگین نمرات آزمون های مستمر نوبت اول + نمره آزمون نوبت اول + میانگین نمرات آزمون های مستمر نوبت دوم

۳

خواندن و نوشتن، شمارش، گرم، کیلوگرم، خواندن ساعت، مفهوم زمان	مفاهیم شناختی پیش نیاز
بهداشت و ایمنی در آشپزخانه	پودمان های هم نیاز و پیش نیاز
<p>آراستگی ظاهری: لباس کار تمیز پوشیده می شود.</p> <p>نظم و ترتیب: پس از پایان کار وسایل در جای خود قرار داده می شود.</p> <p>مسئولیت پذیری: کار محوله را به درستی انجام می دهد.</p> <p>مهارت های ارتباطی: واژه های مربوط به کار خود را به درستی بیان می کند. گزارش کار خود را به مربی می دهد. با دیگران مودبانه صحبت می کند.</p> <p>رعایت بهداشت فردی: قبل و پس از پایان کار دست و صورت خود را می شوید.</p> <p>وقت شناسی: به موقع در کارگاه حضور پیدا می کند. کار خود را در زمان تعیین شده انجام می دهد.</p>	رفتارهای شغلی
یک فضای کاری در حدود ۳۰ متر مربع	امکانات (فضای فیزیکی)
ترازوی آشپزخانه، پیمانه ها و قاشق های اندازه گیری، چاقوی آشپزخانه، تخته کار، کاسه، سبد، قاشق، چنگال، کارد، سینی، دیس، بشقاب، قابلمه، تابه، شعله پخش کن، اجاق گاز، فندک اتمی، کپسول آتش نشانی، یخچال و فریزر، میز کار آشپزخانه، کابینت آشپزخانه همراه با هود، آب چکان و سینک	تجهیزات و ابزار
مواد اولیه (ماکارونی، پنه گوشت، پنه فیله مرغ، خوراک گوشت چرخ کرده)، روغن، مواد شوینده و ضد عفونی کننده	مواد مصرفی
فیلم آموزشی مرتبط	نرم افزار
فوق دیپلم و بالاتر در رشته تحصیلی مرتبط و یا فوق دیپلم و بالاتر در رشته کودکان استثنایی با داشتن مدرک مهارتی مرتبط از سازمان های متولی آموزش حرفه ای	نیروی انسانی

اجزای شایستگی	عناصر شایستگی
<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل لازم جهت تهیه ماکارونی (تخته کار، آبکش، قابلمه، چاقو و...) - میزان مواد مورد نیاز برای تهیه ماکارونی - گوشت چرخ کرده ۳۰۰ گرم، پیاز اعدد، سیر ا حبه، رب گوجه ۳ ق غ، زردچوبه، نمک و فلفل وزعفران به میزان لازم، ماکارونی ابسته ۵۰۰ گرمی - نحوه روشن کردن اجاق گاز برقی یا گازی - نحوه تهیه ماکارونی: - پیاز و سیر را پوست کنده، شسته و روی تخته کار با چاقو خرد کنید. - اجاق گاز را روشن نمائید. - تابه مناسب انتخاب کرده، کمی روغن ریخته و روی حرارت قرار دهید. - پیاز را داخل تابه ریخته و سرخ کنید. - سیر را به آن اضافه کرده و تفت دهید. - گوشت چرخ کرده را به سیر و پیاز اضافه کرده و تفت دهید. - رب، نمک، فلفل، زردچوبه و کمی زعفران را اضافه کرده و تفت دهید، کمی آب جوش ریخته تا مواد ماکارونی بپزد. - زیر گاز را کم کرده و بگذارید مواد بپزد. - قابلمه مناسبی را انتخاب کنید. - آب، کمی نمک و روغن مایع درون آن ریخته و روی حرارت گذاشته و زیرگاز را روشن کنید. - آب که جوش آمد ماکارونی‌ها را خرد کرده داخل قابلمه بریزید تا بجوشد. زمانی که ماکارونی‌ها پخت در حدی که مغزآنها هنوز کمی سفت باشد درون آبکش ریخته و آن را با آب سرد بشویید تا نشاسته آن گرفته شود. - برای ته دیگ درون قابلمه کمی روغن ریخته سپس سیب زمینی‌ها (ورقه ورقه شده) یا نان را به دلخواه گذاشته و یک لایه ماکارونی ریخته و یک لایه از مواد گوشتی، کار را ادامه دهید تا مواد تمام شود. - درب ظرف را بگذارید تا ماکارونی دم بکشد یعنی بخارکند. - وقتی ماکارونی دم کشید آن را در دیس بکشید. 	<p>تهیه ماکارونی</p>
<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب وسایل کار مناسب برای تهیه ماکارونی - آماده کردن مواد مورد نیاز - آماده کردن مواد داخل ماکارونی (پاک کردن، شستن و خرد کردن مواد اولیه) - روشن کردن اجاق گاز - قرار دادن تابه بر روی اجاق گاز و ریختن روغن به میزان مناسب در آن - پخت مواد داخل ماکارونی مطابق دستورالعمل - ریختن آب و سایر افزودنی‌ها درون قابلمه و قراردادن بر روی اجاق گاز - ریختن ماکارونی بعد از به جوش آمدن آب - کنترل پخته شدن ماکارونی‌ها در حد لازم - آبکش کردن ماکارونی‌ها و گرفتن آب سرد بر روی آن‌ها 	

<ul style="list-style-type: none"> - آماده کردن ته دیگ ماکارونی و ریختن ماکارونی و مواد داخل آن مطابق دستورالعمل - درنظر گرفتن زمان مناسب برای دم کشیدن ماکارونی - ریختن ماکارونی در ظرفی مناسب - شستن، خشک کردن و جای دهی ظروف در جای مناسب 	
<p style="text-align: right;">دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار، وسایل و مواد لازم جهت تهیه پنه گوشت (تخته کار، آبکش، قابلمه، چاقو و...) - میزان مواد مورد نیاز برای تهیه پنه گوشت - گوشت چرخ کرده ۲۵۰ گرم ، پیاز ۱ عدد، سیر ۱ حبه، رب گوجه ۳-۲ ق غ ، زردچوبه ، نمک و فلفل ، پاستا پنه (ماکارونی لوله ای که برش دارد)، گوجه فرنگی ۳-۴ عدد درشت، آویشن ، زیتون سیاه ، پنیر پیتزا - نحوه روشن کردن اجاق گاز برقی یا گازی - نحوه تهیه پنه گوشت: - پیاز و سیر را پوست کنده ، شسته و روی تخته کار با چاقو خرد کنید. - گوجه فرنگی ها را شسته و درون کاسه ای با رنده ریز رنده نمایید. - تابه مناسب انتخاب کرده ، کمی روغن در آن بریزید. - اجاق گاز را روشن کرده و تابه را روی حرارت قرار دهید بعد از گرم شدن روغن، پیاز را به آن اضافه کنید. - پیازها را سرخ نمایید و بعد از آن سیر را اضافه کنید. - زمانی که سیر کمی طلایی شد گوشت چرخ کرده را اضافه کرده و خوب تفت دهید. - در آخر گوجه فرنگی رنده شده رابه مایه گوشت اضافه کرده و بگذارید آب گوجه فرنگی ها کشیده شود. - قابلمه مناسبی را برای پخت پاستا انتخاب کنید. - داخل قابلمه آب، نمک و کمی روغن بریزید. - گاز را روشن نمایید و قابلمه را روی آن قرار دهید. - زمانی که آب به جوش آمد پاستا را اضافه کرده بگذارید کاملا بپزد. - پاستا را آبکش کرده و کمی آب سرد بگیرید. - داخل قابلمه روغن زیتون بریزید واجاق گاز را روشن نمایید روی حرارت قرار دهید. - پاستا را داخل قابلمه ریخته سپس مایه گوشتی را اضافه کرده خوب مخلوط نمایید تا تمام مواد یکدست شود. - بعد از کمی گرم شدن، در ظرف پذیرایی پاستا را کشیده و روی آن را پنیر پیتزا بریزید. 	<p>تهیه پنه گوشت</p>
<p style="text-align: right;">مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب وسایل کار مناسب برای تهیه پنه گوشت - آماده کردن مواد مورد نیاز - آماده کردن مواد داخل پاستا (پاک کردن، شستن و خرد کردن مواد اولیه) - روشن کردن اجاق گاز - قرار دادن تابه بر روی اجاق گاز و ریختن روغن به میزان مناسب در آن - پخت مواد مطابق دستورالعمل - ریختن آب و سایر افزودنی ها درون قابلمه و قراردادن بر روی اجاق گاز - ریختن پاستا بعد از به جوش آمدن آب - کنترل پخته شدن پاستا به طور کامل - آبکش کردن پاستاها و گرفتن آب سرد بر روی آن ها 	

<ul style="list-style-type: none"> - ریختن روغن زیتون درون قابلمه و قرار دادن آن بر روی حرارت - ریختن پاستا و مایه گوشتی آن درون قابلمه و مخلوط کردن آن ها با یکدیگر - کشیدن پاستا درون ظرفی مناسب و ریختن پنیر پیتزا روی آن - شستن، خشک کردن و جای دهی ظروف در جای مناسب 	
<p style="text-align: right;">دانش :</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار، وسایل و مواد لازم جهت تهیه پنه مرغ (تابه، سبد، آبکش، تخته کار، چاقو و...) - میزان مواد مورد نیاز برای تهیه پنه مرغ - فیله مرغ ۳۰۰ گرم ، پیاز ۱ عدد، سیر ۱ حبه، نمک و فلفل ، پاستا پنه (ماکارونی لوله ای که برش دارد) ۲۵۰ گرم، کره ۵۰ گرم ، آرد آق غ، خامه ۲۰۰ گرم ، شیر ۲ پیمانه، قارچ ۲۰۰ گرم ، پنیر پارمسان ۱ پیمانه، روغن زیتون ، جعفری - نحوه روشن کردن اجاق گاز برقی یا گازی - نحوه تهیه پنه مرغ: - پیاز، سیر و جعفری را پاک کرده و سپس بر روی تخته کار خرد کنید. - قارچ ها را با سرکه و برس بشویید. - پیاز ، سیر، جعفری و قارچ را روی تخته کار با چاقو خرد کنید. - فیله مرغ را بعد از تمیز کردن و شستن بر روی تخته کار با چاقو خرد کنید. - با زدن نمک و فلفل به مرغ آن را مزه دار کنید. - تابه مناسب را انتخاب کرده و کمی روغن داخل آن بریزید. - اجاق گاز را روشن کرده تابه را روی حرارت قرارداده بعد از گرم شدن تابه، پیاز را اضافه کرده و سرخ کنید. - بعد از پیاز، سیر را اضافه کرده تا کمی طلایی شود. سپس مرغ را اضافه کرده و بگذارید خوب سرخ شود. در آخر به آن قارچ را اضافه کرده تا سرخ شود و آب آن بخار شود. - حرارت را خاموش کرده مایه را کنار بگذارید. - نحوه تهیه سس بشامل: - شیرجوشی را انتخاب کرده و کره را داخل آن بریزید. - اجاق گاز را روشن نمایید. - شیرجوش را روی حرارت قرار دهید تا کره ذوب شود. - آرد را اضافه نمایید تا خوب سرخ شود و بعد به آن شیر را اضافه کرده کمی گرم شدن خامه را به مخلوط اضافه نمایید و بعد از کمی گرم شدن آن را خاموش کنید. - قابلمه را برای پاستا بیاورید داخل آن نمک و آب و فلفل بریزید و اجاق گاز را روشن نمایید. - قابلمه را روی حرارت قرار دهید تا آب بجوشد. - پاستا را اضافه نمایید و بگذارید تا کاملا بپزد. - پاستا را آب کش کنید و کمی آب سرد روی آن بریزید. - درون قابلمه کمی روغن زیتون ریخته و پاستا را اضافه نمایید و سپس سس بشامل (کره، شیر، آرد، خامه) را اضافه کرده و خوب مخلوط نمایید. - مرغ تفت داده شده را اضافه و خوب مخلوط نمایید. - پنه را درون ظرف مناسبی ریخته و با پنیر پارمسان و جعفری ساطوری شده تزئین نمایید. 	<p>تهیه پنه فیله مرغ</p>
<p style="text-align: right;">مهارت :</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب وسایل کار مناسب برای تهیه پاستا - آماده کردن مواد مورد نیاز - آماده کردن مواد داخل پاستا (پاک کردن، شستن و خرد کردن مواد اولیه) 	

<ul style="list-style-type: none"> - روشن کردن اجاق گاز - قرار دادن تابه بر روی اجاق گاز و ریختن به میزان مناسب در آن - پخت مواد داخل پاستا مطابق دستورالعمل - ریختن آب و سایر افزودنی ها درون قابلمه و قراردادن بر روی اجاق گاز - ریختن پاستا بعد از به جوش آمدن آب - کنترل پخته شدن پاستا به طور کامل - آبکش کردن پاستاها و گرفتن آب سرد بر روی آن ها - ریختن روغن زیتون درون قابلمه و قرار دادن آن بر روی حرارت - ریختن پاستا و مایه پنه مرغ درون قابلمه و مخلوط کردن آن ها با یکدیگر - کشیدن پاستا درون ظرفی مناسب و ریختن پنیر پارمسان و جعفری روی آن - شستن، خشک کردن و جای دهی ظروف در جای مناسب 	
<p style="text-align: right;">دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار، وسایل و مواد لازم جهت تهیه خوراک گوشت چرخ کرده (تابه، تخته کار، آبکش، چاقو و...) - میزان مواد مورد نیاز برای تهیه خوراک گوشت چرخ کرده - گوشت چرخ کرده ، سیر، پیاز، قارچ، فلفل دلمه ای، نمک و فلفل ، آویشن ، رب گوجه فرنگی - نحوه روشن کردن اجاق گاز برقی یا گازی - نحوه تهیه خوراک گوشت چرخ کرده: - مواد اولیه را بعد از تمیز کردن بشویید. - مواد اولیه (پیاز ، سیر ، قارچ ، فلفل دلمه ای) را روی تخته کار با چاقو خرد کنید. - گوجه فرنگی ها را شسته و درون کاسه ای با رنده ریز رنده نمایید. - تابه مناسب انتخاب کرده ، کمی روغن ریخته و روی حرارت قرار دهید. - اجاق گاز را روشن کرده تابه را روی حرارت قرار دهید و بعد از گرم شدن آن روغن ریخته و پیازها را به آن اضافه کنید. - پیازها را سرخ نمایید و بعد از آن سیر را اضافه نمایید. - زمانی که سیر کمی طلایی شد گوشت چرخ کرده را اضافه کرده و خوب تفت دهید. - فلفل دلمه ای و قارچ را به تابه اضافه کرده خوب تفت دهید تا آب قارچ کشیده شود. - در آخر گوجه فرنگی رنده شده را به مایه گوشت اضافه کرده و بگذارید غذا کاملاً جا بیفتد. - خوراک را در ظرف مناسبی بریزید. 	<p>تهیه خوراک گوشت چرخ کرده</p>
<p style="text-align: right;">مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب وسایل کار مناسب برای تهیه خوراک - آماده کردن مواد مورد نیاز - پاک کردن، شستن و خرد کردن مواد اولیه خوراک مطابق دستورالعمل - روشن کردن اجاق گاز - قرار دادن تابه بر روی اجاق گاز و ریختن روغن به میزان مناسب در آن - ریختن پیازهای خرد شده درون تابه بعد از داغ شدن روغن - اضافه کردن سایر افزودنی ها مطابق دستورالعمل درون تابه - کنترل حرارت اجاق گاز - کنترل پخته شدن مواد به طور کامل - کشیدن خوراک درون ظرفی مناسب - شستن، خشک کردن و جای دهی ظروف در جای مناسب 	

<p>- رعایت بهداشت و نظافت فردی و کارگاهی</p> <p>- رعایت بهداشت فیزیکی بدن ضمن کار (اصول ارگونومی)</p> <p>- رعایت نکات ایمنی و بهداشتی ضمن کار</p> <p>- رعایت نکات ایمنی هنگام تمیز کردن و یا کار با وسایل برنده</p> <p>- قراردادن وسایل در جای خود پس از اتمام کار</p>	<p>نکات ایمنی حین کار</p>
<p>- علاقه مندی به کار</p> <p>- دقت، توجه و سرعت هنگام کار</p> <p>- صرفه جویی در مواد مصرفی</p>	<p>نگرش</p>
<p>- ریختن پسماند تر و خشک در سطل بازیافت</p> <p>- عدم استفاده از وسایل برقی در زمان اوج مصرف</p>	<p>توجهات زیست محیطی</p>
<p>- ابزار و تجهیزات</p> <p>ترازوی آشپزخانه، پیمانه ها و قاشق های اندازه گیری، چاقوی آشپزخانه، تخته کار، کاسه، سبد، قاشق، چنگال، کارد، سینی، دیس، بشقاب، قابلمه، تابه، شعله پخش کن، اجاق گاز، فندک اتمی، کپسول آتش نشانی، یخچال و فریزر، میز کار آشپزخانه، کابینت آشپزخانه همراه با هود، آب چکان و سینک</p> <p>- مواد مصرفی:</p> <p>مواد اولیه (ماکارونی، پنه گوشت، پنه فیله مرغ، خوراک گوشت چرخ کرده)، روغن، پنیر پیتزا، پنیر پارمسان و...، مواد شوینده و ضد عفونی کننده</p>	<p>تجهیزات، ابزار و مواد مصرفی</p>
<p>خواندن و نوشتن اعداد و کلمات</p>	<p>دانش پایه (غیر فنی)</p>

فهرست واری از شایستگی مهارت: تهیه غذاهای ساده گوشتی

نام و نام خانوادگی دانش آموز:

تاریخ آزمون نوبت دوم:

پایه:

رشته:

اجزای پودمان	آیتم های ارزیابی	به طور مستقل و صحیح انجام می دهد.	با راهنمایی کلامی مربی به طور صحیح انجام می دهد.	به طور صحیح انجام نمی دهد.
تهیه ماکارونی	وسایل مناسب برای تهیه ماکارونی را انتخاب می کند.			
	مواد اولیه برای تهیه ماکارونی را آماده می کند.			
	اجاق گاز را روشن می کند و درجه حرارت آن را تنظیم می کند.			
	گوشت چرخ کرده را با پیاز، نمک، زردچوبه، رب گوجه فرنگی و سیر تفت داده و با رعایت مدت زمان لازم مایه را می پزد.			
	ماکارونی را در آب جوش ریخته و بعد از رعایت مدت زمان لازم آن را آبکش می کند.			
	از نان یا سیب زمینی برای ته دیگ استفاده می کند.			
	ماکارونی و مایه ی آماده شده را لایه لایه درون قابلمه می ریزد.			
	زمان لازم برای پخت ماکارونی را در نظر می گیرد.			
	غذای آماده شده را کشیده و تزئین می کند.			
	نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.			
تهیه پنه گوشت	وسایل مناسب برای تهیه پنه گوشت را انتخاب می کند.			
	مواد اولیه برای تهیه پنه گوشت را آماده می کند.			
	اجاق گاز را روشن می کند و درجه حرارت آن را تنظیم می کند.			
	گوشت چرخ کرده را با پیاز، نمک، زردچوبه، رب گوجه فرنگی و سیر تفت داده و با رعایت مدت زمان لازم می پزد.			
	پاستا را در آب جوش ریخته و بعد از پخته شدن کامل، آن را آبکش می کند.			
	پاستا و مایه ی آماده شده را با مقداری روغن زیتون درون قابلمه مخلوط می کند.			
	پاستا را در ظرف مناسبی کشیده و روی آن را پنیر پیتزا می ریزد.			
	نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.			
تهیه پنه فیله مرغ	وسایل مناسب برای تهیه پنه فیله مرغ را انتخاب می کند.			
	مواد اولیه برای تهیه پنه فیله مرغ را آماده می کند.			
	اجاق گاز را روشن می کند و درجه حرارت آن را تنظیم می کند.			
	مرغ را با پیاز، نمک، زردچوبه، رب گوجه فرنگی، سیر و قارچ مطابق دستورالعمل آماده می کند.			
	پاستا را در آب جوش ریخته و بعد از پخته شدن کامل، آن را آبکش می کند.			
	سس بشامل را مطابق دستورالعمل آماده می کند.			
پاستا، مایه ی آماده شده و سس بشامل را با مقداری روغن زیتون درون قابلمه مخلوط می کند.				

			پاستا را در ظرف مناسبی کشیده و روی آن را پنیر پARMسان می ریزد.		
			نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.		
			وسایل مناسب برای تهیه خوراک را انتخاب می کند.	تهیه خوراک گوشت چرخ کرده	
			مواد اولیه برای تهیه خوراک را آماده می کند.		
			مواد اولیه را پس از شستن مطابق دستورالعمل خرد می کند.		
			اجاق گاز را روشن می کند و درجه حرارت آن را تنظیم می کند.		
			مواد خوراک را مطابق دستورالعمل می پزد.		
			پخت غذا را کنترل می کند.		
			غذای آماده شده را در ظرف مناسبی می کشد.		
			نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.		
			مواد پاک کننده و شوینده متناسب با نوع کار را انتخاب می کند.		تمیزکاری وسایل، تجهیزات سطوح
			ابزار و ظروف را می شوید.		
			ابزار و ظروف را خشک می کند.		
			ابزار و ظروف را پس از خشک کردن در جای مناسب می گذارد.		
			اجاق گاز را تمیز می کند.		
			سطوح را با مواد شوینده تمیز می کند.		
				نمره عملی دانش آموز:	
تاریخ و امضاء:			نام و نام خانوادگی هنرآموز:		

شایستگی مهارت: تهیه نوشیدنی های گرم و سرد

شرح شایستگی مهارت: این پودمان توانایی تهیه نوشیدنی های گرم و سرد (چای، نسکافه، شیرقهوه، شیرکاکائو، میلک شیک میوه، موس شکلات و میلک شیک شکلات) را با استفاده از مواد اولیه ای که مربی در اختیار دانش آموزان قرار می دهد با رعایت موارد ایمنی و بهداشتی زیرنظر مربی فراهم می کند.

معیار عملکرد		عناصر شایستگی	
	<ul style="list-style-type: none"> - وسایل طبق دستورالعمل مربی انتخاب می شود. - مواد مورد نیاز مطابق دستور مربی آماده می شود. - اجاق گاز/سماور مطابق دستور مربی آماده می شود. - مراحل تهیه چای مطابق دستورالعمل انجام می شود. - مدت زمان لازم برای دم کشیدن چای در نظر گرفته می شود. - چای به صورت مناسب سرو می شود. 		تهیه چای
	<ul style="list-style-type: none"> - وسایل طبق دستورالعمل مربی انتخاب می شود. - مواد مورد نیاز مطابق دستور مربی آماده می شود. - گاز روشن می شود. - قهوه مطابق با دستورالعمل پخته می شود. - مدت زمان لازم برای دم کشیدن قهوه در نظر گرفته می شود. - قهوه به صورت مناسب سرو می شود. 		تهیه قهوه
	<ul style="list-style-type: none"> - وسایل طبق دستورالعمل مربی انتخاب می شود. - مواد مورد نیاز مطابق دستور مربی آماده می شود. - گاز روشن و حرارت آن تنظیم می شود. - شیر قهوه متناسب با دستورالعمل پخته می شود. - زمان لازم برای برداشتن قهوه از روی حرارت در نظر گرفته می شود. - شیر قهوه به صورت مناسب سرو می شود. 		شیر قهوه
	<ul style="list-style-type: none"> - وسایل طبق دستورالعمل مربی انتخاب می شود. - مواد مورد نیاز مطابق دستور مربی آماده می شود. - گاز روشن و حرارت آن تنظیم می شود. - شیر کاکائو مطابق دستورالعمل تهیه می شود. - زمان لازم برای آماده شدن مواد در نظر گرفته می شود. - شیر کاکائو به صورت مناسب سرو می شود. 		شیر کاکائو
	<ul style="list-style-type: none"> - وسایل طبق دستورالعمل مربی انتخاب می شود. - مواد مورد نیاز مطابق دستور مربی آماده می شود. - گاز روشن و حرارت آن تنظیم می شود. - نسکافه مطابق دستورالعمل تهیه می شود. - مواد آماده شده به صورت مناسب سرو می شود. 		نسکافه
	<ul style="list-style-type: none"> - وسایل طبق دستورالعمل مربی انتخاب می شود. - مواد مورد نیاز مطابق دستور مربی آماده می شود. - میلک شیک میوه مطابق دستورالعمل تهیه می شود. - مواد در لیوان های مناسب ریخته می شود. 		میلک شیک میوه
	<ul style="list-style-type: none"> - وسایل طبق دستورالعمل مربی انتخاب می شود. - مواد مورد نیاز مطابق دستور مربی آماده می شود. 		موس شکلات

<p>- اجاق گاز روشن و حرارت آن تنظیم می شود.</p> <p>- موس شکلات مطابق دستورالعمل تهیه می شود.</p> <p>- مواد آماده شده در ظرف های مناسب ریخته و در صورت تمایل تزیین می شود.</p>		
<p>- وسایل طبق دستورالعمل مربی انتخاب می شود.</p> <p>- مواد مورد نیاز مطابق دستور مربی آماده می شود.</p> <p>- میلک شیک شکلات مطابق دستورالعمل تهیه می شود.</p> <p>- مواد آماده شده در ظرف های مناسب ریخته و در صورت تمایل تزیین می شود.</p>	<p>میلک شیک شکلات</p>	
<p>- ابزار و ظروف شسته، خشک و جای دهی می شود.</p> <p>- تمیزکاری اجاق گاز و سطوح از ضایعات و آلودگیها مطابق با دستورالعمل انجام می شود.</p>	<p>تمیزکاری ظروف، تجهیزات و سطوح</p>	
<p>ارزشیابی این شایستگی بر مبنای ۲۰ نمره می باشد. (ارزشیابی عملی ۱۴ نمره، کتبی ۳ نمره و ارزشیابی از رفتارهای شغلی ۳ نمره)</p> <p>نحوه محاسبه نمره پایانی آن به قرار ذیل می باشد.</p> <p><u>نمره پایانی = نمره آزمون نوبت دوم + نمره تکوینی دانش آموز</u></p> <p style="text-align: center;">۲</p> <p>نمره تکوینی دانش آموز شامل موارد زیر است:</p> <p><u>میانگین نمرات آزمون های مستمر نوبت اول + نمره آزمون نوبت اول + میانگین نمرات آزمون های مستمر نوبت دوم</u></p> <p style="text-align: center;">۳</p>		
<p>خواندن و نوشتن، اندازه گیری، غلیظ شدن، ذوب کردن و...</p>	<p>مفاهیم شناختی پیش نیاز</p>	
<p>بهداشت و ایمنی در آشپزخانه نگه داری مواد غذایی</p>	<p>بودمان های هم نیاز و پیش نیاز</p>	
<p>آراستگی ظاهری: لباس کار تمیز پوشیده می شود.</p> <p>نظم و ترتیب: پس از پایان کار وسایل در جای خود قرار داده می شود.</p> <p>مسئولیت پذیری: کار محوله را به درستی انجام می دهد.</p> <p>مهارت های ارتباطی: واژه های مربوط به کار خود را به درستی بیان می کند. گزارش کار خود را به مربی می دهد. با دیگران مؤدبانه صحبت می کند.</p> <p>رعایت بهداشت فردی: قبل و پس از پایان کار دست و صورت خود را می شوید.</p> <p>وقت شناسی: به موقع در کارگاه حضور پیدا می کند. کار خود را در زمان تعیین شده انجام می دهد.</p>	<p>رفتارهای شغلی</p>	
<p>یک فضای کاری در حدود ۳۰ متر مربع</p>	<p>امکانات (فضای فیزیکی)</p>	
<p>ترازوی آشپزخانه، چاقوی آشپزخانه، کاسه، قاشق، چنگال، کارد، سینی، تابه، شعله پخش کن، اجاق گاز، فندک، تخته، یخچال و فریزر، میز آشپزخانه، کابینت آشپزخانه همراه هود، آب چکان، سینک</p>	<p>ابزار و تجهیزات</p>	
<p>مواد اولیه تهیه خورش ها (گوشت، پیاز، لپه، سبزی قورمه، سبزی نعنای و جعفری، کرفس، بادنجان، هویج، لوبیا قرمز یا چیتی، آلو خشک، رب، روغن، آب غوره، فلفل، نمک، زردچوبه، لیمو عمانی، سیب زمینی، دارچین، زعفران، مواد شوینده و ضد عفونی کننده</p>	<p>مواد مصرفی</p>	
<p>فیلم آموزشی مرتبط</p>	<p>نرم افزار</p>	
<p>فوق دیپلم و بالاتر در رشته تحصیلی مرتبط و یا فوق دیپلم و بالاتر در رشته کودکان استثنایی با داشتن مدرک مهارتی مرتبط از سازمان های متولی آموزش حرفه ای</p>	<p>نیروی انسانی</p>	

عناصر شایستگی	اجزای شایستگی
تهیه چای	<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل لازم جهت تهیه چای (کتری یا سماور ، قوری ، قاشق ، استکان و...) - مواد مورد نیاز برای تهیه چای : آب ، چای دلخواه - نحوه آماده کردن چای: - اجاق گاز را با رعایت نکات ایمنی روشن نمایید. - آب را داخل کتری ریخته و روی حرارت قرار دهید تا آب بجوشد در صورت استفاده از سماور درون سماور آب بریزید و سماور را روشن نمایید (دقت فرمایید سماورهای امروزی برقی هستند و با رعایت امینی سماور را به برق بزنید) - به ازای هر نفر ۱/۲ ق چ ،چای خشک را داخل قوری بریزید و چای ها را با آب ولرم بشویید. - آب جوش آماده را با احتیاط روی چای داخل قوری ریخته و درب قوری را بگذارید. - قوری را روی کتری یا سماور قراردهید و حرارت را کم نمایید تا چای دم بکشد. معمولاً ۵-۱۰ دقیقه بسته به نوع چای ، چای دم می کشد. - می توانید از چوب دارچین ، هل و گل سرخ برای طعم دار کردن چای استفاده کنید. - بعد از آماده شدن چای را در استکان تمیز با کمک صافی بریزید.
	<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب ابزار و وسایل مناسب برای تهیه چای - آماده کردن مواد مورد نیاز - روشن کردن اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی - ریختن چای متناسب با تعداد افراد درون قوری - شستن چای با آب گرم یا سرد. - در نظر گرفتن زمان لازم برای دم کشیدن چای - اضافه کردن مواد افزودنی به چای در صورت نیاز - سرو چای به صورت مناسب - شستن، خشک کردن و جای دهی ظروف در جای مناسب
تهیه قهوه	<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل لازم جهت قهوه ترک (قهوه جوش، استکان قهوه خوری و...) - مواد مورد نیاز برای تهیه قهوه ترک: - قهوه ترک به ازای هر نفر ۱ ق چ ، شکر در صورت دلخواه ۱ ق چ ، آب سرد ۱ فنجان قهوه خوری به ازای هر نفر - نحوه آماده کردن قهوه ترک: - اجاق گاز را با رعایت نکات ایمنی روشن نمایید. - قهوه، شکر و آب را در قهوه جوش ریخته و با قاشق غذاخوری مخلوط نمایید. - قهوه جوش را روی حرارت کم قراردهید و بگذارید کم کم بجوشد. زمانی که قهوه از اطراف

<p>قهوه جوش کف کرد و کف در وسط گرد شد بلافاصله قهوه جوش را از روی حرارت بردارید و حرارت را خاموش نمایید.</p> <p>- از کف روی قهوه روی استکان قهوه خوری بریزید و بعد قهوه را داخل فنجان بریزید.</p> <p>- درهنگام پذیرایی در کنار فنجان قهوه یک فنجان آب ولرم قرار دهید.</p>	
<p>مهارت:</p> <p>- انتخاب ابزار و وسایل مناسب جهت تهیه قهوه ترک</p> <p>- آماده کردن مواد مورد نیاز</p> <p>- روشن کردن اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی</p> <p>- ریختن قهوه، شکر و آب متناسب با تعداد افراد درون قهوه جوش</p> <p>- در نظر گرفتن مدت زمان لازم برای دم کشیدن قهوه</p> <p>- اضافه کردن مواد افزودنی به قهوه</p> <p>- سرو قهوه به صورت مناسب</p> <p>- شستن، خشک کردن و جای دهی ظروف در جای مناسب</p>	
<p>دانش:</p> <p>- ابزار و وسایل لازم جهت شیرقهوه (شیرجوش، لیوان برای ریختن شیرقهوه و...)</p> <p>- مواد مورد نیاز برای تهیه شیرقهوه:</p> <p>- شیر ۱ لیوان، قهوه فوری (نسکافه) ۱ ق چ، شکر به دلخواه ۱ ق چ</p> <p>- نحوه آماده کردن شیرقهوه:</p> <p>- اجاق گاز را با رعایت نکات ایمنی روشن نمایید.</p> <p>- شیر و قهوه فوری را در شیرجوش ریخته و روی حرارت قرار دهید.</p> <p>- شیر را با قاشق غذاخوری هم بزنید تا کاملا حل شود بعد از گرم شدن شیر قهوه در لیوان پذیرایی بریزید.</p> <p>- لیوان را روی پیش دستی که روی آن دستمال کاغذی است بگذارید و پذیرایی نمایید.</p>	<p>شیر قهوه</p>
<p>مهارت:</p> <p>- انتخاب مناسب ظرف و وسایل مورد نیاز برای تهیه شیرقهوه</p> <p>- آماده کردن مواد مورد نیاز</p> <p>- در نظر گرفتن شیر و قهوه متناسب با تعداد افراد</p> <p>- روشن کردن اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی</p> <p>- پخت شیر قهوه متناسب با دستورالعمل</p> <p>- در نظر گرفتن زمان لازم برای برداشتن قهوه از روی حرارت</p> <p>- سرو شیر قهوه به صورت مناسب</p> <p>- شستن، خشک کردن و جای دهی ظروف در جای مناسب</p>	
<p>دانش:</p> <p>- ابزار و وسایل لازم جهت شیر کاکائو (شیرجوش، لیوان، قاشق و...)</p> <p>- مواد مورد نیاز برای تهیه شیر کاکائو:</p> <p>- پودر کاکائو ۱ ق چ، شکر ۱ ق غ، شیر ۱ لیوان</p> <p>- نحوه آماده کردن شیر کاکائو:</p>	<p>شیر کاکائو</p>

<ul style="list-style-type: none"> - شکر و پودر کاکائو را در کاسه کوچک با هم خوب مخلوط نمایید. - کمی آب جوش را با شکر و کاکائو مخلوط نمایید تا به صورت سس غلیظ در آید. - اجاق گاز را با رعایت نکات ایمنی روشن نمایید. - شیر را داخل شیرجوش بریزید مواد شکر و پودر کاکائو ، آب جوش که حالا به صورت سس درآمده است را به شیر اضافه و خوب مخلوط کنید و بعد روی حرارت قرار دهید. - شیر که به جوش آمد حرارت را خاموش نمایید و درلیوان سروی که از قبل آماده کرده اید بریزید و با پیش دستی و دستمال سرو نمایید. 	
<p style="text-align: right;">مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب مناسب ظرف و وسایل مورد نیاز برای تهیه شیرکاکائو - آماده کردن مواد مورد نیاز - آماده کردن سس شکلات (شکر، پودر کاکائو و آب جوش) - روشن کردن اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی - آماده کردن شیرکاکائو مطابق دستورالعمل - سرو شیر کاکائو به صورت مناسب - شستن، خشک کردن و جای دهی ظروف در جای مناسب 	
<p style="text-align: right;">دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل لازم جهت تهیه نسکافه (کتری، فنجان و...) - مواد مورد نیاز برای تهیه نسکافه : - قهوه فوری (نسکافه) ۱ ق چ ، شکر به دلخواه ۲ ق چ ، آب جوش ۱ فنجان - نحوه آماده کردن نسکافه : - اجاق گاز را با رعایت نکات ایمنی روشن نمایید. - آب را در کتری ریخته و روی حرارت قرار دهید تا آب بجوشد. - قهوه فوری و در صورت دلخواه شکر را درون فنجان سرو نسکافه بریزید. - آب جوش را روی استکان ریخته با قاشق چایخوری مخلوط نمایید. - نسکافه آماده شده را پذیرایی نمایید. 	نسکافه
<p style="text-align: right;">مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب ابزار و وسایل مناسب جهت تهیه نسکافه - آماده کردن مواد مورد نیاز - روشن کردن اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی - آماده کردن آب جوش - آماده کردن نسکافه مطابق دستورالعمل - سرو نسکافه به صورت مناسب - شستن، خشک کردن و جای دهی ظروف در جای مناسب 	

<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل لازم جهت میلک شیک میوه (مخلوط کن ، لیوان بلند برای پذیرایی و..) - مواد مورد نیاز برای تهیه میلک شیک میوه : - شیر ۱/۲ لیوان ، بستنی وانیلی ۱۰۰ گرم ، کمپوت میوه و یا میوه تازه به دلخواه ۱۰۰ گرم - نحوه آماده کردن میلک شیک میوه : - میوه دلخواه را شسته و با چاقو خرد نمایید. (در صورت استفاده از کمپوت درب آن را باز نمایید و آب اضافی آن را خارج نمایید) - بستنی و شیر و میوه را در مخلوط کن بریزید. - مخلوط کن را با احتیاط به برق بزنید و با توجه به نکات ایمنی روشن نمایید. - بعد از مخلوط و یکدست شدن مواد با هم آن را در لیوان بلند پذیرایی بریزید. از پیش دستی پذیرایی به همراه دستمال کاغذی و نی برای سرو استفاده نمایید. 	میلک شیک میوه
<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب ابزار و وسایل مناسب جهت تهیه میلک شیک میوه - آماده کردن مواد مورد نیاز - شستن و خرد کردن میوه ها - استفاده از مخلوط کن با رعایت نکات ایمنی - ریختن مواد داخل لیوان های بلند - سرو میلک شیک به صورت مناسب (استفاده از دستمال کاغذی و نی) - شستن، خشک کردن و جای دهی ظروف در جای مناسب 	
<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل لازم جهت موس شکلات (همزن برقی ، کاسه مناسب ، کتری آب جوش و..) - مواد مورد نیاز برای تهیه موس شکلات : - شکلات تخته ای شیرین ۵۰۰ گرم ، آب پرتقال ۳ ق غ ، رنده پوست پرتقال ۱ ق چ ، زرده تخم مرغ ۲ عدد و تخم مرغ کامل ۲ عدد، پودر قند ۱/۴ پیمانه ، خامه قنادی فرم گرفته ۱ پیمانه ، وانیل ۱/۳ ق چ - نحوه آماده کردن موس شکلات : - اجاق گاز را با رعایت نکات ایمنی روشن نمایید. - داخل کتری آب بریزید و بگذارید روی حرارت تا بجوشد. - کاسه مقاوم به حرارت را انتخاب نمایید. - شکلات ها را ریز خرد نمایید و داخل کاسه بریزید و بگذارید روی کتری تا به صورت غیر مستقیم حرارت ببیند و ذوب شود (مرتبا هم بزنید تا شکلات ذوب شود و نسوزد) - شکلات ذوب شده را کنار گذاشته تا کمی خنک شود. - در کاسه مناسبی تخم مرغ کامل و زرده هارا شکسته وبا پودر قند و وانیل باهمزن برقی بزنید تا خوب کرم رنگ و غلیظ شود. - رنده پوست پرتقال و آب پرتقال را اضافه نمایید و باهمزن برقی خوب مخلوط نمایید. - خامه قنادی را باهمزن برقی در کاسه جداگانه بزنید تا فرم بگیرد و سپس به مواد تخم مرغ اضافه نمایید و با همزن برقی بزنید تا یک دست شود. - شکلات ذوب شده را کم به مواد اضافه نمایید و باهمزن برقی بزنید. - شکلات را داخل چند لیوان پایه دار پذیرایی بریزید و در یخچال به مدت ۳ ساعت بگذارید تا کاملا 	موس شکلات

<p>سرد شود.</p> <ul style="list-style-type: none"> - موس شکلات آماده را می توانید با کمی خامه فرم گرفته ، سس شکلات و برگ نعناع شسته و خشک شده تزئین کنید. 	
<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب ابزار و وسایل مناسب جهت تهیه موس شکلات - آماده کردن مواد مورد نیاز - روشن کردن اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی - ذوب کردن شکلات با حرارت غیر مستقیم (بن ماری) - آماده کردن مواد موس شکلات مطابق دستورالعمل - اضافه کردن سایر افزودنی ها به مواد - ریختن موس شکلات در لیوان های پایه دار و قراردادن آن در یخچال در مدت زمان لازم - انجام تمام مراحل تهیه موس شکلات و کنترل مراحل آن - هم زدن خامه قنادی به صورتی که فرم بگیرد (خط پره های همزن روی خامه باقی بماند) - ریختن در ظرف مناسب و تزئین موس شکلات و پذیرایی مناسب آن - شستن، خشک کردن و جای دهی ظروف در جای مناسب 	
<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل لازم جهت میلک شیک شکلات (مخلوط کن، لیوان بلند برای پذیرایی و..) - مواد مورد نیاز برای تهیه میلک شیک شکلات : - شیر ۱/۲ لیوان ، بستنی وانیلی ۱۰۰ گرم ، سس شکلات ۱۰۰ گرم، (مخلوط آب جوش، شکر و پودر کاکائو) - نحوه آماده کردن میلک شیک شکلات : - سس شکلات ، شیر و بستنی را در مخلوط کن بریزید. - مخلوط کن را با احتیاط به برق بزنید و با توجه به نکات ایمنی روشن نمایید. - میلک شیک را در لیوان بلند بریزید و در صورت نیاز اطراف لیوان را تمیز کنید. 	<p>میلک شیک شکلات</p>
<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب ابزار و وسایل مناسب جهت تهیه میلک شیک شکلات - آماده کردن مواد مورد نیاز - تهیه میلک شیک مطابق دستورالعمل - استفاده از مخلوط کن با رعایت نکات ایمنی - ریختن مواد آماده شده در لیوان های مناسب و تزئین آن ها - شستن، خشک کردن و جای دهی ظروف در جای مناسب 	
	<p>نکات ایمنی حین کار</p> <ul style="list-style-type: none"> - رعایت بهداشت و نظافت فردی و کارگاهی - رعایت بهداشت فیزیکی بدن ضمن کار (اصول ارگونومی) - رعایت نکات ایمنی و بهداشتی ضمن کار - رعایت نکات ایمنی هنگام تمیز کردن و یا کار با وسایل برنده - قراردادن وسایل در جای خود پس از اتمام کار

<p>- علاقه مندی به کار - دقت، توجه و سرعت هنگام کار - صرفه جویی در مواد مصرفی</p>	<p>نگرش</p>
<p>- ریختن پسماند تر و خشک در سطل بازیافت - عدم استفاده از وسایل برقی در زمان اوج مصرف</p>	<p>توجهات زیست محیطی</p>
<p>- ابزار و تجهیزات: ترازوی آشپزخانه، پیمانه ها و قاشق های اندازه گیری، چاقوی آشپزخانه، کاسه، قاشق، چنگال، کارد، سینی، فنجان، قهوه خوری، لیوان، شعله پخش کن، شیرجوش، قهوه جوش، اجاق گاز، فندک اتمی، کپسول آتش نشانی، یخچال و فریزر، میزکار آشپزخانه، کابینت آشپزخانه همراه با هود، آب چکان و سینک، همزن برقی و دستی، دستگاه مخلوط کن، سماور، قوری</p> <p>- مواد مصرفی: مواد اولیه (چای، قهوه، شیرقهوه، شیرکائو، نسکافه، میلک شیک میوه، موس شکلات، میلک شیک شکلاتی) مواد شوینده و ضد عفونی کننده</p>	<p>تجهیزات ، ابزار و مواد مصرفی</p>
<p>فیلم آموزشی مرتبط</p>	<p>نرم افزار</p>
<p>- خواندن و نوشتن اعداد و کلمات</p>	<p>دانش پایه (غیر فنی)</p>

فهرست واری از شایستگی مهارت: تهیه نوشیدنی های گرم و سرد

نام و نام خانوادگی دانش آموز:

تاریخ آزمون نوبت دوم:

پایه:

رشته:

اجزای بودمان	آیتم های ارزیابی	به طور مستقل و صحیح انجام می دهد.	با راهنمایی کلامی مربی به طور صحیح انجام می دهد.	به طور صحیح انجام نمی دهد.
تهیه چای	بر اساس دستور مربی وسایل تهیه چای را انتخاب می کند.			
	مواد مورد نیاز را بر اساس دستورالعمل مربی و تعداد افراد آماده می کند.			
	با رعایت نکات ایمنی اجاق گاز را روشن می کند و حرارت آن را تنظیم می کند.			
	آب را داخل کتری یا سماور ریخته و روی حرارت قرار دهد تا بجوشد.			
	به ازای هر نفر ۱/۲ قاشق چایخوری، چای خشک درون قوری می ریزد.			
	چای را با آب ولرم می شوید.			
	آب جوش آماده شده را درون قوری ریخته و درب قوری را می گذارد.			
تهیه قهوه	قوری را روی کتری یا سماور گذاشته و زیر حرارت را کم می کند تا چای دم بکشد.			
	بر اساس دستور مربی وسایل تهیه قهوه را انتخاب می کند.			
	مواد مورد نیاز را بر اساس دستورالعمل مربی و تعداد افراد آماده می کند.			
	با رعایت نکات ایمنی اجاق گاز را روشن می کند و حرارت آن را تنظیم می کند.			
	قهوه، شکر و آب را در قهوه جوش ریخته و با هم مخلوط می کند.			
	قهوه جوش را روی حرارت کم قرار می دهد.			
	زمانی که قهوه درون قهوه جوش کف کرد، قهوه جوش را از روی حرارت برداشته و حرارت را خاموش می کند.			
شیر قهوه	قهوه را درون فنجان ریخته و در کنار آن یک فنجان آب ولرم می گذارد.			
	بر اساس دستور مربی وسایل تهیه شیرقهوه را انتخاب می کند.			
	مواد مورد نیاز را بر اساس دستورالعمل مربی و تعداد افراد آماده می کند.			
	با رعایت نکات ایمنی اجاق گاز را روشن می کند و حرارت آن را تنظیم می کند.			
	شیرقهوه را درون شیرجوش ریخته و روی حرارت قرار می دهد.			
	شیر را هم می زند تا کاملا در قهوه حل شود. بعد از مدت زمان لازم شیرقهوه را از روی حرارت برمی دارد.			
	بر اساس دستور مربی وسایل تهیه شیرکاکائو را انتخاب می کند.			
شیر کاکائو	مواد مورد نیاز را بر اساس دستورالعمل مربی و تعداد افراد آماده می کند.			
	با رعایت نکات ایمنی اجاق گاز را روشن می کند و حرارت آن را تنظیم می کند.			
	شکر و پودر کاکائو را با هم مخلوط می کند.			
	به شکر و پودر کاکائو آب جوش اضافه می کند.			
	شیر را در شیرجوش ریخته و مواد شکر و پودر کاکائو را به آن اضافه می کند.			
	شیر به جوش آمده را از روی حرارت برداشته و زیر حرارت را خاموش می کند.			
	شیر کاکائو را در ظرف مناسبی سرو می کند.			
نسکافه	بر اساس دستور مربی وسایل تهیه نسکافه را انتخاب می کند.			

			مواد مورد نیاز را براساس دستورالعمل مربی و تعداد افراد آماده می کند.	
			با رعایت نکات ایمنی اجاق گاز را روشن می کند و حرارت آن را تنظیم می کند.	
			آب را داخل کتری ریخته و روی گاز می گذارد تا جوش بیاید.	
			به مقدار لازم نسکافه و شکر را داخل فنجان ریخته و آب جوش را به آن اضافه می کند.	
			نسکافه را در ظرف مناسبی سرو می کند.	
			بر اساس دستور مربی وسایل تهیه میلک شیک میوه را انتخاب می کند.	میلک شیک میوه
			مواد مورد نیاز را بر اساس دستورالعمل مربی و تعداد افراد آماده می کند.	
			میوه های دلخواه را می شوید و با چاقو خرد می کند.	
			مخلوط کن را با رعایت موارد ایمنی و بهداشتی روشن می کند.	
			شیر، بستنی و میوه را درون مخلوط کن بریزید.	
			بعد از مخلوط شدن و یکدست شدن مواد آنرا درون لیوان پایه بلند ریخته و سرو می کند.	
			بر اساس دستور مربی وسایل تهیه موس شکلات را انتخاب می کند.	موس شکلات
			مواد مورد نیاز را بر اساس دستورالعمل مربی و تعداد افراد آماده می کند.	
			با رعایت نکات ایمنی اجاق گاز را روشن می کند و حرارت آن را تنظیم می کند.	
			داخل کتری آب ریخته و روی حرارت قرار می دهد تا بجوشد.	
			شکلات را ریز خرد کرده و داخل ظرف مناسبی ریخته و روی حرارت غیرمستقیم، بن ماری می کند.	
			شکلات ذوب شد را کنار می گذارد تا خنک شود.	
			همزن برقی را با رعایت نکات ایمنی و بهداشتی روشن می کند.	
			تخم مرغ، پودر قند، وانیل را با همزن برقی خوب مخلوط می کند تا کرم رنگ شود.	
			خامه قنادی را جداگانه هم می زند تا فرم بگیرد و به مواد تخم مرغ اضافه می کند.	
			شکلات را به مواد اضافه کرده و هم می زند.	
			موس شکلات را در لیوان های مناسبی می ریزد.	
			موس شکلات را درون یخچال گذاشته تا کاملاً سرد شود.	
			موس شکلات را از یخچال بیرون آورده و با شکلات و ... تزیین می کند.	
			بر اساس دستور مربی وسایل تهیه میلک شیک شکلات را انتخاب می کند.	میلک شیک شکلات
			مواد مورد نیاز را بر اساس دستورالعمل مربی و تعداد افراد آماده می کند.	
			مخلوط کن را با رعایت نکات ایمنی و بهداشتی روشن می کند.	
			بستنی، سس شکلات و شیر را در مخلوط کن می ریزد.	
			مواد را با هم در مخلوط کن ترکیب می کند.	
			میلک شیک آماده شده را درون لیوان پایه بلند می ریزد و سرو می کند.	
نمره عملی دانش آموز:				
نام و نام خانوادگی هنر آموز:				
تاریخ و امضاء:				

شایستگی مهارت: تهیه انواع دسرهای سنتی

شرح شایستگی مهارت: این پودمان توانایی تهیه انواع دسرهای سنتی (فرنی، شیربرنج، مسقطی، شله زرد و یخ در بهشت) را با رعایت موارد ایمنی و بهداشتی زیر نظر مربی فراهم می کند.

معیار عملکرد

معیار عملکرد		عناصر شایستگی
پخت فرنی	<ul style="list-style-type: none"> - وسایل لازم برای آماده کردن فرنی انتخاب می شود. - مواد اولیه به میزان مناسب طبق دستورالعمل آماده و با هم مخلوط می شود. - اجاق گاز را روشن و حرارت آن تنظیم می شود. - پخت مواد مطابق دستورالعمل انجام می شود. - افزودنی های مورد نیاز در زمان مناسب اضافه می شود. - مناسب بودن پخت مواد کنترل می شود. - فرنی در ظرف مناسب ریخته و پس از سرد شدن تزیین می شود. 	
پخت شیربرنج	<ul style="list-style-type: none"> - وسایل لازم برای آماده کردن شیربرنج انتخاب می شود. - مواد اولیه به میزان مناسب طبق دستورالعمل آماده می شود. - اجاق گاز روشن و حرارت آن تنظیم می شود. - برنج چند ساعت قبل از پخت خیسانده می شود. - افزودنی های مورد نیاز در زمان مناسب اضافه می شود. - مناسب بودن پخت مواد کنترل می شود. - شیربرنج در ظرف مناسب ریخته و پس از سرد شدن تزیین می شود. 	
پخت مسقطی	<ul style="list-style-type: none"> - وسایل لازم برای آماده کردن مسقطی انتخاب می شود. - مواد اولیه به میزان مناسب اندازه گیری و آماده می شود. - اجاق گاز روشن و حرارت آن تنظیم می شود. - پخت مسقطی مطابق دستورالعمل انجام می شود. - افزودنی های مورد نیاز در زمان مناسب اضافه می شود. - زمان مورد نیاز برای پخت مواد در نظر گرفته می شود. - پخت مواد کنترل می شود. - مسقطی در ظرف مناسب ریخته می شود. - مواد پس از سرد شدن به شکل های دلخواه بریده و تزیین می شود. 	
پخت شله زرد	<ul style="list-style-type: none"> - وسایل لازم برای پخت شله زرد انتخاب می شود. - مواد اولیه به میزان مناسب اندازه گیری و آماده می شود. - برنج چند ساعت قبل از پخت خیسانده می شود. - اجاق گاز روشن و حرارت آن تنظیم می شود. - مراحل پخت شله زرد مطابق دستورالعمل انجام می شود. - افزودنی های مورد نیاز در زمان مناسب اضافه می شود. - رنگ و شیرینی شله زرد کنترل می شود. - شله زرد در ظرف مناسب ریخته و پس از سرد شدن تزیین می شود. 	
پخت یخ در بهشت	<ul style="list-style-type: none"> - وسایل لازم برای پخت یخ در بهشت انتخاب می شود. - مواد اولیه به میزان مناسب اندازه گیری و آماده می شود. - اجاق گاز روشن و حرارت آن تنظیم می شود. - پخت مواد مطابق دستورالعمل انجام می شود. - افزودنی های مورد نیاز در زمان مناسب اضافه می شود. - مناسب بودن پخت مواد کنترل می شود. - مواد در ظرف مناسب ریخته و پس از سرد شدن تزیین می شود. 	

تمیزکاری وسایل، تجهیزات و سطوح	- وسایل کار شسته، خشک و جای دهی می شود. - تمیزکاری اجاق گاز و سطوح از ضایعات و آلودگیها مطابق با دستورالعمل انجام می شود.
راهنمای آزمون	ارزشیابی این شایستگی بر مبنای ۲۰ نمره می باشد. (ارزشیابی عملی ۱۴ نمره، ارزشیابی کتبی ۳ نمره و ارزشیابی از رفتارهای شغلی ۳ نمره) نحوه محاسبه نمره پایانی آن به قرار ذیل است: <u>نمره پایانی = نمره آزمون نوبت دوم + نمره تکوینی دانش آموز*</u> ۲ * نمره تکوینی دانش آموز شامل موارد ذیل است: <u>میانگین نمرات آزمون های مستمر نوبت اول + نمره آزمون نوبت اول + میانگین نمرات آزمون های مستمر نوبت دوم</u> ۳
	مفاهیم شناختی پیش نیاز خواندن و نوشتن، شمارش، مفهوم زمان، خواندن ساعت، مفهوم چند ساعت قبل، مفهوم (چندبرابر، مخلوط، محلول) و...
پودمان های هم نیاز و پیش نیاز	بهداشت و ایمنی در آشپزخانه
رفتارهای شغلی	آراستگی ظاهری: لباس کار تمیز پوشیده می شود. نظم و ترتیب: پس از پایان کار وسایل در جای خود قرار داده می شود. مسئولیت پذیری: کار محوله را به درستی انجام می دهد. مهارت های ارتباطی: واژه های مربوط به کار خود را به درستی بیان می کند. گزارش کار خود را به مربی می دهد. با دیگران مودبانه صحبت می کند. رعایت بهداشت فردی: قبل و پس از پایان کار دست و صورت خود را می شوید. وقت شناسی: به موقع در کارگاه حضور پیدا می کند. کار خود را در زمان تعیین شده انجام می دهد.
امکانات (فضای فیزیکی)	یک فضای کاری در حدود ۳۰ متر مربع
تجهیزات و ابزار	ترازوی آشپزخانه، پیمانها و قاشق های اندازه گیری، چاقوی آشپزخانه، کاسه، قابلمه، ملاقه، ظروف درب دار، قاشق، چنگال، کارد، سینی، بشقاب، صافی، شعله پخش کن، اجاق گاز، فندک اتمی، کپسول آتش نشانی، یخچال و فریزر، میزکار آشپزخانه، کابینت آشپزخانه همراه با هود، آب چکان و سینک، همزن برقی و دستی،
مواد مصرفی	مواد اولیه (فرنی، مسقطی، شیربرنج، شله زرد، یخ در بهشت)، روغن مواد شوینده و ضد عفونی کننده و...
نرم افزار	فیلم آموزشی مرتبط
نیروی انسانی	فوق دیپلم و بالاتر در رشته تحصیلی مرتبط و یا فوق دیپلم و بالاتر در رشته کودکان استثنایی با داشتن مدرک مهارتی مرتبط از سازمان های متولی آموزش حرفه ای

برنامه درسی شایستگی مهارت: تهیه انواع دسرهای سنتی

اجزای شایستگی	عناصر شایستگی
<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل لازم جهت تهیه فرنی (قابلمه، قاشق چوبی، کاسه و...) - میزان مواد مورد نیاز برای تهیه فرنی - شیر ۴ پیمانه، آرد برنج ۱/۲ پیمانه، شکر ۱ پیمانه ، گلاب ۱/۴ پیمانه ، دارچین یا خلال بادام و پسته برای تزئین - نحوه آماده کردن فرنی: - آرد برنج و شکر را در کاسه متوسط ریخته و به آن شیر را آهسته آهسته اضافه نمایید تا یک دست شود. - حال مواد مخلوط شده را از صافی رد نمایید تا یکدست شود. - مواد صاف شده را در قابلمه مناسبی بریزید. - اجاق گاز را روشن نمایید و قابلمه را روی حرارت قرار دهید و مرتباً مواد را هم بزنید. کمی که غلیظ شد گلاب را اضافه نمایید. - فرنی که غلیظ شد از روی حرارت بردارید ، در صورت دلخواه می توانید به آن پودر کاکائو و زعفران دم شده اضافه نمایید که با طعم های متفاوت آن را تجربه کنید. - فرنی ها را در ظرف مناسبی ریخته و روی آن را با دارچین و خلال بادام تزئین نمایید. 	<p>پخت فرنی</p>
<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - آماده کردن وسایل لازم برای تهیه فرنی - آماده کردن مواد اولیه به میزان مناسب طبق دستورالعمل - مخلوط کردن مواد (آرد برنج، شکر، شیر) با یکدیگر و رد کردن از صافی برای یکدست شدن آن - روشن کردن اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی - پخت مواد و اضافه کردن افزودنی های مورد نیاز - کنترل غلظت فرنی - ایجاد طعم های مختلف فرنی با افزودنی های مورد نیاز - ریختن فرنی ها در ظروفی مناسب بعد از سرد شدن و تزئین آنها - شستن، خشک کردن و جای دهی ظروف در جای مناسب 	
<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل لازم جهت تهیه شیربرنج (لگن، قاشق، قابلمه و...) - میزان مواد مورد نیاز برای تهیه شیربرنج - برنج ۲۰ گرم ، شیر ۱٫۵ لیتر، آب ۲ پیمانه ، گلاب ۱/۲ پیمانه (شکر و مربا یا شیره خرما و انگور برای پذیرایی) ، نمک مقداری - نحوه آماده کردن شیربرنج : - برنج را پاک کرده و با آب ولرم شسته و با کمی نمک از شب قبل خیس نمایید. - قابلمه مناسب با حجم شله زرد انتخاب نمایید. - گاز را روشن نمایید قابلمه را روی حرارت بگذارید. - آب برنجی که از شب قبل خیس کرده اید را دور بریزید و سپس برنج خیس خورده را داخل قابلمه بریزید. - آب مورد نیاز برای پخت شیر برنج را داخل قابلمه بریزید و بگذارید برنج بپزد و آب آن کشیده شود - شیر را به قابلمه اضافه و خوب مخلوط نمایید. - زمانی که کمی شیر غلیظ شد گلاب را اضافه نمایید بعد از چند جوش شیربرنج آماده است. 	<p>پخت شیر برنج</p>

<ul style="list-style-type: none"> - شیربرنج را در ظرفی مناسب ریخته و برای پذیرایی در کنار آن شکر و مربا و یا شیره خرما یا شیره انگور قرار دهید. 	
<p style="text-align: right;">مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - آماده کردن وسایل لازم برای تهیه فرنی - آماده کردن مواد اولیه به میزان مناسب طبق دستورالعمل - پاک کردن و شستن برنج طبق دستورالعمل - روشن کردن اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی - پخت مواد شیربرنج و اضافه کردن افزودنی های مورد نیاز مطابق دستورالعمل - کنترل مناسب بودن پخت مواد - ریختن شیربرنج در ظرفی مناسب و تزیین آن پس از سرد شدن - شستن، خشک کردن و جای دهی ظروف در جای مناسب 	
<p style="text-align: right;">دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل لازم جهت تهیه مسقطی (تابه، قابلمه، قاشق، همزن برقی، گوشت کوب و...) - میزان مواد مورد نیاز برای تهیه مسقطی - نشاسته ۱/۲ پیمانه ، روغن مایع ۱/۴ پیمانه ، گلاب ۱/۴ پیمانه ، شکر ۲ پیمانه ، آب ۱/۲ و ۷ پیمانه ، خلال بادام بو داده ۱/۴ پیمانه ، دانه های هل ۱ ق غ ، پودر پسته جهت تزئین مقداری - نحوه آماده کردن مسقطی : - تابه مناسب را انتخاب نمایید. - اجاق گاز را روشن نمایید تابه را روی حرارت بگذارید تا کاملا گرم شود. - خلال بادام را داخل تابه بریزید و با حرارت تابه تفت دهید. بعد از تغییر رنگ خلال بادام ها و طلایی شدن آنها حرارت را خاموش کرده و مواد را در کاسه کوچکی ریخته و کنار بگذارید. - هل سبز را با گوشت کوب کمی بکوبید تا باز شود و دانه های داخل آن را جدا کرده و در ظرفی ریخته کنار بگذارید. - نشاسته را داخل کاسه ای ریخته و روی آن ۲ پیمانه آب بریزید و خوب باهمزن دستی مخلوط نمایید. - نشاسته حل شده را از صافی عبور دهید تا کاملا صاف شود. - قابلمه ای را انتخاب کنید و داخل آن بقیه آب (۵ پیمانه و نیم) و شکر را بریزید. - اجاق گاز را روشن نمایید و قابلمه را روی حرارت بگذارید تا شکر حل شود. سپس به آن روغن اضافه نمایید. - بعد از جوشیدن مواد نشاسته را اضافه نمایید و مواد را هم بزنید تا زمانی که کاملا غلیظ و شفاف شود. - زمانی که مواد کمی جوشید هل و بادام را اضافه کنید. - زمانی که مایع به روغن افتاد و سفت شد گلاب را اضافه نمایید و بعد از چند جوش شعله را خاموش کنید. - قالب مستطیل با ارتفاع کمی را انتخاب نمایید و کمی با روغن مایع چرب کنید. - مسقطی را داخل قالب بریزید و روی آن را با خلال بادام و پسته تزئین نمایید. - قالب را کمی در یخچال قرار دهید تا خود را بگیرد و سفت شود. - مسقطی را در قالب به صورت لوزی برش دهید و در ظرف پذیرایی بگذارید 	<p>پخت مسقطی</p>
<p style="text-align: right;">مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - آماده کردن وسایل لازم برای تهیه مسقطی - آماده کردن مواد اولیه به میزان مناسب طبق دستورالعمل - روشن کردن اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی - تفت دادن خلال بادام ها داخل تابه به میزان لازم - جدا کردن دانه های هل از آن - آماده کردن مایع نشاسته و رد کردن آن از صافی - پخت مواد مسقطی و اضافه کردن افزودنی های مورد نیاز مطابق دستورالعمل - چرب کردن قالب و ریختن مواد مسقطی درون آن 	

<ul style="list-style-type: none"> - تزئین مواد مسقطی و قراردادن قالب در یخچال تا زمان مناسب - برش مسقطی ها و چیدن در ظرفی مناسب - شستن، خشک کردن و جای دهی ظروف در جای مناسب 	
<p style="text-align: right;">دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل لازم جهت تهیه شله زرد (سینی، لگن، قابلمه، قاشق و...) - میزان مواد مورد نیاز برای تهیه شله زرد - برنج: ۱۰۰ گرم، شکر: ۳۰۰ گرم، آب: ۴ پیمانه، گلاب: ۱/۲ پیمانه، روغن یا کره: ۵۰ گرم، خلال بادام: ۵۰ گرم، پودر زعفران: ۱ قاشق چایخوری، خلال بادام و پسته و پودر دارچین برای تزئین نحوه آماده کردن شله زرد: - ابتدا برنج را پاک کرده و سپس با آب ولرم بشویید. - برنج را با کمی نمک ۲۴ ساعت بگذارید تا خیس بخورد (بهتر است از برنج نیم دانه برای پخت شله زرد انتخاب شود). - قابلمه مناسبی را انتخاب نمائید آبی که برنج را در آن خیسانده اید دور بریزید. برنج را در قابلمه بریزید ۴ پیمانه آب داخل قابلمه بریزید. - اجاق گاز را روشن نمائید قابلمه را روی حرارت قرار دهید. - بگذارید برنج کاملا پخته شود و دانه های برنج در آب به صورت له شده در آید در صورت نیاز کمی آب به آن اضافه نمائید تا برنج به حالت له در آید. - زمانی که برنج له و غلیظ شد خلال بادام را اضافه نمائید. - بعد از گذشت ۵ دقیقه شکر و روغن را اضافه نمائید بعد از ۱۰ دقیقه که شکر در برنج کاملا حل شد گلاب را اضافه نمائید و بگذارید تا دوباره غلیظ شود. - زعفران را در آسیاب کوچک پودر کرده و یا با هاونگ پودر کرده و در استکان کوچک ریخته و کمی یخ داخل آن بی اندازید و بگذارید کنار جای گرم تا خوب دم بکشد. - زعفران دم شده را داخل شله زرد بریزید و خوب هم بزنید و درب آن را دم کنی قرار دهید و زیر شله زرد را خاموش نمائید بعد از ۱ ساعت شله زرد را کمی گرم نمائید تا در صورت شل شدن سفت و گرم شود. - شله زرد را در ظروف پذیرایی ریخته و با خلال پسته و خلال بادام و دارچین و گل سرخ تزئین نمائید. 	<p>پخت شله زرد</p>
<p style="text-align: right;">مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - آماده کردن وسایل لازم برای تهیه شله زرد - آماده کردن مواد اولیه به میزان مناسب طبق دستورالعمل - پاک کردن و شستن برنج طبق دستورالعمل - روشن کردن اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی - پخت مواد و اضافه کردن افزودنی های مورد نیاز مطابق دستورالعمل - کنترل غلظت شله زرد - ریختن شله زرد در ظروفی مناسب بعد از سرد شدن و تزئین آنها - شستن، خشک کردن و جای دهی ظروف در جای مناسب 	
<p style="text-align: right;">دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل لازم جهت تهیه یخ در بهشت (کاسه، قابلمه، قاشق و...) - میزان مواد مورد نیاز برای تهیه یخ در بهشت آرد برنج ۱/۳ پیمانه، گلاب ۱/۲ پیمانه، شیر ۴ پیمانه، آب ۵ پیمانه، نشاسته گل یا نشاسته گندم ۱ پیمانه، شکر ۳ پیمانه، پسته خرد شده به مقدار لازم - نحوه آماده کردن یخ در بهشت: - آرد برنج را با شیر در کاسه ای مخلوط و از صافی رد نمائید تا یکدست شود. - نشاسته را در آب سرد حل کرده و از صافی رد کنید تا یکدست و غلیظ شود. - اجاق گاز را روشن نمائید. 	<p>پخت یخ در بهشت</p>

<ul style="list-style-type: none"> - قابلمه متناسب با اندازه ی مواد اولیه انتخاب نمائید و روی حرارت بگذارید. - درون قابلمه نشاسته حل شده و آرد برنج و شیر را اضافه نمائید تا به جوش آید. حرارت شعله را ملایم کنید و مرتب هم بزنید. - زمانی که مایع غلیظ شد شکر را به همراه گلاب اضافه کنید. مایه باید خیلی آرام بجوشد. - در تمام مدت پخت با قاشق چوبی مرتباً هم بزنید تا مایع نسوزد و ته نگیرد. - مواد غلیظ شد تا حدی که جای قاشق روی آن محو شود یخ در بهشت آماده است. - دیس مستطیلی گودی را کمی چرب نمائید و مایع را درون آن بریزید. ظرف را تکان دهید تا روی مایه خوب صاف شود. - دیس را در یخچال قرار دهید تا کاملاً سرد وبسته شود. - سپس آن را از یخچال بیرون بیاورید به صورت لوزی برش بزنید و با خلال پسته تزئین نمائید و در ظرف پذیرائی قرار دهید. 	
<p style="text-align: right;">مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - آماده کردن وسایل لازم برای تهیه یخ در بهشت - آماده کردن مواد اولیه به میزان مناسب طبق دستورالعمل - مخلوط کردن آرد برنج و شیر و رد کردن از صافی - آماده کردن مایع نشاسته و رد کردن آن از صافی - روشن کردن اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی - پخت مواد یخ در بهشت و اضافه کردن افزودنی های مورد نیاز مطابق دستورالعمل - تنظیم حرارت اجاق گاز و کنترل غلظت مواد - چرب کردن قالب و ریختن مواد یخ در بهشت درون آن - برش یخ در بهشت و تزئین آن بعد از بیرون آوردن از یخچال - چیدن یخ در بهشت در ظرفی مناسب - شستن، خشک کردن و جای دهی ظروف در جای مناسب 	
<ul style="list-style-type: none"> - رعایت بهداشت و نظافت فردی و کارگاهی - رعایت بهداشت فیزیکی بدن ضمن کار (اصول ارگونومی) - رعایت نکات ایمنی و بهداشتی ضمن کار - رعایت نکات ایمنی هنگام تمیز کردن و یا کار با وسایل برنده - قراردادن وسایل در جای خود پس از اتمام کار 	<p>نکات ایمنی حین کار</p>
<ul style="list-style-type: none"> - علاقه مندی به کار - دقت، توجه و سرعت هنگام کار - صرفه جویی در مواد مصرفی 	<p>نگرش</p>
<ul style="list-style-type: none"> - ریختن پسماند تر و خشک در سطل بازیافت - عدم استفاده از وسایل برقی در زمان اوج مصرف 	<p>توجهات زیست محیطی</p>
<p>ابزار و تجهیزات:ترازوی آشپزخانه، پیمانها و قاشق های اندازه گیری، چاقوی آشپزخانه، کاسه، قابلمه، ملاقه، ظروف درب دار، قاشق، چنگال، کارد، سینی، بشقاب، صافی، شعله پخش کن، اجاق گاز، فندک اتمی، کپسول آتش نشانی، یخچال و فریزر، میز کار آشپزخانه، کابینت آشپزخانه همراه با هود، آب چکان و سینک، همزن برقی و دستی،</p> <p>مواد مصرفی: مواد اولیه (فرنی، مسقطی، شیربرنج، شله زرد، یخ در بهشت)، روغن</p> <p>مواد شوینده و ضد عفونی کننده و...</p>	<p>تجهیزات ، ابزار و مواد مصرفی</p>
<ul style="list-style-type: none"> - خواندن و نوشتن اعداد و کلمات 	<p>دانش پایه(غیر فنی)</p>

فهرست واری از شایستگی مهارت: تهیه انواع دسرهای سنتی

نام و نام خانوادگی دانش آموز:

تاریخ آزمون نوبت دوم:

پایه:

رشته:

اجزای پودمان	آیتم های ارزیابی	به طور مستقل و صحیح انجام می دهد.	با راهنمایی کلامی مربی به طور صحیح انجام می دهد.	به طور صحیح انجام نمی دهد.
پخت فرنی	بر اساس دستور مربی وسایل تهیه پخت فرنی را انتخاب می کند.			
	مواد مورد نیاز را بر اساس دستورالعمل مربی و تعداد افراد آماده می کند.			
	با رعایت نکات ایمنی اجاق گاز را روشن می کند و حرارت آن را تنظیم می کند.			
	آرد برنج و شکر را در کاسه متوسط ریخته و به آن شیر را آرام آرام اضافه می کند.			
	مواد را از صافی رد می کند.			
	با رعایت نکات ایمنی اجاق گاز را روشن می کند و حرارت آن را تنظیم می کند.			
	قابلمه مواد را روی گاز می گذارد و مرتباً هم می زند.			
	بعد از غلیظ شدن مواد گلاب را به آن اضافه می کند.			
	فرنی غلیظ شده را از روی حرارت بر می دارد.			
پخت شیربرنج	فرنی را در ظرف مناسبی ریخته و با دارچین و خلال بادام تزیین می کند.			
	بر اساس دستور مربی وسایل تهیه پخت شیر برنج را انتخاب می کند.			
	مواد مورد نیاز را بر اساس دستورالعمل مربی و تعداد افراد آماده می کند.			
	برنج را پاک کرده و می شوید.			
	با رعایت نکات ایمنی اجاق گاز را روشن می کند و حرارت آن را تنظیم می کند.			
	قابلمه مناسبی را انتخاب می کند و بر روی اجاق گاز قرار می دهد.			
	برنج را درون قابلمه می ریزد و به آن آب اضافه می کند تا برنج بپزد و آب آن کشیده شود.			
	شیر را به برنج اضافه و خوب مخلوط می کند.			
	بعد از غلیظ شدن شیرگلاب را اضافه می کند.			
پخت مسقطی	شیر برنج را در ظرف مناسبی ریخته و با شکر و مربا تزیین می کند.			
	بر اساس دستور مربی وسایل تهیه پخت مسقطی را انتخاب می کند.			
	مواد مورد نیاز را بر اساس دستورالعمل مربی و تعداد افراد آماده می کند.			
	تابه مناسبی را انتخاب کنید.			
	با رعایت نکات ایمنی اجاق گاز را روشن می کند و حرارت آن را تنظیم می کند.			
	خلال بادام را داخل تابه ریخته و کاملاً تفت می دهد.			
	هل را به خوبی می کوبد.			
	نشاسته را با آب حل کرده و از صافی رد می کند.			
	قابلمه مناسبی را انتخاب و درون آن به میزان مناسب آب و شکر می ریزد.			
بعد از جوشیدن مواد نشاسته را اضافه می کند تا پخته شود.				
پخت و رنگ مواد را کنترل می کند.				
بعد از پخت مواد به آن گلاب و هل اضافه می کند.				
قالب را با کمی روغن چرب می کند.				

			مسقطی را در قالب ریخته روی آن را با پسته و بادام تزیین می کند.
			قالب مسقطی را درون یخچال قرار می دهد.
			بعد از زمان لازم قالب را از یخچال در می آورد و برش می زند.
			مسقطی ها را در ظرف مناسب می ریزد.
			بر اساس دستور مربی وسایل تهیه پخت شله زرد را انتخاب می کند.
			مواد مورد نیاز را بر اساس دستورالعمل مربی و تعداد افراد آماده می کند.
			برنج را پاک کرده و می شوید.
			با رعایت نکات ایمنی اجاق گاز را روشن می کند و حرارت آن را تنظیم می کند.
			قابلمه را روی گاز گذاشته و برنج و آب را درون قابلمه می ریزد.
			بعد از له و غلیظ شدن برنج به آن خلال بادام اضافه می کند.
			در زمان لازم شکر و روغن را اضافه می کند.
			پس از حل شدن شکر در برنج گلاب را اضافه می کند.
			به میزان لازم زعفران را با هاون می ساید.
			زعفران ساییده شده را به شله زرد اضافه می کند.
			روی درب شله زرد دم کنی گذاشته و زیر آنرا خاموش می کند.
			شله زرد را در ظرفی مناسب ریخته و با دارچین، پودر پسته و ... تزیین می کند.
			بر اساس دستور مربی وسایل تهیه پخت یخ در بهشت را انتخاب می کند.
			مواد مورد نیاز را بر اساس دستورالعمل مربی و تعداد افراد آماده می کند.
			آرد برنج را با شیر در ظرفی مخلوط کرده و از صافی رد می کند.
			نشاسته را با آب سرد حل کرده و از صافی رد می کند.
			با رعایت نکات ایمنی اجاق گاز را روشن می کند و حرارت آن را تنظیم می کند.
			قابلمه را روی گاز گذاشته و درون آن نشاسته، آردبرنج و شیر را می ریزد.
			حرارت را ملایم کرده و مرتب مواد را هم می زند.
			وقتی مایه غلیظ شد به آن شکر و گلاب را اضافه می کند.
			ظرف یخ در بهشت را کمی چرب می کند و مواد را درون آن می ریزد.
			ظرف را درون یخچال قرار می دهد تا یخ دربهشت کاملا سرد و بسته شود.
			پس از مدت زمان لازم یخ در بهشت را از یخچال خارج کرده و به صورت لوزی برش می زند و با خلال پسته تزیین می کند.
			یخ در بهشت را در ظرفی مناسب می چیند.
نمره عملی دانش آموز:			
نام و نام خانوادگی هنر آموز:			تاریخ و امضاء:

شایستگی مهارت: تهیه چند نوع خورش

شرح شایستگی مهارت: این پودمان توانایی تهیه چند نوع خورش (کرفس، قیمه، قورمه سبزی، بادنجان و هویج) را با استفاده از مواد اولیه ای که مربی در اختیار دانش آموزان قرار می دهد با رعایت موارد ایمنی و بهداشتی زیرنظر مربی فراهم می کند.

معیار عملکرد		
<ul style="list-style-type: none"> - وسایل طبق دستورالعمل مربی انتخاب می شود. - مواد مورد نیاز به تعداد نفرات براساس دستورالعمل آماده می شود. - مواد اولیه خورش (گوشت، پیاز، کرفس، نعناع و جعفری) مطابق دستورالعمل آماده می شود. - اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی روشن می شود. - مراحل پخت خورش مطابق دستورالعمل انجام می شود. - بعد از پخته شدن مواد افزودنی های مورد نیاز به میزان مناسب اضافه می شود. - حرارت اجاق گاز تنظیم و زمان مناسب برای جا افتادن خورش در نظر گرفته شود. - خورش در ظرف مناسب ریخته می شود. - وسایل کار شسته، خشک و جای دهی می شود. 	خورش کرفس	عناصر شایستگی
<ul style="list-style-type: none"> - وسایل طبق دستورالعمل مربی انتخاب می شود. - مواد مورد نیاز به تعداد نفرات براساس دستورالعمل آماده می شود. - مواد اولیه خورش (گوشت، پیاز، لپه، سیب زمینی، رب گوجه، لیمو عمانی و...) مطابق دستورالعمل آماده می شود. - اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی روشن می شود. - مراحل پخت خورش مطابق دستورالعمل انجام می شود. - بعد از پخته شدن مواد افزودنی های مورد نیاز به میزان مناسب اضافه می شود. - حرارت اجاق گاز تنظیم و زمان مناسب برای جا افتادن خورش در نظر گرفته شود. - خورش در ظرف مناسب ریخته می شود. - وسایل کار شسته، خشک و جای دهی می شود. 	خورش قیمه	
<ul style="list-style-type: none"> - وسایل طبق دستورالعمل مربی انتخاب می شود. - مواد مورد نیاز به تعداد نفرات براساس دستورالعمل آماده می شود. - مواد اولیه خورش (گوشت، پیاز، لوبیا (قرمز، چیتی یا چشم بلبلی)، رب گوجه، لیمو عمانی، سبزی و ...) مطابق دستورالعمل آماده می شود. - اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی روشن می شود. - مراحل پخت خورش مطابق دستورالعمل انجام می شود. - بعد از پخته شدن مواد افزودنی های مورد نیاز به میزان مناسب اضافه می شود. - حرارت اجاق گاز تنظیم و زمان مناسب برای جا افتادن خورش در نظر گرفته 	خورشت قورمه سبزی	

<p>شود.</p> <p>- خورش در ظرف مناسب ریخته می شود.</p> <p>- وسایل کار شسته، خشک و جای دهی می شود.</p>		
<p>- وسایل طبق دستورالعمل مربی انتخاب می شود.</p> <p>- مواد مورد نیاز به تعداد نفرات براساس دستورالعمل آماده می شود.</p> <p>- مواد اولیه خورش (گوشت، پیاز، بادنجان، آب غوره و...) مطابق دستورالعمل آماده می شود.</p> <p>- اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی روشن می شود.</p> <p>- مراحل پخت خورش مطابق دستورالعمل انجام می شود.</p> <p>- بعد از پخته شدن مواد افزودنی های مورد نیاز به میزان مناسب اضافه می شود.</p> <p>- حرارت اجاق گاز تنظیم و زمان مناسب برای جا افتادن خورش در نظر گرفته شود.</p> <p>- خورش در ظرف مناسب ریخته می شود.</p> <p>- وسایل کار شسته، خشک و جای دهی می شود.</p>	<p>خورش بادنجان</p>	
<p>- وسایل طبق دستورالعمل مربی انتخاب می شود.</p> <p>- مواد مورد نیاز به تعداد نفرات براساس دستورالعمل آماده می شود.</p> <p>- مواد اولیه خورش (گوشت، پیاز، هویج، آلو خشک، زعفران و ...) مطابق دستورالعمل آماده می شود.</p> <p>- اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی روشن می شود.</p> <p>- مراحل پخت خورش مطابق دستورالعمل انجام می شود.</p> <p>- بعد از پخته شدن مواد افزودنی های مورد نیاز به میزان مناسب اضافه می شود.</p> <p>- حرارت اجاق گاز تنظیم و زمان مناسب برای جا افتادن خورش در نظر گرفته شود.</p> <p>- خورش در ظرف مناسب ریخته می شود.</p> <p>- وسایل کار شسته، خشک و جای دهی می شود.</p>	<p>خورش هویج</p>	
<p>ارزشیابی این شایستگی بر مبنای ۲۰ نمره می باشد. (ارزشیابی عملی ۱۴ نمره، کتبی ۳ نمره و ارزشیابی از رفتارهای شغلی ۳ نمره)</p> <p>نحوه محاسبه نمره پایانی آن به قرار ذیل می باشد.</p> <p><u>نمره پایانی = نمره آزمون نوبت دوم + نمره تکوینی دانش آموز</u></p> <p style="text-align: center;">۲</p> <p>نمره تکوینی دانش آموز شامل موارد زیر است:</p> <p><u>میانگین نمرات آزمون های مستمر نوبت اول + نمره آزمون نوبت اول + میانگین نمرات آزمون های مستمر نوبت دوم</u></p> <p style="text-align: center;">۳</p>		

<p>مهارت های عمومی پایه تعریف شده برای ورود به دوره دوم متوسطه حرفه ای</p>	<p>مفاهیم شناختی پیش نیاز</p>
<p>بهداشت و ایمنی در آشپزخانه (هم نیاز) نگه داری مواد غذایی (هم نیاز)</p>	<p>پودمان های هم نیاز و پیش نیاز</p>
<p>آراستگی ظاهری: لباس کار تمیز پوشیده می شود. نظم و ترتیب: پس از پایان کار وسایل در جای خود قرار داده می شود. مسئولیت پذیری: کار محوله را به درستی انجام می دهد. مهارت های ارتباطی: واژه های مربوط به کار خود را به درستی بیان می کند. گزارش کار خود را به مربی می دهد. با دیگران مؤدبانه صحبت می کند. رعایت بهداشت فردی: قبل و پس از پایان کار دست و صورت خود را می شوید. وقت شناسی: به موقع در کارگاه حضور پیدا می کند. کار خود را در زمان تعیین شده انجام می دهد.</p>	<p>رفتارهای شغلی</p>
<p>یک فضای کاری در حدود ۳۰ متر مربع</p>	<p>امکانات (فضای فیزیکی)</p>
<p>ترازوی آشپزخانه، چاقوی آشپزخانه، کاسه، قاشق، چنگال، کارد، سینی، تابه، شعله پخش کن، اجاق گاز، فندک، تخته، یخچال و فریزر، میز آشپزخانه، کابینت آشپزخانه همراه هود، آب چکان، سینک</p>	<p>ابزار و تجهیزات</p>
<p>مواد اولیه تهیه خورش ها (گوشت، پیاز، لپه، سبزی قورمه، سبزی نعنای و جعفری، کرفس، بادنجان، هویج، لوبیا قرمز یا چیتی، آلو خشک، رب، روغن، آب غوره، فلفل، نمک، زردچوبه، لیمو عمانی، سیب زمینی، دارچین، زعفران، مواد شوینده و ضدعفونی کننده</p>	<p>مواد مصرفی</p>
<p>فیلم آموزشی مرتبط</p>	<p>نرم افزار</p>
<p>فوق دیپلم و بالاتر در رشته تحصیلی مرتبط و یا فوق دیپلم و بالاتر در رشته کودکان استثنایی با داشتن مدرک مهارتی مرتبط از سازمان های متولی آموزش حرفه ای</p>	<p>نیروی انسانی</p>

اجزای شایستگی	عناصر شایستگی
<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل لازم جهت تهیه خورش کرفس (تخته کار، چاقو، قابلمه، لگن و...) - میزان مواد مورد نیاز و افزودنی های لازم و نسبت های آن متناسب با تعداد افراد (۶ نفر): گوشت ۵۰۰ گرم، پیاز ۷۵ گرم، رب گوجه ۱ قاشق سوپخوری، کرفس ۱ کیلوگرم، نعنای و جعفری و برگ کرفس تازه ۲۵۰ گرم، آب غوره، نمک، زردچوبه، روغن، فلفل - نحوه تهیه خورش کرفس - گوشت را تکه تکه کرده و خوب بشویید. - پیاز را پوست گرفته، شسته و ریزخرد کنید. - گاز را روشن کرده و قابلمه را روی حرارت بگذارید. سپس مقداری روغن در آن ریخته و پیاز را کمی تفت دهید. - گوشت را اضافه کرده و بعد از کمی تفت دادن مقداری رب و زردچوبه را اضافه کرده و با گوشت تفت دهید. - سه لیوان آب داخل قابلمه ریخته و بعد از جوش آمدن، حرارت آن را ملایم کرده و بگذارید گوشت نیم پز شود. - کرفس را پس از پاک کردن، شستن و ضدعفونی، ساقه های جوان آن را به اندازه ۲ بند انگشت خلال درشت و برگ های تازه را با نعنای و جعفری ریز خرد کنید. - کرفس را در کمی روغن تفت دهید و سپس نعنای، جعفری و برگ های تازه را اضافه و همراه با کرفس تفت دهید. - بعد از نیم پز شدن گوشت، سبزی ها را اضافه کنید و بگذارید خورش پخته شود. - بعد از پخته شدن گوشت، آب غوره، نمک و فلفل را اضافه کنید و بگذارید خورش جا بیفتد و روغن روی آن قرار بگیرد. - خورش را در ظرف مناسب ریخته و اطراف ظرف را تمیز کنید. <p>نکته ها:</p> <ul style="list-style-type: none"> - نمک و ترشی خورش هایی که با گوشت تهیه می شوند باید در اواخر پخت اضافه شود. - برای این که مایع خورش خوش طعم و غلیظ شود می توانید قسمتی از پیاز داغ آماده شده را در اواخر پخت اضافه کنید. - خورش باید کم آب و جا افتاده باشد. - خورش باید با حرارت ملایم پخته شود. - خورش را هنگام پخت نباید زیاد هم زد. - انواع سبزی ها را باید پس از پخت گوشت اضافه کرد. - مواد در صورت نیاز رفع انجماد شود. - حبوبات ۲ ساعت جلوتر خیس شود. 	<p style="text-align: center;">خورش کرفس</p>
<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - پوشیدن لباس کار مناسب و پیش بند. - انتخاب وسایل مناسب برای تهیه خورش کرفس - آماده کردن مواد اولیه به میزان مورد نیاز 	

<ul style="list-style-type: none"> - شستن و تکه تکه کردن گوشت روی تخته کار - پاک کردن، شستن و خرد کردن پیاز - روشن کردن اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی - انتخاب ظرف مناسب برای تهیه خورش - پاک کردن، شستن و ضد عفونی کردن کرفس، جعفری و نعناع و آماده کردن آن ها مطابق دستورالعمل - انجام مراحل پخت خورش مطابق دستورالعمل - ریختن خورش در ظرفی مناسب - شستن، خشک کردن و جای دهی ظروف 	
<p style="text-align: right;">دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل لازم جهت تهیه خورش قیمه (تخته کار، چاقو، قابلمه، سبد و...) - میزان مواد مورد نیاز و افزودنی های لازم و نسبت های آن متناسب با تعداد افراد (۶ نفر): گوشت ۵۰۰ گرم، لپه ۱۵۰ گرم، سیب زمینی ۳ عدد متوسط، پیاز ۲ عدد متوسط، رب گوجه ۲ قاشق سوپخوری، (لیمو عمانی، روغن، نمک، فلفل، زردچوبه، دارچین، زعفران به مقدار لازم) - نحوه تهیه خورش قیمه - گوشت را تکه تکه کرده و با آب سرد خوب بشویید. - پیاز را پوست گرفته، شسته و ریز خرد کنید. - لپه را با آب سرد بشویید. - گاز را روشن کرده و قابلمه را روی حرارت بگذارید. مقداری روغن در آن ریخته و پیاز را کمی تفت دهید. - گوشت را اضافه کرده و همراه با پیاز تفت دهید. سپس لپه را داخل مواد ریخته و آن را هم کمی تفت دهید. - آن گاه زردچوبه را اضافه و تفت دهید بعد ۳ لیوان آب اضافه کنید و بگذارید گوشت بپزد. نکته: تفت دادن لپه، از له شدن آن در خورش جلوگیری می کند. - بعد از این که کمی لپه ها و گوشت پخته شد رب گوجه فرنگی تفت داده شده را اضافه کنید. نکته: رب گوجه فرنگی را می توانید در همان ابتدا که مواد را تفت می دهید اضافه کرده و همراه با آن ها تفت دهید. - بعد از پختن لپه و گوشت، لیمو عمانی ها را از چند جا سوراخ کرده و در خورش بیندازید. سپس نمک و فلفل را هم اضافه کنید و بگذارید خورش جا بیفتد. در آخر کار زعفران و دارچین را به خورش اضافه کنید. - سیب زمینی ها را تمیز کرده، شسته و به شکل خلال نازک خرد کنید. - در ماهی تابه مقداری روغن ریخته و پس از داغ شدن آن سیب زمینی ها را در آن سرخ کنید. - خورش را در ظرف مناسب ریخته و با سیب زمینی سرخ شده تزیین کنید. 	<p>خورش قیمه</p>
<p style="text-align: right;">مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب وسایل مناسب برای تهیه خورش قیمه - آماده کردن مواد اولیه به میزان مورد نیاز - شستن و تکه تکه کردن گوشت روی تخته کار - پاک کردن، شستن و خرد کردن پیاز - پاک کردن و شستن لپه - روشن کردن اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی 	

<ul style="list-style-type: none"> - انتخاب ظرف مناسب برای تهیه خورش - انجام مراحل پخت خورش مطابق دستورالعمل - پاک کردن، شستن و خرد کردن سیب زمینی - سرخ کردن سیب زمینی به میزان مناسب - ریختن خورش در ظرفی مناسب و تزیین آن با سیب زمینی - شستن، خشک کردن و جای دهی ظروف 	
<p style="text-align: right;">دانش :</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل لازم جهت تهیه خورش قورمه سبزی (تخته کار، چاقو، قابلمه، سبید و...) - میزان مواد مورد نیاز و افزودنی های لازم و نسبت های آن متناسب با تعداد افراد (۶ نفر): گوشت ۵۰۰ گرم، (لوبیا قرمز یا چیتی، چشم بلبلی) بنا به سلیقه ۱۰۰ گرم، سبزی قورمه پاک شده ۱ کیلوگرم (تره، جعفری، گشنیز، کمی شنبلیله و اسفناج)، پیاز ۲ عدد متوسط، رب گوجه ۱ قاشق سوپخوری، (لیمو عمانی، روغن، نمک، فلفل، زردچوبه، آب غوره یا گرد لیمو به مقدار لازم) - نحوه تهیه خورش قورمه سبزی - گوشت را طبق دستور قبلی آماده کنید و با لوبیا قرمز بگذارید تا نیم پز شود. - سبزی را تمیز کرده، شسته و خرد کنید. با مقداری روغن سرخ کنید و داخل گوشت بریزید. - بعد از پخت مواد نمک، فلفل و لیمو عمانی سوراخ شده را اضافه کنید و بگذارید خورش جا بیفتد. - سپس آب غوره را اضافه کنید. دقت کنید خورش پس از پختن باید کاملاً جا بیفتد و روغن بر سطح آن قرار بگیرد. - خورش را در ظرف مناسب بریزید. 	خورش قورمه سبزی
<p style="text-align: right;">مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - پوشیدن لباس کار مناسب و پیش بند. - انتخاب وسایل مناسب برای تهیه خورش قورمه سبزی - آماده کردن مواد اولیه به میزان مورد نیاز - شستن و تکه تکه کردن گوشت روی تخته کار - پاک کردن، شستن و خرد کردن پیاز - روشن کردن اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی - انتخاب ظرف مناسب برای تهیه خورش - پاک کردن، شستن و ضد عفونی کردن سبزی ها و آماده کردن آن ها مطابق دستورالعمل - انجام مراحل پخت خورش مطابق دستورالعمل - ریختن خورش در ظرفی مناسب - شستن، خشک کردن و جای دهی ظروف 	
<p style="text-align: right;">دانش :</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل لازم جهت تهیه خورش بادنجان (چاقو، قابلمه، ماهی تابه، سبید و...) - میزان مواد مورد نیاز و افزودنی های لازم و نسبت های آن متناسب با تعداد افراد (۶ نفر): گوشت ۵۰۰ گرم، بادنجان متوسط ۸ عدد، پیاز ۲ عدد متوسط، (روغن، نمک، فلفل، زردچوبه، آب لیمو یا آب غوره به مقدار لازم) - نحوه تهیه خورش بادنجان 	خورش بادنجان

<p>- گوشت را طبق دستور قبلی آماده کنید و بگذارید پخته شود.</p> <p>- سپس نمک، فلفل، رب و آب لیمو را اضافه کنید.</p> <p>- پوست بادنجانها را کنده و از طول به دو نصف ببرید کمی نمک زده و در روغن سرخ کنید. سپس در</p> <p>نکته: قابلمه خورش روی یگدیگر بچینید و بعد از ۲۰ دقیقه از روی اجاق بردارید.</p> <p>- خورش را در ظرف مناسب بریزید و بادنجانها را اطراف آن بچینید.</p>	
<p>مهارت:</p> <p>- پوشیدن لباس کار مناسب و پیش بند.</p> <p>- انتخاب وسایل مناسب برای تهیه خورش بادنجان</p> <p>- آماده کردن مواد اولیه به میزان مورد نیاز</p> <p>- شستن و تکه تکه کردن گوشت روی تخته کار</p> <p>- پاک کردن، شستن و خرد کردن پیاز</p> <p>- روشن کردن اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی</p> <p>- انتخاب ظرف مناسب برای تهیه خورش</p> <p>- شستن و پوست گرفتن بادنجان ها و آماده کردن آن ها مطابق دستورالعمل</p> <p>- انجام مراحل پخت خورش مطابق دستورالعمل</p> <p>- ریختن خورش در ظرفی مناسب</p> <p>- شستن، خشک کردن و جای دهی ظروف</p>	
<p>دانش:</p> <p>- ابزار و وسایل لازم جهت تهیه خورش هویج (تخته کار، چاقو، قابلمه و...)</p> <p>- میزان مواد مورد نیاز و افزودنی های لازم و نسبت های آن متناسب با تعداد افراد (۶ نفر): گوشت ۵۰۰ گرم، هویج ۷۵۰ گرم، آلو خشک ۲۰۰ گرم، پیاز ۲ عدد متوسط، زعفران ۱ قاشق مربا خوری، شکر در صورت تمایل ۱ یا ۲ قاشق سوپخوری، روغن و نمک به مقدار لازم</p> <p>نحوه تهیه خورش هویج</p> <p>- گوشت را طبق دستور قبلی آماده کنید و بگذارید بپزد.</p> <p>- هویج ها را پس از تمیز کردن و شستن به شکل خلال های نازک برش بزنید و با کمی روغن سرخ کنید.</p> <p>- سپس هویج ها را به همراه آلوی شسته داخل خورش بریزید تا پخته شوند.</p> <p>- آن گاه زعفران ساییده شده، نمک و (شکر در صورت تمایل) به خورش اضافه کنید و بگذارید تا هویج ها بپزند.</p> <p>- در صورت تمایل می توانید مقداری آب لیمو به خورش اضافه کنید.</p> <p>- خورش را در ظرف مناسب ریخته و اطراف ظرف را تمیز کنید.</p>	<p>خورش هویج</p>
<p>مهارت:</p> <p>- پوشیدن لباس کار مناسب و پیش بند</p> <p>- انتخاب وسایل مناسب برای تهیه خورش هویج</p> <p>- آماده کردن مواد اولیه به میزان مورد نیاز</p> <p>- شستن و تکه تکه کردن گوشت روی تخته کار</p> <p>- پاک کردن، شستن و خرد کردن پیاز</p> <p>- روشن کردن اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی</p>	

<ul style="list-style-type: none"> - انتخاب ظرف مناسب برای تهیه خورش - شستن و پوست گرفتن هویج ها و آماده کردن آن ها مطابق دستورالعمل - انجام مراحل پخت خورش مطابق دستورالعمل - ریختن خورش در ظرفی مناسب - شستن، خشک کردن و جای دهی ظروف 	
<ul style="list-style-type: none"> - رعایت بهداشت و نظافت فردی و کارگاهی - رعایت بهداشت فیزیکی بدن ضمن کار (اصول ارگونومی) - رعایت نکات ایمنی و بهداشتی ضمن کار - رعایت نکات ایمنی هنگام تمیز کردن ویا کار با وسایل برنده - قراردادن وسایل در جای خود پس از اتمام کار 	نکات ایمنی حین کار
<ul style="list-style-type: none"> - علاقه مندی به کار - دقت، توجه و سرعت هنگام کار - صرفه جویی در مواد مصرفی 	نگرش
<ul style="list-style-type: none"> - ریختن پسماند تر و خشک در سطل بازیافت - عدم استفاده از وسایل برقی در زمان اوج مصرف 	توجهات زیست محیطی
<p style="text-align: center;">- ابزار و تجهیزات:</p> <p>ترازوی آشپزخانه، چاقوی آشپزخانه، کاسه، قاشق، چنگال، کارد، سینی، تابه، شعله پخش کن، اجاق گاز، فندک، تخته، یخچال و فریزر، میز آشپزخانه، کابینت آشپزخانه همراه هود، آب چکان، سینیک</p> <p style="text-align: center;">- مواد مصرفی:</p> <p>مواد اولیه تهیه خورش ها (گوشت، پیاز، لپه، سبزی قورمه، سبزی نعنای و جعفری، کرفس، بادنجان، هویج، لوبیا قرمز یا چیتی، آلو خشک، رب، روغن، آب غوره، فلفل، نمک، زردچوبه، لیمو عمانی، سیب زمینی، دارچین، زعفران، مواد شوینده و ضدعفونی کننده</p>	تجهیزات ، ابزار و مواد مصرفی
<ul style="list-style-type: none"> - خواندن و نوشتن اعداد و کلمات 	دانش پایه (غیر فنی)

فهرست واری از شایستگی مهارت: تهیه چند نوع خورش

نام و نام خانوادگی دانش آموز:

تاریخ آزمون نوبت دوم:

پایه:

رشته:

اجزای پودمان	آیتم های ارزیابی	به طور مستقل و صحیح انجام می دهد.	با راهنمایی کلامی مربی به طور صحیح انجام می دهد.	به طور صحیح انجام نمی دهد.
خورش کرفس	بر اساس دستور مربی وسایل تهیه خورش کرفس را انتخاب می کند.			
	مواد مورد نیاز را بر اساس دستورالعمل مربی و تعداد افراد آماده می کند.			
	گوشت، پیاز و کرفس را بر اساس دستورالعمل مربی خرد می کند.			
	با رعایت نکات ایمنی اجاق گاز را روشن می کند و حرارت آن را تنظیم می کند.			
	روغن را به اندازه مناسب در ظرف می ریزد.			
	پیاز و گوشت را مطابق دستورالعمل تفت می دهد.			
	به پیاز و گوشت تفت داده شده به میزان مناسب رب و زردچوبه اضافه می کند.			
	برای پخت گوشت به میزان مناسب آب اضافه می کند.			
	کرفس و بقیه سبزی ها را با کمی روغن تفت می دهد.			
	پس از نیم پز شدن گوشت سبزی ها را اضافه می کند.			
	پس از پخته شدن گوشت سایر افزودنی ها را به آن اضافه می کند.			
	زمان و حرارت لازم برای جا افتادن خورش را کنترل می کند.			
	خورش آماده شده را در ظرف مناسب می ریزد.			
	نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.			
خورش قیمه	ظروف را بعد از شستن، خشک و در جای خود قرار می دهد.			
	بر اساس دستور مربی وسایل تهیه خورش قیمه را انتخاب می کند.			
	مواد مورد نیاز را بر اساس دستورالعمل مربی و تعداد افراد آماده می کند.			
	گوشت، پیاز و سیب زمینی را بر اساس دستورالعمل مربی خرد می کند.			
	با رعایت نکات ایمنی اجاق گاز را روشن می کند و حرارت آن را تنظیم می کند.			
	روغن را به اندازه مناسب در ظرف می ریزد.			
	پیاز و گوشت را مطابق دستورالعمل تفت می دهد.			
	به پیاز و گوشت تفت داده شده به میزان مناسب رب و زردچوبه اضافه می کند.			
	برای پخت گوشت به میزان مناسب آب اضافه می کند.			
	لپه را با کمی روغن تفت می دهد.			
	پس از نیم پز شدن گوشت لپه ها را اضافه می کند.			
	پس از پخته شدن گوشت سایر افزودنی ها را به آن اضافه می کند.			
	زمان و حرارت لازم برای جا افتادن خورش را کنترل می کند.			
	سیب زمینی ها را مطابق دستورالعمل سرخ می کند.			
خورش آماده شده را در ظرف مناسب می ریزد.				
نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.				
ظروف را بعد از شستن، خشک و در جای خود قرار می دهد.				

		بر اساس دستور مربی وسایل تهیه خورش قورمه سبزی را انتخاب می کند.	
		مواد مورد نیاز را بر اساس دستورالعمل مربی و تعداد افراد آماده می کند.	
		گوشت، پیاز و سبزی قورمه را بر اساس دستورالعمل مربی خرد می کند.	
		با رعایت نکات ایمنی اجاق گاز را روشن می کند و حرارت آن را تنظیم می کند.	
		روغن را به اندازه مناسب در ظرف می ریزد.	
		پیاز و گوشت را مطابق دستورالعمل تفت می دهد.	
		به پیاز و گوشت تفت داده شده به میزان مناسب زردچوبه اضافه می کند.	
		برای پخت گوشت به میزان مناسب آب اضافه می کند.	
		پس از نیم پز شدن گوشت سبزی ها و لوبیا را اضافه می کند.	
		پس از پخته شدن گوشت سایر افزودنی ها را به آن اضافه می کند.	
		زمان و حرارت لازم برای جا افتادن خورش را کنترل می کند.	
		خورش آماده شده را در ظرف مناسب می ریزد.	
		نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.	
		ظروف را بعد از شستن، خشک و در جای خود قرار می دهد.	
		بر اساس دستور مربی وسایل تهیه خورش بادنجان را انتخاب می کند.	
		مواد مورد نیاز را بر اساس دستورالعمل مربی و تعداد افراد آماده می کند.	
		گوشت، پیاز و بادنجان را بر اساس دستورالعمل مربی خرد می کند.	
		با رعایت نکات ایمنی اجاق گاز را روشن می کند و حرارت آن را تنظیم می کند.	
		روغن را به اندازه مناسب در ظرف می ریزد.	
		پیاز و گوشت را مطابق دستورالعمل تفت می دهد.	
		به پیاز و گوشت تفت داده شده به میزان مناسب زردچوبه و رب اضافه می کند.	
		برای پخت گوشت به میزان مناسب آب اضافه می کند.	
		بادنجان ها را در روغن سرخ می کند.	
		پس از پخته شدن گوشت سایر افزودنی ها را به آن اضافه می کند.	
		زمان و حرارت لازم برای جا افتادن خورش را کنترل می کند.	
		خورش آماده شده را در ظرف مناسب می ریزد.	
		نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.	
		ظروف را بعد از شستن، خشک و در جای خود قرار می دهد.	
		بر اساس دستور مربی وسایل تهیه خورش هویج را انتخاب می کند.	
		مواد مورد نیاز را بر اساس دستورالعمل مربی و تعداد افراد آماده می کند.	
		گوشت، پیاز و هویج را بر اساس دستورالعمل مربی خرد می کند.	
		با رعایت نکات ایمنی اجاق گاز را روشن می کند و حرارت آن را تنظیم می کند.	
		روغن را به اندازه مناسب در ظرف می ریزد.	
		پیاز و گوشت را مطابق دستورالعمل تفت می دهد.	
		به پیاز و گوشت تفت داده شده به میزان مناسب زردچوبه اضافه می کند.	
		برای پخت گوشت به میزان مناسب آب اضافه می کند.	
		پس از نیم پز شدن گوشت هویج و آلو را اضافه می کند.	
		پس از پخته شدن گوشت سایر افزودنی ها را به آن اضافه می کند.	
		زمان و حرارت لازم برای جا افتادن خورش را کنترل می کند.	
		خورش آماده شده را در ظرف مناسب می ریزد.	
		نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.	
		ظروف را بعد از شستن، خشک و در جای خود قرار می دهد.	
			نمره عملی دانش آموز:
نام و نام خانوادگی هنر آموز:			تاریخ و امضاء:

شایستگی مهارت: تهیه چند نوع غذای ساده (روز)

شرح شایستگی مهارت: این پودمان توانایی تهیه چند نوع غذای ساده و محلی (سوپ ورمیشل، کوکوی سیب زمینی، خوراک گوشت چرخ کرده، کته استانبولی) را با رعایت اصول ایمنی و بهداشتی و زیر نظر مربی فراهم می کند.

معیار عملکرد		عناصر شایستگی	
<ul style="list-style-type: none"> - وسایل طبق دستورالعمل مربی انتخاب می شود. - مواد مورد نیاز به تعداد نفرات بر اساس دستورالعمل مربی آماده می شود. - مواد (سیب زمینی ، پیاز، هویج) مطابق دستورالعمل خرد می شود. - اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی روشن می شود. - مواد سوپ در ظرف مناسب ریخته شده و روی اجاق گاز قرار می گیرد. - بعد از پخته شدن مواد، سایر افزودنی ها به آن اضافه می شود. - حرارت اجاق گاز کنترل و زمان مناسب برای جا افتادن مواد در نظر گرفته می شود. - سوپ در ظرف مناسب ریخته و تزیین می شود. 			سوپ ورمیشل
<ul style="list-style-type: none"> - وسایل طبق دستورالعمل مربی انتخاب می شود. - مواد مورد نیاز به تعداد نفرات بر اساس دستورالعمل مربی آماده می شود. - سیب زمینی پخته و رنده می شود. - سایر مواد مورد نیاز به سیب زمینی اضافه و مخلوط می شود. - اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی روشن می شود. - روغن به اندازه مناسب در ظرف ریخته می شود. - پس از داغ شدن روغن مواد داخل ظرف ریخته می شود. - حرارت اجاق گاز کنترل و زمان مناسب برای سرخ شدن کوکو کنترل می شود. - کوکو به طور مناسب در ظرف چیده می شود. 			کوکوی سیب زمینی
<ul style="list-style-type: none"> - وسایل طبق دستورالعمل مربی انتخاب می شود. - مواد مورد نیاز به تعداد نفرات بر اساس دستورالعمل مربی آماده می شود. - اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی روشن می شود. - حرارت اجاق گاز کنترل و زمان مناسب برای پخته شدن سیب زمینی کنترل می شود. - سیب زمینی پخته و پوره می شود. - سایر مواد مورد نیاز به سیب زمینی اضافه و مخلوط می شود. - پوره آماده شده به طور مناسب در ظرف چیده می شود. 			پوره
<ul style="list-style-type: none"> - وسایل طبق دستورالعمل مربی انتخاب می شود. - مواد مورد نیاز به تعداد نفرات بر اساس دستورالعمل مربی آماده می شود. - اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی روشن می شود. - گوشت چرخ کرده و پیاز تفت داده می شود. - سایر مواد و افزودنی ها به گوشت اضافه می شود. - حرارت اجاق گاز تنظیم و زمان مناسب برای جا افتادن خوراک در نظر گرفته می شود. - خوراک در ظرف مناسب ریخته می شود. 			خوراک گوشت چرخ کرده
<ul style="list-style-type: none"> - وسایل طبق دستورالعمل مربی انتخاب می شود. - مواد مورد نیاز به تعداد نفرات بر اساس دستورالعمل مربی آماده می شود. 			کته استانبولی

<ul style="list-style-type: none"> - سیب زمینی و پیاز مطابق دستورالعمل خرد می شود. - سایر افزودنی ها به مواد اضافه می شود. - برنج در قابلمه مناسب ریخته می شود. - نمک و آب روغن برنج به میزان مناسب افزوده می شود. - در زمان مناسب مواد اضافه می شود. - مغز پخت بودن برنج کنترل می شود. - پلو در ظرف مناسب کشیده می شود. 		
	دو نوع غذای محلی	
<p>ارزشیابی این شایستگی بر مبنای ۲۰ نمره می باشد. (ارزشیابی عملی ۱۴ نمره، کتبی ۳ نمره و ارزشیابی از رفتارهای شغلی ۳ نمره)</p> <p>نحوه محاسبه نمره پایانی آن به قرار ذیل می باشد.</p> <p><u>نمره پایانی = نمره آزمون نوبت دوم + نمره تکوینی دانش آموز</u></p> <p style="text-align: center;">۲</p> <p>نمره تکوینی دانش آموز شامل موارد زیر است:</p> <p><u>میانگین نمرات آزمون های مستمر نوبت اول + نمره آزمون نوبت اول + میانگین نمرات آزمون های مستمر نوبت دوم</u></p> <p style="text-align: center;">۳</p>		راهنمای آزمون
خواندن و نوشتن، جهت یابی، شمارش، اندازه گیری	مفاهیم شناختی	پیش نیاز
هم نیاز وابسته به شغل (اخلاق حرفه ای)	پودمان های هم نیاز	و پیش نیاز
<p>آراستگی ظاهری: لباس کار تمیز پوشیده می شود.</p> <p>نظم و ترتیب: پس از پایان کار وسایل در جای خود قرار داده می شود.</p> <p>مسئولیت پذیری: کار محوله را به درستی انجام می دهد.</p> <p>مهارت های ارتباطی: واژه های مربوط به کار خود را به درستی بیان می کند. گزارش کار خود را به مربی می دهد. با دیگران مؤدبانه صحبت می کند.</p> <p>رعایت بهداشت فردی: قبل و پس از پایان کار دست و صورت خود را می شوید.</p> <p>وقت شناسی: به موقع در کارگاه حضور پیدا می کند. کار خود را در زمان تعیین شده انجام می دهد.</p>	رفتارهای شغلی	
<p>حداقل ۲/۵ تا ۳ متر مربع برای هر دانش آموز، دیوارها حداقل ۲/۵ تا ۳ متر کاشی شده به طور کامل، کف موزاییک یا سنگ قابل شست و شو، بدون اغزندگی و دارای شیب مناسب برای کف شویی و دارای چاه فاضلاب، دارای پنجره و دستگاه تهویه، توری برای جلوگیری از ورود حشرات، کپسول آتش نشانی، جعبه کمک های اولیه، کابینت های درب دار به صورت طولی و چسبیده به دیوار در دو بخش زمینی و هوایی.</p>	امکانات (فضای فیزیکی)	
<p>ترازوی آشپزخانه، پیمانها و قاشق های اندازه گیری، چاقوی آشپزخانه، کاسه، سبد، قاشق، چنگال، کارد، سینی، رنده، تابه، شعله پخش کن، همزن، اجاق گاز، فندک اتمی، کپسول آتش نشانی، یخچال و فریزر، میز کار آشپزخانه، کابینت آشپزخانه همراه با هود، آب چکان و سینک</p>	ابزار و تجهیزات	

<p>- مواد اولیه (سوپ ورمیشل، کوکوسیب زمینی، پوره، کته استانبولی، خوراک گوشت چرخ کرده و غذاهای محلی)، روغن، مواد شوینده و ضدعفونی کننده</p>	<p>مواد مصرفی</p>
<p>فیلم آموزشی مرتبط</p>	<p>نرم افزار</p>
<p>برای تدریس این شایستگی یک هنرآموز با مدرک فوق دیپلم و بالاتر با رشته تحصیلی مدیریت خانواده و یا رشته های تحصیلی مرتبط با آموزش کودکان استثنایی مشروط به داشتن گواهی نامه مهارتی از سازمان فنی و حرفه ای مرتبط با آموزش هنر در زندگی در خانه و مهارت های سالم زیستن مورد نیاز است.</p>	<p>نیروی انسانی</p>

برنامه درسی شایستگی مهارت : تهیه چند نوع غذای ساده (روز)

اجزای شایستگی	عناصر شایستگی
<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل لازم جهت تهیه سوپ ورمیشل (تخته کار، چاقو، قابلمه، تابه و...) - میزان مواد مورد نیاز و سایر افزودنی های لازم و نسبت های آن مناسب با تعداد افراد برای تهیه سوپ ورمیشل - لوبیا سبز ۱ پیمانه ، سیب زمینی ۲ عدد، سیر ۱-۲ حبه، رب گوجه فرنگی ۱ قاشق سوپخوری ، زرده تخم مرغ ۲ عدد ، نعنای و ترخان هر کدام ۱ قاشق سوپخوری ، ورمیشل ۲۵۰ گرم ، آب گوشت ۴ پیمانه، نمک و فلفل - نحوه تهیه سوپ ورمیشل: - پاک کردن لوبیا سبز و شستن آن - لوبیا ها را بعد از خشک شدن روی تخته کار با چاقو ریز خرد کرده. - اجاق گاز را روشن کرده و قابلمه مناسب برداشته و در آن آب ریخته تا بجوشد. سپس لوبیاها را داخل آن بریزید. بعد از گذشت زمان ۴-۵ دقیقه زیر اجاق گاز را خاموش کرده لوبیا ها را آبکش کرده و در کاسه ای که داخل آن آب سرد است بریزید تا در چند دقیقه لوبیا سرد شود. - حال سیب زمینی ها را شسته و بعد از آن پوست گیری نمایید. - سیب زمینی ها را روی تخته کار با چاقو ریز خرد نمائید. - قابلمه ای مناسب برای تهیه سوپ انتخاب کنید. - اجاق گاز را روشن کرده قابلمه را روی حرارت ملایم قرار دهید. - روغن را داخل قابلمه ریخته بعد از گرم شدن به آن سیر را اضافه کنید. - بعد از آن که بوی سیر سرخ شده بلند شد و کمی طلایی شد لوبیا را اضافه کرده، نفت دهید. - سیب زمینی را به قابلمه اضافه کنید و بعد از چند دقیقه که روی حرارت سرخ شد رب گوجه فرنگی را اضافه کنید تا کمی سرخ شود. - آب گوشت را اضافه کرده و بگذارید تا مواد پخته شود. - حال نعنای و ترخان را پاک کرده، شسته و بعد از خشک شدن روی تخته کار با چاقو خوب ریز خرد نمائید. - بعد از آن که تمام مواد داخل سوپ پخته شد ورمیشل را اضافه نمایید. - بعد از پخت ورمیشل سبزی ها را اضافه نمایید. - زیر حرارت را خاموش نمایید تا حدی که کمی از حرارت سوپ بیافتد. - در کاسه کوچک زرده تخم مرغ و مقداری نمک و فلفل را خوب با چنگال بزنید. - مقداری از سوپ را آهسته آهسته با ملاقه به کاسه حاوی زرده تخم مرغ اضافه کرده تا آهسته آهسته زرده بامواد داخل سوپ مخلوط شود(اصلا نباید زرده تکه تکه در سوپ دیده شود) - بعد از حل شدن زرده در بخشی از سوپ تمام کاسه را به قابلمه منتقل کنید. - حال دوباره زیر اجاق گاز را روشن کنید. - قابلمه را روی حرارت قرار دهید تا کاملا سوپ جا بیافتد بعد از چک کردن نمک و فلفل سوپ ، سوپ آماده ریختن در ظرف پذیرایی است با مقداری نعنای تزئین نمایید. 	<p style="text-align: center;">سوپ ورمیشل</p>

<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - آماده کردن مواد اولیه به میزان مورد نیاز - انتخاب وسایل کار مناسب برای تهیه سوپ ورمیشل - پاک کردن و شستشوی مواد اولیه و خرد کردن آنها - روشن کردن اجاق گاز برقی یا گازی - انتخاب ظروف مناسب برای تهیه سوپ ورمیشل - انجام تمام مراحل پخت سوپ ورمیشل - ریختن سوپ درظرفی مناسب و تزیین آن - شستن، خشک کردن و جای دهی ظروف 	
<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل لازم جهت تهیه کوکو سیب زمینی (قابلمه، چاقو، رنده ریز، کاسه، تابه و...) - میزان مواد اولیه و افزودنی های لازم و نسبت های آن متناسب با تعداد افراد برای تهیه کوکوسیب زمینی (سیب زمینی، تخم مرغ، روغن به مقدار لازم، زعفران و نمک و فلفل) - نحوه آماده کردن مواد کوکو سیب زمینی (شستن سیب زمینی و پختن آن با مقداری آب و نمک، پوست گرفتن سیب ها پس از سرد شدن و رنده کردن آن ها، اضافه کردن تخم مرغ و سایر افزودنی ها به مایه کوکو) - نحوه پخت کوکو سیب زمینی (انتخاب تابه مناسب، روشن کردن اجاق گاز و گذاشتن تابه روی آن، ریختن روغن در تابه پس از گرم شدن آن، ریختن مواد کوکو داخل تابه و صاف کردن سطح آن، گذاشتن درب تابه و کم کردن حرارت، دادن زمان برای پخت کوکو، برش زدن و برگرداندن کوکو پس از سرخ شدن یک طرف) - نحوه تزیین کوکو (گذاشتن در ظرفی مناسب و تزیین آن با گوجه فرنگی و جعفری خرد شده و...) 	<p>کوکوی سیب زمینی</p>
<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب وسایل کار مناسب برای تهیه کوکوسیب زمینی - آماده کردن مواد اولیه با توجه به تعداد نفرات (شستن سیب زمینی و پختن آن با مقداری آب و نمک، پوست گرفتن سیب ها پس از سرد شدن و رنده کردن آن ها، اضافه کردن تخم مرغ و سایر افزودنی ها به مایه کوکو) - انتخاب ظرف مناسب برای تهیه کوکوسیب زمینی - انجام مراحل پخت کوکو - قرار دادن کوکو در ظرفی مناسب برای سرو کردن - تزیین کوکو با گوجه فرنگی و... - شستن، خشک کردن و جای دهی ظروف 	
<p>دانش:</p> <p>مفهوم پوره:</p> <ul style="list-style-type: none"> - به پختن و له کردن سبزیجات و حبوبات پوره می گویند که بیشتر با شیر، نمک و کره پخته می شود. این غذا به عنوان دسر در کنار غذای اصلی سرو می شود. البته این ماده خوراکی در حکم یک غذای کامل هم استفاده می شود. - ابزار، وسایل و مواد لازم جهت تهیه خوراک پوره سیب زمینی (قابلمه، کاسه، آبکش، چاقو، گوشت کوب و...) - میزان مواد مورد نیاز برای تهیه پوره سیب زمینی برای ۶ نفر: (۵ عدد سیب زمینی متوسط، شیر نصف لیوان، کره ۱۰۰ گرم، نمک به میزان لازم) 	<p>پوره</p>

<p>نحوه تهیه پوره سیب زمینی:</p> <ul style="list-style-type: none"> - سیب زمینی ها را در ابتدا با آب سرد خوب بشویید تا روی سطح آن ها هیچ گونه گل و لایی نماند. - سیب زمینی ها را در یک قابلمه بزرگ لعابی بریزید و آن را با آب سرد پر کنید طوری که روی سیب زمینی ها را بپوشاند. - اجاق گاز را روشن کنید. در ابتدا حرارت گاز را زیاد کنید تا آب به جوش بیاید. سپس حرارت را کم کنید و بگذارید تا سیب زمینی ها بپزد. <p>نکته: برای این که تشخیص دهید سیب زمینی ها پخته شده است یا خیر با یک چنگال هر یک از آنها را امتحان کنید.</p> <p>برای مزه دار شدن سیب زمینی ها می توانید مقداری نمک داخل آب آن بریزید. هم چنین برای این که سیب ها زودتر پخته شوند بهتر است در ظرف را بگذارید.</p> <ul style="list-style-type: none"> - اکنون شیر را کمی روی حرارت قرار دهید تا گرم شود. - پس از پخته شدن سیب زمینی ها، آن ها را درون یک آبکش خالی کنید. - سیب زمینی ها را پس از کمی سرد شدن پوست بگیرید و با گوشت کوب له کنید و داخل یک قابلمه روی گاز بگذارید. - سپس به تدریج شیر را به سیب زمینی ها اضافه کنید و مرتب هم بزنید. در آخر کره و نمک را اضافه و چند بار مواد را هم زده تا کاملاً با هم مخلوط شوند. پس از حل شدن کره حرارت را خاموش کنید. پوره را در ظرف مناسبی بکشید. <p>نکته: می توانید با کمک قیف برای تزئین غذا از پوره استفاده کنید.</p>	
<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب وسایل کار مناسب برای تهیه پوره سیب زمینی - آماده کردن مواد مورد نیاز - شستن سیب زمینی مطابق دستورالعمل - روشن کردن اجاق گاز - پخت سیب زمینی ها مطابق دستورالعمل و کنترل پخت آنها - آماده کردن پوره مطابق دستورالعمل - کشیدن پوره سیب زمینی درون ظرفی مناسب - شستن، خشک کردن و جای دهی ظروف 	
<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار، وسایل و مواد لازم جهت تهیه خوراک گوشت چرخ کرده (تابه، تخته کار، آبکش، چاقو و...) - میزان مواد مورد نیاز برای تهیه خوراک گوشت چرخ کرده - گوشت چرخ کرده ، سیر، پیاز، قارچ، فلفل دلمه ای، نمک و فلفل ، آویشن ، رب گوجه فرنگی - نحوه روشن کردن اجاق گاز برقی یا گازی - نحوه تهیه خوراک گوشت چرخ کرده: - مواد اولیه را بعد از تمیز کردن بشویید. - مواد اولیه (پیاز ، سیر ، قارچ ، فلفل دلمه ای) را روی تخته کار با چاقو خرد کنید. - گوجه فرنگی ها را شسته و درون کاسه ای با رنده ریز رنده نمایید. - تابه مناسب انتخاب کرده ، کمی روغن ریخته و روی حرارت قرار دهید. - اجاق گاز را روشن کرده تابه را روی حرارت قرار دهید و بعد از گرم شدن آن روغن ریخته و پیازها را به آن اضافه کنید. 	<p>خوراک گوشت چرخ کرده</p>

<ul style="list-style-type: none"> - پیازها را سرخ نمایید و بعد از آن سیر را اضافه نمایید. - زمانی که سیر کمی طلایی شد گوشت چرخ کرده را اضافه کرده و خوب تفت دهید. - فلفل دلمه ای و قارچ را به تابه اضافه کرده خوب تفت دهید تا آب قارچ کشیده شود. - در آخر گوجه فرنگی رنده شده را به مایه گوشت اضافه کرده و بگذارید غذا کاملاً جا بیفتد. - خوراک را در ظرف مناسبی بریزید. 	
<p style="text-align: center;">مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب وسایل کار مناسب برای تهیه خوراک - آماده کردن مواد مورد نیاز - پاک کردن، شستن و خرد کردن مواد اولیه خوراک مطابق دستورالعمل - روشن کردن اجاق گاز - پخت غذا مطابق دستورالعمل - تنظیم حرارت اجاق گاز - کنترل پخته شدن مواد به طور کامل - کشیدن خوراک درون ظرفی مناسب - شستن، خشک کردن و جای دهی ظروف در جای مناسب 	
<p style="text-align: center;">دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل لازم جهت تهیه استانبولی پلو (قابلمه، سینی، لگن، سبد، دم کنی، تخته کار، رنده، چاقو، دیس) - میزان مواد مورد نیاز و سایر افزودنی های لازم و نسبت های آن متناسب با تعداد افراد برای تهیه استانبولی پلو: برنج ۱ کیلو ، گوشت چرخ کرده ۳۰۰ گرم ، روغن، پودر زعفران، رب گوجه فرنگی، سیب زمینی استانبولی یا پشندی، سیر ، پیاز ، زرد چوبه ، نمک و فلفل، پودر زیره - نحوه تهیه استانبولی پلو - برنج را پاک کرده و با آب ولرم بشویید. - پیاز و سیر را پوست گرفته و شسته روی تخته کار با چاقو ریز خرد کنید. - سیب زمینی را شسته پوست گرفته و نگینی ریز خرد کنید. - قابلمه مناسب را انتخاب کنید. - اجاق گاز را روشن کرده قابلمه را روی آن قرار دهید. - روغن را داخل قابلمه ریخته، بگذارید گرم شود. سپس سیب زمینی ها را ریخته خوب سرخ کنید. - سیب زمینی ها را از قابلمه خارج کرده روی دستمال جذب روغن گذاشته تا روغن اضافی آن گرفته شود. - داخل قابلمه پیاز را ریخته، بعد از سرخ شدن سیر را اضافه کرده کمی که طلایی شد گوشت را اضافه کنید پس از کمی تفت دادن، نمک ، فلفل و زردچوبه را نیز اضافه کنید. - حال رب گوجه فرنگی را در آن ریخته خوب تفت دهید. - به جای رب می توانید از گوجه فرنگی استفاده کنید.(گوجه فرنگی ها را شسته، سپس با رنده ریز رنده کنید و به مواد گوشتی اضافه نمایید. حرارت دهید تا آب اضافی آن کشیده شود). - سیب زمینی سرخ شده را اضافه نمایید. - برنج را شسته سپس با ۲ لیتر آب ولرم و کمی نمک بخیسانید. - بعد از استراحت برنج ، آن را به مواد گوشتی اضافه کرده و بگذارید تا آب برنج کشیده شود. نکته: در تهیه کته مهم است که بدانید برنج تازه است یا خیر. برای هر پیمانه برنج خشک معمولاً ۲ پیمانه آب در نظر گرفته می شود. ولی باید به نوع و کیفیت برنج 	<p>کته استانبولی</p>

<p>وزمان برداشت آن توجه ویژه ای داشت .</p> <ul style="list-style-type: none"> - سپس برنج را به آرامی با مواد مخلوط کرده و به صورت مخروط درآورید. روی آن کمی روغن بریزید. - دم کنی را روی قابلمه گذاشته و درب آن را بگذارید. - حرارت اولیه برنج زیاد باشد زمانی که برنج بخار کرد حرارت را کم کنید تا برنج کاملا دم بکشد. 	
<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب وسایل کار مناسب برای تهیه استانبولی پلو - آماده کردن مواد اولیه مورد نیاز - پاک کردن برنج و خیساندن آن - شستن و خرد کردن پیاز و سیر - پوست گرفتن سیب زمینی و شستن و خرد کردن آن - روشن کردن اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی - پخت غذا مطابق دستورالعمل - کنترل پخت برنج - کشیدن استانبولی در ظرفی مناسب - شستن، خشک کردن و جای دهی ظروف 	
<ul style="list-style-type: none"> - رعایت بهداشت و نظافت فردی و کارگاهی - رعایت بهداشت فیزیکی بدن ضمن کار (اصول ارگونومی) - رعایت نکات ایمنی و بهداشتی ضمن کار - رعایت نکات ایمنی هنگام تمیز کردن و یا کار با وسایل برنده - قراردادن وسایل در جای خود پس از اتمام کار 	<p>نکات ایمنی حین کار</p>
<ul style="list-style-type: none"> - علاقه مندی به کار - دقت، توجه و سرعت هنگام کار - صرفه جویی در مواد مصرفی 	<p>نگرش</p>
<ul style="list-style-type: none"> - ریختن پسماند تر و خشک در سطل بازیافت - عدم استفاده از وسایل برقی در زمان اوج مصرف 	<p>توجهات زیست محیطی</p>
<p>ابزار و تجهیزات: ترازوی آشپزخانه، پیمانه ها و قاشق های اندازه گیری، چاقوی آشپزخانه، کاسه، سبد، قاشق، چنگال، کارد، سینی، رنده، تابه، شعله پخش کن، همزن، اجاق گاز، فندک اتمی، کپسول آتش نشانی، یخچال و فریزر، میز کار آشپزخانه، کابینت آشپزخانه همراه با هود، آب چکان و سینک</p> <p>مواد مصرفی:</p> <ul style="list-style-type: none"> - مواد اولیه (سوپ ورمیشل، کوکوسیب زمینی، پوره، کته استانبولی، خوراک گوشت چرخ کرده و غذاهای محلی)، روغن - مواد شوینده و ضد عفونی کننده 	<p>تجهیزات، ابزار و مواد مصرفی</p>
<ul style="list-style-type: none"> - خواندن و نوشتن اعداد و کلمات 	<p>دانش پایه (غیر فنی)</p>

فهرست واریسی از شایستگی مهارت: تهیه چند نوع غذای ساده (روز)

نام و نام خانوادگی دانش آموز:

تاریخ آزمون نوبت دوم:

پایه:

رشته:

اجزای پودمان	آیتم های ارزیابی	به طور مستقل و صحیح انجام می دهد.	با راهنمایی کلامی مربی به طور صحیح انجام می دهد.	به طور صحیح انجام نمی دهد.
سوپ ورمیشل	بر اساس دستور مربی، وسایل تهیه سوپ ورمیشل را انتخاب می کند.			
	مواد مورد نیاز را بر اساس دستورالعمل و به تعداد افراد آماده می کند.			
	سیب زمینی، پیاز و هویج را بر اساس دستورالعمل مربی خرد می کند.			
	با رعایت نکات ایمنی، اجاق گاز را روشن می کند و حرارت آن را تنظیم می کند.			
	مواد سوپ را در ظرف مناسبی ریخته و بر روی اجاق گاز قرار می دهد.			
	پس از پخته شدن، سایر افزودنی ها را به آن اضافه می کند.			
	زمان و حرارت لازم برای جاف شدن سوپ را کنترل می کند.			
	سوپ آماده شده را در ظرف مناسب می ریزد.			
	نکات بهداشتی و ایمنی را در حین کار، رعایت می کند.			
	با دستور مربی وسایل لازم برای تهیه کوکو را انتخاب می کند.			
کوکو سیب زمینی	مواد اولیه و افزودنی های لازم را با توجه به نسبت های آن، متناسب با تعداد افراد انتخاب می کند.			
	سیب زمینی ها را می شوید.			
	اجاق گاز را با رعایت نکات ایمنی روشن می کند.			
	پخت سیب زمینی را مطابق دستورالعمل انجام می دهد.			
	پخت سیب زمینی ها را کنترل می کند.			
	سیب زمینی ها را مطابق دستورالعمل آماده می کند.			
	به اندازه لازم در تابه روغن می ریزد.			
	پس از داغ شدن روغن مواد داخل تابه می ریزد.			
	حرارت اجاق گاز را تنظیم می کند.			
	در زمان مناسب کوکو را پس از سرخ شدن بر می گرداند.			
کوکوها را پس از آماده شدن در ظرف مناسب می چیند.				
روی کوکوها را با گوجه فرنگی و... تزیین می کند.				

			با دستور مربی وسایل لازم برای تهیه پوره را انتخاب می کند.	
			مواد اولیه و افزودنی های لازم را با توجه به نسبت های آن، متناسب با تعداد افراد انتخاب می کند.	پوره
			سیب زمینی ها را می شوید.	
			اجاق گاز را با رعایت نکات ایمنی روشن می کند.	
			پخت سیب زمینی را مطابق دستور العمل انجام می دهد.	
			سیب زمینی ها را به درستی پوست می کند.	
			سیب زمینی ها را به درستی با گوشت کوب له می کند.	
			سایر افزودنی ها را به سیب زمینی ها اضافه می کند.	
			پوره سیب زمینی را پس از آماده شدن در ظرف مناسب می چیند.	
			نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.	
			وسایل مناسب برای تهیه خوراک را انتخاب می کند.	
			مواد اولیه برای تهیه خوراک را آماده می کند.	
			مواد اولیه را پس از شستن مطابق دستور العمل خرد می کند.	
			اجاق گاز را روشن می کند و درجه حرارت آن را تنظیم می کند.	
			مواد خوراک را مطابق دستور العمل می پزد.	
			پخت غذا را کنترل می کند.	
			غذای آماده شده را در ظرف مناسبی می کشد.	
			نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.	
			با دستور مربی، وسایل لازم برای پخت کته استانبولی را انتخاب می کند.	کته استانبولی
			مواد اولیه و افزودنی های لازم را با توجه به نسبت های آن و متناسب با تعداد افراد، آماده می کند.	
			برنج را تمیز کرده و می خیساند.	
			سیب زمینی و پیاز را مطابق دستور العمل آماده می کند.	
			برنج را با مقدار کافی آب و نمک و روغن می پزد.	
			در زمان لازم مواد را بر اساس دستور العمل به برنج اضافه می کند.	
			میزان حرارت برای دم کشیدن کته را کنترل می کند.	
			پخت برنج را کنترل می کند.	
			نکات بهداشتی و ایمنی در حین کار را رعایت می کند.	
				غذای محلی
				غذای محلی
نمره عملی دانش آموز:				
نام و نام خانوادگی هنر آموز:				
تاریخ و امضاء:				

شایستگی مهارت: تهیه چند نوع شکلات

شرح شایستگی مهارت: این پودمان توانایی تهیه چند نوع شکلات ساده را با استفاده از مواد اولیه‌ای که مربی در اختیار دانش‌آموز قرار می‌دهد با رعایت موارد ایمنی و بهداشتی زیر نظر مربی فراهم می‌کند.

معیار عملکرد		
<ul style="list-style-type: none"> - وسایل طبق دستورالعمل مربی انتخاب می‌شود. - مواد مورد نیاز به تعداد نفرات بر اساس دستورالعمل مربی آماده می‌شود. - اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی روشن می‌شود. - مواد مطابق دستورالعمل مخلوط می‌شود. - مراحل تهیه شکلات مطابق دستورالعمل انجام می‌شود. - نکات ایمنی به هنگام استفاده از همزن رعایت می‌شود. - شکلات پس از آماده شدن در ظرف مناسبی ریخته شده و در یخچال قرار داده شود. 	<p>شکلات صبحانه</p> <p>فندقی (نوتلا)</p>	<p>عناصر شایستگی</p>
<ul style="list-style-type: none"> - وسایل طبق دستورالعمل مربی انتخاب می‌شود. - مواد مورد نیاز به تعداد نفرات بر اساس دستورالعمل مربی آماده می‌شود. - مواد مطابق دستورالعمل مخلوط می‌شود. - مراحل تهیه شکلات مطابق دستورالعمل انجام می‌شود. - نکات ایمنی به هنگام استفاده از همزن رعایت می‌شود. - شکلات ها بعد از سرد شدن در ظرف مناسب چیده می‌شود. 	<p>شکلات مغزدار</p>	
<ul style="list-style-type: none"> - وسایل طبق دستورالعمل مربی انتخاب می‌شود. - مواد مورد نیاز به تعداد نفرات بر اساس دستورالعمل مربی آماده می‌شود. - مواد مطابق دستورالعمل مخلوط می‌شود. - مراحل تهیه شکلات مطابق دستورالعمل انجام می‌شود. - نکات ایمنی به هنگام استفاده از همزن رعایت می‌شود. - شکلات ها بعد از سرد شدن در ظرف مناسب چیده می‌شود. 	<p>شکلات نارگیلی</p>	
<ul style="list-style-type: none"> - وسایل طبق دستورالعمل مربی انتخاب می‌شود. - مواد مورد نیاز به تعداد نفرات بر اساس دستورالعمل مربی آماده می‌شود. - اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی روشن می‌شود. - مواد مطابق دستورالعمل مخلوط می‌شود. - مراحل تهیه شکلات مطابق دستورالعمل انجام می‌شود. - نکات ایمنی به هنگام استفاده از همزن رعایت می‌شود. - شکلات ها بعد از سرد شدن در ظرف مناسب چیده می‌شود. 	<p>شکلات قیسی</p>	

راهنمای آزمون

ارزشیابی این شایستگی بر مبنای ۲۰ نمره می‌باشد. (ارزشیابی عملی ۱۴ نمره، کتبی ۳ نمره و ارزشیابی از رفتارهای شغلی ۳ نمره)

نحوه محاسبه نمره پایانی آن به قرار ذیل می‌باشد.

نمره پایانی = نمره آزمون نوبت دوم + نمره تکوینی دانش آموز

۲

نمره تکوینی دانش آموز شامل موارد زیر است:

میانگین نمرات آزمون‌های مستمر نوبت اول + نمره آزمون نوبت اول + میانگین نمرات آزمون‌های مستمر نوبت دوم

۳

<p>خواندن و نوشتن، شمارش، محلول، مخلوط، مفهوم زمان، اندازه گیری و ...</p>	<p>مفاهیم شناختی پیش نیاز</p>
<p>بهداشت و ایمنی در آشپزخانه نگه داری مواد غذایی در قنادی</p>	<p>پودمان‌های هم نیاز و پیش نیاز</p>
<p>آراستگی ظاهری: لباس کار تمیز پوشیده می‌شود. نظم و ترتیب: پس از پایان کار وسایل در جای خود قرار داده می‌شود. مسئولیت پذیری: کار محوله را به درستی انجام می‌دهد. مهارت‌های ارتباطی: واژه‌های مربوط به کار خود را به درستی بیان می‌کند. گزارش کار خود را به مربی می‌دهد. با دیگران مؤدبانه صحبت می‌کند. رعایت بهداشت فردی: قبل و پس از پایان کار دست و صورت خود را می‌شوید. وقت شناسی: به موقع در کارگاه حضور پیدا می‌کند. کار خود را در زمان تعیین شده انجام می‌دهد.</p>	<p>رفتارهای شغلی</p>
<p>یک فضای کاری در حدود ۳۰ متر مربع</p>	<p>امکانات (فضای فیزیکی)</p>
<p>ترازوی آشپزخانه، چاقوی آشپزخانه، کاسه، قاشق، چنگال، کارد، سینی، دیس، بشقاب، شعله پخش کن، اجاق گاز، فنکد اتمی، کپسول آتش نشانی، یخچال و فریزر، میز کار آشپزخانه، کابینت آشپزخانه همراه با هود، آب چکان و سینک، فر، همزن، قالب کیک در اندازه های مورد نیاز، مخلوط کن</p>	<p>ابزار و تجهیزات</p>
<p>مواد اولیه تهیه (شکلات صبحانه، شکلات مغزدار، شکلات نارگیلی، شکلات قیسی)، مواد شوینده و ضد عفونی کننده، کاغذ آلومینیم، کاغذ روغنی</p>	<p>مواد مصرفی</p>
<p>فیلم آموزشی مرتبط</p>	<p>نرم افزار</p>
<p>فوق دیپلم و بالاتر در رشته تحصیلی مرتبط و یا فوق دیپلم و بالاتر در رشته کودکان استثنایی با داشتن مدرک مهارتی مرتبط از سازمان های متولی آموزش حرفه ای</p>	<p>نیروی انسانی</p>

برنامه درسی شایستگی مهارت : تهیه چند نوع شکلات

عناصر شایستگی	اجزای شایستگی
<p>شکلات صبحانه فندقی (نوتلا)</p>	<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل لازم جهت تهیه شکلات صبحانه فندقی (کاسه ، همزن برقی ، قاشق اندازه گیری و...) - مواد مورد نیاز برای تهیه شکلات صبحانه فندقی: شکلات تخته ای ۳۰ گرم، خامه ۱/۲ پیمانه، کاکائو: ۱/۲ (۶ قاشق سوپ خوری سر صاف)، کره یا روغن جامد: ۱/۴ پیمانه ، پودر قند: ۱/۲ پیمانه + ۲ قاشق سوپ خوری، شیر گرم: ۲ قاشق سوپ خوری، تخم مرغ: ۲ عدد، فندق بو داده و خرد شده: ۱/۲ پیمانه، وانیل: ۱/۴ قاشق چای خوری - نحوه آماده کردن شکلات صبحانه فندقی: - اجاق گاز را با رعایت نکات ایمنی روشن نمایید. - کتری را تا نیمه آب کرده و روی حرارت قرار دهید. بعد از به جوش آمدن، کاسه مناسب و مقاوم به حرارت را روی آن قرار دهید. شکلات تخته ای ، کره و پودر کاکائو را داخل آن ریخته مرتب هم زده تا یک دست شود. سپس ظرف را به آرامی روی میز کار قرار دهید. - تخم مرغ ، وانیل و پودر قند را در ظرف مناسب ریخته و با همزن بزنید تا به صورت کرم در آید. سپس به آرامی شیر گرم را اضافه کرده و مخلوط نمایید. - حال مواد شکلاتی را به تخم مرغ اضافه کرده و با همزن برقی مخلوط نمایید. در آخر خامه و فندق را اضافه کنید. نکته: فندق ها را با احتیاط در تابه کمی تفت دهید و سپس آن را با میکسر برقی با احتیاط پودر نمایید. - حال مواد شکلات را در ظرف درب دار ریخته و در یخچال به مدت ۳ ساعت استراحت دهید.
	<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - آماده کردن ابزار و وسایل مورد نیاز برای تهیه شکلات - آماده کردن مواد اولیه و وزن کردن درست آن ها - روشن کردن اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی و تنظیم حرارت آن - تفت دادن فندق و پودر کردن آن با کمک خرد کن برقی با رعایت نکات ایمنی - ذوب کردن شکلات به روش غیر مستقیم روی بخار کتری با رعایت نکات ایمنی - مخلوط کردن مواد با یکدیگر طبق دستور مربی - استفاده از همزن به شکل اصولی و با رعایت مدت زمان لازم - ریختن مواد در ظرف مناسب - کنترل آماده شدن شکلات با توجه به زمان مورد نظر - بسته بندی و نگه داری مناسب - شستن، خشک کردن و جای دهی مناسب ابزار و ظروف
<p>شکلات مغزدار</p>	<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل لازم جهت تهیه شکلات مغزدار (کاسه ، همزن برقی ، قاشق اندازه گیری و...) - مواد مورد نیاز برای تهیه شکلات مغزدار: پودر قند: ۱ پیمانه، تخم مرغ: ۱ عدد، پسته خرد شده: ۱/۲ پیمانه، گردو خرد شده: ۱ پیمانه، بیسکویت مادر پودر شده : ۱ بسته، وانیل: ۱/۳ قاشق چایخوری، کره : ۱۰۰ گرم، کاکائو: ۴ قاشق سر صاف

<p>- نحوه آماده کردن شکلات مغزدار:</p> <p>- اجاق گاز را با رعایت نکات ایمنی روشن نمایید.</p> <p>- کاکائو و کره را در تابه ریخته و روی گاز قرار دهید و با حرارت ملایم مخلوط نمایید.</p> <p>- تخم مرغ، بیسکویت پودر شده، پسته و گردو خرد شده، پودر قند و وانیل را با همزن برقی بزنید تا کاملاً یکدست شود.</p> <p>- همزن را خاموش نمایید و کاکائو را به آن اضافه کرده و با قاشق به خوبی مخلوط نمایید.</p> <p>- خمیر شکلات را لوله کرده و آن را داخل کاغذ آلومینیوم قرار دهید و مثل شکلات ببندید.</p> <p>- خمیر را به مدت ۴ ساعت در یخچال قرار دهید.</p> <p>- پس از آماده شدن شکلات، روی میز کار را با دستمال خشک کاملاً تمیز و خشک نمایید.</p> <p>- شکلات ها را با چاقوی تیز حلقه حلقه ببرید و در ظرف مناسب بچینید.</p> <p>نکته: در صورتی که خمیر تهیه شده شل بود، با پودر بیسکویت آن را سفت کنید. می توان این شکلات را در فریزر ۳ تا ۲ ماه نگه داری کرد.</p>	
<p>مهارت:</p> <p>- آماده کردن ابزار و وسایل مورد نیاز برای تهیه شکلات</p> <p>- آماده کردن مواد اولیه و وزن کردن درست آن ها</p> <p>- روشن کردن اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی</p> <p>- ذوب کردن کاکائو و کره روی اجاق گاز با رعایت نکات ایمنی</p> <p>- مخلوط کردن مواد با یکدیگر طبق دستور مربی</p> <p>- آماده کردن خمیر شکلات طبق دستور مربی</p> <p>- کنترل آماده شدن شکلات با توجه به زمان مورد نظر</p> <p>- حلقه حلقه کردن شکلات آماده شده و ریختن در ظرفی مناسب</p> <p>- گذاشتن ظرف در یخچال</p> <p>- شستن، خشک کردن و جای دهی مناسب ابزار و ظروف</p>	
<p>دانش:</p> <p>- ابزار و وسایل لازم جهت تهیه شکلات نارگیلی (کاسه، قاشق اندازه گیری و...)</p> <p>- مواد مورد نیاز برای تهیه شکلات نارگیلی:</p> <p>- شیر عسل غلیظ (نصفه پیمانه شیر پر چرب را با ۷۰ گرم عسل بجوشانید تا کاملاً غلیظ شود بهتر است به صورت کنسرو تهیه نمایید) ۱۰۰ گرم، پودر نارگیل به مقدار لازم</p> <p>- نحوه آماده کردن شکلات نارگیلی:</p> <p>- شیر عسل غلیظ را در کاسه ای مناسب ریخته و به آن پودر نارگیل را اضافه کنید تا زمانی که شبیه به خمیر نرمی شود.</p> <p>- روی کاسه را پوشانده و به مدت ۱ ساعت در یخچال استراحت دهید.</p> <p>- سپس با دستانی تمیز، خمیر را به اندازه یک قاشق چایخوری برداشته و در دست فرم کروی دهید. در ظرفی مناسب مقداری پودر نارگیل ریخته و آن ها را در پودر نارگیل بغلتانید و در کاغذ شکلات قرار دهید.</p> <p>- اکنون شکلاتها را در ظرف مناسب بچینید.</p>	<p>شکلات نارگیلی</p>

<p>نکته: در صورت تمایل می توانید با شکلات تخته ای ذوب شده روی آن ها را تزیین کنید.</p>	
<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - آماده کردن ابزار و وسایل مورد نیاز برای تهیه شکلات - آماده کردن مواد اولیه و وزن کردن درست آن ها - مخلوط کردن مواد طبق دستور مربی - در نظر گرفتن زمان مناسب برای آماده شدن خمیر در یخچال - شکل دادن به خمیر شکلات - آماده کردن شکلاتها مطابق دستور مربی - چیدن در ظرف و گذاشتن در یخچال - شستن، خشک کردن و جای دهی مناسب ابزار و ظروف 	
<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل لازم جهت تهیه شکلات قیسی (کاسه، قاشق اندازه گیری و...) - مواد مورد نیاز برای تهیه شکلات قیسی: شیر عسل غلیظ (نصفه پیمانه شیر پر چرب را با ۱۰۰ گرم عسل بجوشانید تا کاملا غلیظ شود بهتر است به صورت کنسرو تهیه نمایید) ۱۰۰ گرم ،پودر نارگیل ۱۰۰ گرم،قیسی نرم و پوره شده ۲۰۰ گرم، پودر پسته ۵۰ گرم ، شکلات تخته ای برای تزیین به دلخواه - نحوه آماده کردن شکلات قیسی: - شیر عسل غلیظ را در میکسر ریخته و به آن پودر نارگیل ، پودر پسته و قیسی را اضافه و مخلوط نمایید تا شبیه به خمیر نرمی شود. - خمیر را درون کاسه ای ریخته و روی آن را پوشانیده و در یخچال به مدت ۱ ساعت استراحت دهید. - اجاق گاز را با رعایت موارد ایمنی روشن کنید. شکلات را به روش غیر مستقیم بر روی آن ذوب کنید. (کتری را با آب تا نیمه پر کرده روی حرارت قرار دهید. بعد از به جوش آمدن کاسه مناسب و مقاوم به حرارت را روی آن قرار دهید. شکلات تخته ای را داخل آن ریخته مرتب هم زده تا یک دست شود) - پس از یک ساعت خمیر را از یخچال درآورده و با دستانی تمیز از خمیر به اندازه یک قاشق چایخوری برداشته و در دست فرم کروی دهید. - سپس از شکلات آماده شده برای تزیین آن ها استفاده کنید. - شکلات ها را در ظرف مناسبی ریخته و در یخچال نگه دارید. 	<p>شکلات قیسی</p>
<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - آماده کردن ابزار و وسایل مورد نیاز برای تهیه شکلات - آماده کردن مواد اولیه و وزن کردن درست آن ها - مخلوط کردن مواد طبق دستور مربی - استفاده از دستگاه مخلوط کن با رعایت نکات ایمنی - در نظر گرفتن زمان مناسب برای آماده شدن خمیر در یخچال - شکل دادن به خمیر شکلات - آماده کردن شکلاتها مطابق دستور مربی 	

<p>- چیدن در ظرف و گذاشتن در یخچال</p> <p>- شستن، خشک کردن و جای دهی مناسب ابزار و ظروف</p>	
<p>- رعایت بهداشت و نظافت فردی و کارگاهی</p> <p>- رعایت بهداشت فیزیکی بدن ضمن کار (اصول ارگونومی)</p> <p>- رعایت نکات ایمنی و بهداشتی ضمن کار</p> <p>- رعایت نکات ایمنی هنگام تمیز کردن ویا کار با وسایل برنده</p> <p>- قراردادن وسایل در جای خود پس از اتمام کار</p>	<p>نکات ایمنی حین کار</p>
<p>- علاقه مندی به کار</p> <p>- دقت، توجه و سرعت هنگام کار</p> <p>- صرفه جویی در مواد مصرفی</p>	<p>نگرش</p>
<p>- ریختن پسماند تر و خشک در سطل بازیافت</p> <p>- عدم استفاده از وسایل برقی در زمان اوج مصرف</p>	<p>توجهات زیست محیطی</p>
<p>- ابزار و تجهیزات :</p> <p>ترازوی آشپزخانه، چاقوی آشپزخانه، کاسه ،قاشق،چنگال،کارد،سینی،دیس، بشقاب، شعله پخش کن، اجاق گاز، فندک اتمی، کپسول آتش نشانی، یخچال و فریزر، میزکارآشپزخانه، کابینت آشپزخانه همراه با هود، آب چکان و سینک،فر، همزن، قالب کیک در اندازه های مورد نیاز، مخلوط کن</p> <p>- مواد مصرفی:</p> <p>مواد اولیه تهیه (شکلات صبحانه،شکلات مغزدار،شکلات نارگیلی، شکلات قیسی)، مواد شوینده و ضدعفونی کننده، کاغذ آلومینیم، کاغذ روغنی</p>	<p>تجهیزات ، ابزار و مواد مصرفی</p>
<p>- خواندن و نوشتن اعداد و کلمات</p>	<p>دانش پایه (غیر فنی)</p>

فهرست واریسی از شایستگی مهارت: تهیه چند نوع شکلات

نام و نام خانوادگی دانش آموز:

رشته: _____ پایه: _____ تاریخ آزمون نوبت دوم: _____

اجزای پودمان	آیتم های ارزیابی	به طور مستقل و صحیح انجام می دهد.	با راهنمایی کلامی مربی به طور صحیح انجام می دهد.	به طور صحیح انجام نمی دهد.
شکلات صبحانه فندقی (نوتلا)	ابزار و وسایل مورد نیاز را بر اساس دستورالعمل مربی انتخاب می کند.			
	مواد مورد نیاز را با توجه به دستورالعمل مربی آماده می کند.			
	اجاق گاز را با رعایت موارد ایمنی روشن و دمای آن را تنظیم می کند.			
	فندق ها را مطابق دستورالعمل تفت می دهد.			
	فندق ها را با رعایت موارد ایمنی به وسیله دستگاه خرد کن، پودر می کند.			
	شکلات را مطابق دستورالعمل مربی ذوب می کند.			
	مواد شکلات را بر اساس مراحل کار تهیه می کند.			
	مواد شکلات را در ظرف مناسبی می ریزد.			
	زمان لازم برای ماندن شکلات در یخچال را کنترل می کند.			
	از دستگاه همزن به درستی استفاده می کند.			
شکلات مغز دار	نکات بهداشتی و ایمنی را در حین کار رعایت می کند.			
	ابزار و وسایل مورد نیاز را بر اساس دستورالعمل مربی انتخاب می کند.			
	مواد مورد نیاز را با توجه به دستورالعمل مربی آماده می کند.			
	اجاق گاز را با رعایت موارد ایمنی روشن و دمای آن را تنظیم می کند.			
	کره و کاکائو را با حرارت ملایم مخلوط می کند.			
	مواد شکلات را بر اساس مراحل کار تهیه می کند.			
	خمیر شکلات را به صورت لوله ای در می آورد.			
	خمیر شکلات را در کاغذ آلومینیوم می پیچد.			
	زمان لازم برای ماندن شکلات در یخچال را کنترل می کند.			
	شکلات را با چاقو حلقه حلقه می کند.			
شکلات نارگیلی	از دستگاه همزن به درستی استفاده می کند.			
	نکات بهداشتی و ایمنی را در حین کار رعایت می کند.			
	ابزار و وسایل مورد نیاز را بر اساس دستورالعمل مربی انتخاب می کند.			
	مواد مورد نیاز را با توجه به دستورالعمل مربی آماده می کند.			
	مواد شکلات را بر اساس مراحل کار تهیه می کند.			
	مواد شکلات را در ظرف مناسبی می ریزد.			
	زمان لازم برای ماندن شکلات در یخچال را کنترل می کند.			
	خمیر شکلات را مطابق دستور مربی شکل می دهد.			
	شکلات ها را در ظرف مناسبی می چیند.			
	نکات بهداشتی و ایمنی را در حین کار رعایت می کند.			
شکلات قیسی	ابزار و وسایل مورد نیاز را بر اساس دستورالعمل مربی انتخاب می کند.			

			مواد مورد نیاز را با توجه به دستورالعمل مربی آماده می کند.
			اجاق گاز را با رعایت موارد ایمنی روشن و دمای آن را تنظیم می کند.
			شکلات را مطابق دستورالعمل مربی ذوب می کند.
			مواد شکلات را بر اساس مراحل کار تهیه می کند.
			مواد شکلات را در ظرف مناسبی می ریزد.
			زمان لازم برای ماندن شکلات در یخچال را کنترل می کند.
			خمیر شکلات را مطابق دستور مربی شکل می دهد.
			از دستگاه همزن به درستی استفاده می کند.
			شکلات های آماده شده را تزیین می کند.
			نکات بهداشتی و ایمنی را در حین کار رعایت می کند.
نمره عملی دانش آموز:			
تاریخ و امضاء:			نام و نام خانوادگی هنر آموز:

شایستگی مهارت: تهیه چند نوع شیرینی محلی

شرح شایستگی مهارت: این پودمان توانایی تهیه چند نوع شیرینی محلی را با استفاده از مواد اولیه ای که مربی در اختیار دانش آموز قرار می دهد با رعایت موارد ایمنی و بهداشتی زیرنظر مربی فراهم می کند.

معیار عملکرد			
<ul style="list-style-type: none"> - وسایل لازم برای تهیه نان برنجی انتخاب می شود. - مواد اولیه به میزان مناسب اندازه گیری و آماده می شود. - مواد مطابق دستورالعمل مخلوط می شود. - در هنگام استفاده از همزن نکات ایمنی رعایت می شود. - فر روشن و درجه حرارت آن تنظیم می شود. - مراحل پخت شیرینی مطابق دستورالعمل انجام می شود. - پخت و رنگ شیرینی ها کنترل می شود. - شیرینی ها پس از خنک شدن در ظرف مناسب چیده می شود. - ظروف شسته، خشک و جای دهی می شود. 	نان برنجی	عناصر شایستگی	
	به تهیه چهار نوع شیرینی محلی دیگر اشاره شود.		
<p>ارزشیابی این شایستگی بر مبنای ۲۰ نمره می باشد. (ارزشیابی عملی ۱۴ نمره، کتبی ۳ نمره و ارزشیابی از رفتارهای شغلی ۳ نمره)</p> <p>نحوه محاسبه نمره پایانی آن به قرار ذیل می باشد.</p> <p style="text-align: center;"><u>نمره پایانی = نمره آزمون نوبت دوم + نمره تکوینی دانش آموز</u></p> <p style="text-align: center;">۲</p> <p>نمره تکوینی دانش آموز شامل موارد زیر است:</p> <p style="text-align: center;"><u>میانگین نمرات آزمون های مستمر نوبت اول + نمره آزمون نوبت اول + میانگین نمرات آزمون های مستمر نوبت دوم</u></p> <p style="text-align: center;">۳</p>		راهنمای آزمون	
خواندن و نوشتن، شمارش، مخلوط، محلول، مفهوم زمان، اندازه گیری و...		مفاهیم شناختی پیش نیاز	
بهداشت و ایمنی در آشپزخانه، نگه داری مواد غذایی		پودمان های هم نیاز و پیش نیاز	

<p>آراستگی ظاهری: لباس کار تمیز پوشیده می‌شود. نظم و ترتیب: پس از پایان کار وسایل در جای خود قرار داده می‌شود. مسئولیت‌پذیری: کار محوله را به درستی انجام می‌دهد. مهارت‌های ارتباطی: واژه‌های مربوط به کار خود را به درستی بیان می‌کند. گزارش کار خود را به مربی می‌دهد. با دیگران مؤدبانه صحبت می‌کند. رعایت بهداشت فردی: قبل و پس از پایان کار دست و صورت خود را می‌شوید. وقت‌شناسی: به موقع در کارگاه حضور پیدا می‌کند. کار خود را در زمان تعیین شده انجام می‌دهد.</p>	<p>رفتارهای شغلی</p>
<p>یک فضای کاری در حدود ۳۰ متر مربع</p>	<p>امکانات (فضای فیزیکی)</p>
<p>ترازوی آشپزخانه، چاقوی آشپزخانه، کاسه، قاشق، چنگال، کارد، سینی، تابه، شعله پخش کن، اجاق گاز، فر، فندک، ، یخچال، همزن، قالب کیک به ابعاد ۲×۲۸×۴۰، پیمانه های اندازه گیری و...</p>	<p>ابزار و تجهیزات</p>
<p>مواد اولیه تهیه شیرینی نان برنجی (آرد برنج، آرد نشاسته ذرت، تخم مرغ، شکر، گلاب، پودر قند، کره یا روغن جامد و...)</p>	<p>مواد مصرفی</p>
<p>فیلم آموزشی مرتبط</p>	<p>نرم افزار</p>
<p>فوق دیپلم و بالاتر در رشته تحصیلی مرتبط و یا فوق دیپلم و بالاتر در رشته کودکان استثنایی با داشتن مدرک مهارتی مرتبط از سازمان های متولی آموزش حرفه ای</p>	<p>نیروی انسانی</p>

برنامه درسی شایستگی مهارت : تهیه چند نوع شیرینی محلی

اجزای شایستگی	عناصر شایستگی
<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ابزار، وسایل و مواد لازم جهت تهیه شیرینی محلی (سینی دیواره کوتاه به ابعاد ۲×۲۸×۴۰، کاسه، قاشق، همزن و...) - میزان مواد اولیه مورد نیاز و افزودنی های لازم برای تهیه شیرینی محلی: کره یا روغن جامد ۲۵۰ گرم، پودر قند (۱۵۰ گرم) ۱ پیمانه، گلاب (۵۰ گرم) ۱ پیمانه، زرده تخم مرغ ۲ عدد، آرد برنج ۴۰۰ گرم، نشاسته ذرت ۱۰۰ گرم، هل ساییده ۱ قاشق مربا خوری، وانیل ۱ قاشق چایخوری، تخم خرفه به مقدار لازم - نحوه تهیه شیرینی برنجی - ابتدا کره را با پودر قند، وانیل و هل با همزن برقی خوب بزنید. سپس زرده ها را اضافه کنید. آن گاه همزن را خاموش کرده گلاب را اضافه کنید. - قبل از این که مایه را هم بزنید آرد برنج و آرد نشاسته ذرت را کم کم اضافه کرده، مایه را مخلوط کنید تا خمیر بسیار لطیفی به دست آید. - خمیر را در ظرفی قرار داده و ۲ تا ۳ ساعت بگذارید تا خوب آماده شود. - از خمیر گلوله های کوچکی درست کنید. - روی گلوله های خمیر را با کمک ماسوره یا مهر نقش بزنید و با خرفه تزیین کنید. نکته: سینی شیرینی را در طبقه وسط فر قرار دهید. - گلوله ها را در سینی مخصوص فر که با کاغذ گراف پوشانده اید، بچینید. - فر را روشن کنید و حرارت آن را روی ۳۰۰ درجه تنظیم کنید. - ۲۰ دقیقه در نظر بگیرید تا نان ها طلایی رنگ شوند. - بعد از خنک شدن، آن ها را در ظرف بچینید. 	<p>نان برنجی</p>
<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - پوشیدن لباس کار مناسب و پیش بند - انتخاب وسایل مناسب برای تهیه شیرینی نان برنجی - آماده کردن مواد اولیه به میزان مورد نیاز - مخلوط کردن مواد مطابق دستورالعمل - روشن کردن فر با رعایت نکات ایمنی و تنظیم حرارت آن - در نظر گرفتن زمان مناسب برای آماده شدن خمیر - شکل دادن خمیر شیرینی مطابق دستورالعمل - کنترل زمان برای آماده شدن شیرینی ها در فر - چیدن شیرینی ها در ظرفی مناسب پس از خنک شدن - شستن، خشک کردن و جای دهی ظروف 	
<p>دانش:</p>	
<p>مهارت:</p>	

	دانش :
	مهارت:
	دانش :
	مهارت:
	دانش :
	مهارت:
	<p>- رعایت بهداشت و نظافت فردی و کارگاهی</p> <p>- رعایت بهداشت فیزیکی بدن ضمن کار (اصول ارگونومی)</p> <p>- رعایت نکات ایمنی و بهداشتی ضمن کار</p> <p>- رعایت نکات ایمنی هنگام تمیز کردن ویا کار با وسایل برنده</p> <p>- قراردادن وسایل در جای خود پس از اتمام کار</p>
	<p>- علاقه مندی به کار</p> <p>- دقت، توجه و سرعت هنگام کار</p> <p>- صرفه جویی در مواد مصرفی</p>
	<p>- ریختن پسماند تر و خشک در سطل بازیافت</p> <p>- عدم استفاده از وسایل برقی در زمان اوج مصرف</p>
	<p>- ابزار و تجهیزات:</p> <p>ترازوی آشپزخانه، چاقوی آشپزخانه، کاسه، قاشق، چنگال، کارد، سینی، تابه، شعله پخش کن، اجاق گاز، فر، فندک، ، یخچال، همزن، قالب کیک به ابعاد ۲۸×۲۸×۴۰، پیمانه های اندازه گیری و... - مواد مصرفی:</p> <p>مواد اولیه تهیه شیرینی نان برنجی (آرد برنج، آرد نشاسته ذرت، تخم مرغ، شکر، گلاب، پودر قند، کره یا روغن جامد و...)</p>
	<p>- خواندن و نوشتن اعداد و کلمات</p>
	دانش پایه (غیر فنی)

شایستگی مهارت: آماده سازی میز غذا		کد پودمان :	
شرح شایستگی مهارت: این پودمان توانایی آماده کردن میز جهت سرو غذا را مطابق دستورالعمل مربی و با رعایت موارد ایمنی و بهداشتی فراهم می کند.			
قابلیت اشتغال زایی: دارد رستوران			
معیار عملکرد			
<ul style="list-style-type: none"> - وسایل طبق دستورالعمل مربی انتخاب می شود. - به تعداد نفرات بشقاب، قاشق و چنگال، لیوان آماده می شود. - تمیزی هر یک از وسایل کنترل می شود. - بشقاب به تعداد نفرات در مقابل هر صندلی چیده می شود. - قاشق و چنگال طبق دستورالعمل در کنار هر بشقاب گذاشته می شود. - لیوان ها مطابق دستورالعمل در مقابل هر بشقاب قرار داده می شود. 	آماده کردن ظروف و چیدمان آن ها	عناصر شایستگی	
<ul style="list-style-type: none"> - میزان نمک ، فلفل و سس درون ظرف ها کنترل و در صورت خالی بودن به طور صحیح پرمی شود. - نمکدان و سس خوری ها مطابق دستورالعمل روی میز گذاشته می شود. - نان در قطعات مناسب برش زده می شود. - نان ها به تعداد مورد نظر درون پلاستیک قرار داده می شود. - نان و بطری های آب مطابق دستورالعمل روی میز قرار داده می شود. - خیار شور، پیاز ، لیمو ترش و... مطابق دستورالعمل برش زده می شود. - هر یک از مواد به میزان لازم درون ظرف چیده و روی آن سلفون کشیده می شود. - ظروف مورد نظر مطابق دستورالعمل روی میز قرار داده می شود. 	آماده کردن سایر ملحقات میز و چیدمان آن ها		
<ul style="list-style-type: none"> - دستمال سفره مطابق دستورالعمل تزیین می شود. - دستمال ها درون بشقاب یا لیوان گذاشته می شود. 	تزیین دستمال سفره		
<ul style="list-style-type: none"> - وسایل کار شسته ، خشک و جایدهی می شود. - تمیزکاری سطوح از ضایعات و آلودگیها مطابق با دستورالعمل انجام می شود. 	تمیز کاری وسایل، تجهیزات و سطوح		
<p>ارزشیابی این شایستگی بر مبنای ۲۰ نمره می باشد. (ارزشیابی عملی ۱۴ نمره، کتبی ۳ نمره و ارزشیابی از رفتارهای شغلی ۳ نمره)</p> <p>نحوه محاسبه نمره پایانی آن به قرار ذیل می باشد.</p> <p>نمره پایانی = نمره آزمون نوبت دوم + نمره تکوینی دانش آموز</p> <p style="text-align: center;">۲</p> <p>نمره تکوینی دانش آموز شامل موارد زیر است:</p> <p>میانگین نمرات آزمون های مستمر نوبت اول + نمره آزمون نوبت اول + میانگین نمرات آزمون های مستمر نوبت دوم</p> <p style="text-align: center;">۳</p>			راهنمای آزمون
خواندن و نوشتن، پذیرایی ، شمارش، محلول، مخلوط، مفهوم زمان، اندازه گیری و ...			مفاهیم شناختی پیش نیاز

اخلاق حرفه ای	بودمان های هم نیاز و پیش نیاز
<p>آراستگی ظاهری: لباس کار تمیز پوشیده می شود. نظم و ترتیب: پس از پایان کار وسایل در جای خود قرار داده می شود. مسئولیت پذیری: کار محوله را به درستی انجام می دهد. مهارت های ارتباطی: واژه های مربوط به کار خود را به درستی بیان می کند. گزارش کار خود را به مربی می دهد. با دیگران مؤدبانه صحبت می کند. رعایت بهداشت فردی: قبل و پس از پایان کار دست و صورت خود را می شوید. وقت شناسی: به موقع در کارگاه حضور پیدا می کند. کار خود را در زمان تعیین شده انجام می دهد.</p>	رفتارهای شغلی
یک فضای کاری در حدود ۳۰ متر مربع	امکانات (فضای فیزیکی)
ترازوی آشپزخانه، چاقوی آشپزخانه، کاسه، قاشق، چنگال، کارد، سینی، کپسول آتش نشانی، یخچال و فریزر، میز کار آشپزخانه، کابینت آشپزخانه همراه با هود، آب چکان و سینک، تخته خرد کردن مواد، سس خوری، نمکدان، لیوان، ظرف نان	ابزار و تجهیزات
دستمال سفره، دستمال کاغذی، کیسه فریزر، نان، نمک، فلفل، سس، آبلیمو، پیاز، خیارشور، لیمو ترش و... مواد شوینده و ضد عفونی کننده	مواد مصرفی
فیلم آموزشی مرتبط	نرم افزار
فوق دیپلم و بالاتر در رشته تحصیلی مرتبط و یا فوق دیپلم و بالاتر در رشته کودکان استثنایی با داشتن مدرک مهارتی مرتبط از سازمان های متولی آموزش حرفه ای	نیروی انسانی

برنامه درسی شایستگی مهارت : آماده سازی میز غذا

اجزای شایستگی	عناصر شایستگی
<p style="text-align: right;">دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - اصول پذیرایی از مهمان(در نظر گرفتن راحتی و آسایش مهمان ، احترام گذاشتن به مهمان ، دقت و سلیقه در پذیرایی و ...) - وسایل و مواد مورد نیاز با توجه به نوع میز پذیرایی : سفره، رومیزی، دستمال مخصوص گلدوزی شده، بشقاب ، کارد، چنگال ، قاشق ، قندان ، سبد نان و... - نحوه چیدمان میز صبحانه: - پهن کردن سفره روی میز با استفاده از دستمال گلدوزی شده برای زیر هر بشقاب - قرار دادن بشقاب ها مقابل صندلی ها - قرار دادن سمت چپ بشقاب چنگال کوچک و سمت راست آن کارد ، قاشق مرباخوری و چایخوری - قرار دادن دستمال کوچک ما بین بشقاب و نعلبکی و فنجان و یا سمت چپ بشقاب - قرار دادن کره ، مربا ، عسل و ... در ظرف های مخصوص مجهز به کارد و قاشق ، نمکدان ها در وسط میز - گذاشتن نان(نان تست ، ساده و ...) لای دستمال و یا ظروف های مخصوص - قرار دادن ظروف محتوای شکر و قند در محل مناسب(نکته: این ظروف دست به دست دور میز می گردد.) - قرار دادن یک سبد میوه فصل یا گلدانی پر از گل وسط میز - نحوه چیدمان میز ناهار : - استفاده از سفره کتان سفید برای روی میز و دستمال های مخصوص زیر هر بشقاب - قرار دادن بشقاب در مقابل هر صندلی - قرار دادن کاردها ، قاشق ها در سمت راست بشقاب و چنگال ها در سمت چپ - قرار دادن بشقاب گود در داخل هر بشقاب - قرار دادن بشقاب سالاد در محل مناسب (نزدیک به لبه میز) - قرار دادن لیوان بالای قاشق و کارد ، ملاقه، کفگیر در کنار ظروف مخصوص غذا - نحوه چیدمان میز عصرانه: - استفاده از سفره های گلدوزی ظریف - قرار دادن بشقاب ، کارد ، چنگال و قاشق چایخوری(این وسایل معمولا کوچکتر از غذا خوری است) - قرار دادن کارد طرف راست و چنگال طرف چپ بشقاب - قرار دادن دستمال جلوی چنگال - قرار دادن فنجان و نعلبکی وسط بشقاب - قرار دادن سرویس چای در سینی زیبا در وسط میز - گذاشتن سایر خوراکی ها در اطراف سینی (میزبان موظف است برای هر یک از مهمان ها چای بریزد در صورتی که قرار باشد از مهمان ها در اتاق پذیرایی ، پذیرایی شود وسایل چای دست به دست می شود.) - قراردادن شیرینی و هر خوراکی دیگر در ظروف مخصوص - نحوه چیدمان میز شام : - میز شام مانند میز ناهار چیده می شود با این تفاوت که می توان از شمعدان برای زیبایی تر شدن میز استفاده شود - خوراک ها و سالاد ها در وسط میز قرار گیرد. - ظرف سوپ می تواند در کنار غذاها باشد که معمولا توسط میزبان سرو می شود. 	<p>آماده کردن ظروف و چیدمان آن ها بر روی میز</p>

<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - آماده کردن وسایل و مواد لازم برای میز پذیرایی با توجه به زمان سرو غذا - چیدن میز صبحانه مطابق دستورالعمل - چیدن میز ناهار مطابق دستورالعمل - چیدن میز عصرانه مطابق دستورالعمل - چیدن میز شام مطابق دستورالعمل - پذیرایی از میهمان با توجه به نوع پذیرایی 	
<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - وسایل و مواد مورد نیاز با توجه به نوع میز پذیرایی: نمکدان، جاسسی، ظرف نان و - نحوه پر کردن ظروف نمک، فلفل، سس و کنترل میزان هر یک درون ظرف ها - نحوه برش نان به اندازه مناسب و قرار دادن در کیسه فریزر و یا ظرف مخصوص نان - نحوه آماده کردن پارچ آب و یا سایر نوشیدنی ها به تعداد نفرات و قرار گرفتن آن در محل مناسب - نحوه تزئین میز با گل (استفاده از گل های سفید و کم بو برای تزئین میز برای اینکه بو و رنگ آن تاثیری بر طعم و رنگ غذاها نداشته باشد، کوتاه کردن شاخه های گل به طوری که مهمان هایی که در رو در روی هم قرار گرفته اند بتوانند همدیگر را به درستی ببینند) - آماده کردن ظرف و قاشق و چنگال اضافه در صورت نیاز مهمان 	<p>آماده کردن سایر ملحقات میز و چیدمان</p>
<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - کنترل و تمیز کردن ظروف قبل از استفاده - پر کردن محتویات ظروف به میزان مناسب - برش نان ها به اندازه مناسب و قرار دادن در ظروف مخصوص - برش لیمو ترش، خیار شور و... به اندازه مناسب و قرار دادن در ظروف مخصوص - انتخاب گل های مناسب و آرایش آن ها به شکل مناسب - آماده کردن پارچ آب و سایر نوشیدنی ها - قرار دادن هر یک از وسایل در جای مناسب روی میز 	
<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - نحوه شکل دادن به دستمال سفره (مدل بادبزنی) ✓ دستمال سفره را دولا کنید و از طرف عرض آن مرتب تا انتها مانند آکاردیون تا بزنید. سپس انتهای آن را بگیرید و آن را در لیوان بگذارید. چین ها حالت بادبزنی به خود می گیرد. - نحوه شکل دادن به دستمال سفره (مدل گل زنبق) ✓ اندازه دستمال را حداقل ۴۵×۴۵ سانتی متر در نظر بگیرید. دستمال را از طرف قطر آن تا بزنید به طوری که قسمت رویی ۵ سانتی متر کوتاه تر از قسمت زیرین باشد. سپس دستمال را برگردانید. پس از برگرداندن دستمال، آن را از قسمت قاعده ۱۰ سانتی متر تا بزنید. قاعده مثلث را به دو قسمت مساوی تقسیم کنید و نقطه وسط را مشخص کنید. سپس دستمال را همزمان با دو دست از گوشه های دو طرف به سمت وسط لوله کنید. آن گاه دستمال را در لیوان قرار دهید. - نکته: معمولاً اندازه دستمال سفره برای صبحانه حدوداً ۳۵×۳۵ و برای ناهار بین ۴۵×۴۵ تا ۵۰×۵۰ می باشد. 	<p>تزئین دستمال سفره</p>
<p>مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب یک دستمال سفره مناسب برای تزئین - تزئین دستمال سفره به شکل بادبزنی - تزئین دستمال سفره به شکل گل زنبق 	
<p>دانش:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ضرورت تمیز کردن و ضدعفونی کردن وسایل، سطوح کف و دیوار 	

<ul style="list-style-type: none"> - ابزار و وسایل مناسب برای شست و شوی وسایل ، سطوح، کف و دیوار آشپزخانه - انواع مواد پاک کننده و شوینده با اولویت مواد طبیعی(سرکه،جوش شیرین و ...)،مایع ظرفشویی - نحوه تمیز کردن وسایل - نحوه تمیز کردن کف آشپزخانه - نحوه خشک کردن وسایل - نحوه خشک کردن کف آشپزخانه - نحوه تمیز کردن سطوح دیوار - نحوه خشک کردن سطوح دیوار 	تمیز کاری وسایل، تجهیزات و سطوح
<p style="text-align: center;">مهارت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - انتخاب انواع مواد پاک کننده و شوینده با اولویت مواد طبیعی(سرکه،جوش شیرین و ...)، مایع ظرفشویی - انتخاب ابزار و وسایل مناسب برای شست و شوی وسایل ، سطوح، کف و دیوار آشپزخانه - تمیز کردن وسایل - خشک کردن وسایل - تمیز کردن کف آشپزخانه - خشک کردن کف آشپزخانه - تمیز کردن سطوح دیوار - خشک کردن سطوح دیوار 	
	نکات ایمنی حین کار
<ul style="list-style-type: none"> - رعایت بهداشت و نظافت فردی و کارگاهی - رعایت بهداشت فیزیکی بدن ضمن کار(اصول ارگونومی) - رعایت نکات ایمنی و بهداشتی ضمن کار - رعایت نکات ایمنی هنگام تمیز کردن ویا کار با وسایل برنده - قراردادن وسایل در جای خود پس از اتمام کار 	نگرش
<ul style="list-style-type: none"> -علاقه مندی به کار - دقت، توجه و سرعت هنگام کار - صرفه جویی در مواد مصرفی 	توجهات زیست محیطی
<p style="text-align: center;">ابزار و تجهیزات:</p> <p>لباس کار و دستکش، میز و صندلی، ابزار مناسب برای میوه و سبزی آرایبی، پارچ و لیوان، بشقاب درسایزهای مختلف، سوپخوری، کاسه، قاشق و چنگال، کارد و قاشق مرباخوری، فنجان و نعلبکی، قوری، سطل زباله و بازیافت</p> <p style="text-align: center;">مواد مصرفی:</p> <p>دستمال سفره، سبزی، میوه های مورد نیاز.</p>	تجهیزات ، ابزار و مواد مصرفی
<ul style="list-style-type: none"> - خواندن و نوشتن اعداد و کلمات 	دانش پایه(غیر فنی)

فهرست واریسی از شایستگی مهارت: آماده سازی میز غذا

نام و نام خانوادگی دانش آموز:

تاریخ آزمون نوبت دوم:

پایه:

رشته:

اجزای بودمان	آیتم های ارزیابی	به طور مستقل و صحیح انجام می دهد.	با راهنمایی کلامی مربی به طور صحیح انجام می دهد.	به طور صحیح انجام نمی دهد.
آماده کردن ظروف و چیدمان آنها بر روی میز	وسایل مورد نیاز را بر اساس نوع میز پذیرایی انتخاب می کند.			
	تمیزی وسایل را قبل از استفاده کنترل می کند.			
	میز صبحانه را مطابق دستورالعمل آماده می کند.			
	میز صبحانه را مطابق دستورالعمل آماده می کند.			
	میز صبحانه را مطابق دستورالعمل آماده می کند.			
آماده کردن سایر ملحقات میز و چیدمان	وسایل مورد نیاز را بر اساس نوع پذیرایی انتخاب می کند.			
	تمیزی وسایل را کنترل می کند.			
	مواد مورد نیاز را آماده می کند.			
	ظروف را به اندازه لازم از مواد پر می کند.			
	تمیز بودن هر یک از ظروف را پس از پرکردن کنترل می کند.			
تزئین دستمال سفره	ظروف باز را پس از پرکردن با سلفون می پوشاند.			
	هریک از ظروف را در جای مناسب خود روی میز می پوشاند.			
	یک دستمال مناسب را برای تزئین نشان می دهد.			
تمیز کاری وسایل، تجهیزات و سطوح	یک دستمال سفره را به شکل بادبزنی تزئین می کند.			
	یک دستمال سفره را به شکل گل زنبق تزئین می کند.			
	وسایل به درستی تمیز می شود.			
	وسایل به درستی خشک می شود.			
	کف سطوح به درستی تمیز می شود.			
کف سطوح به درستی خشک می شود.				
دیوارها به درستی تمیز می شود.				
نمره عملی دانش آموز:				
نام و نام خانوادگی هنر آموز:				
تاریخ و امضاء:				

بسیاری از دانشمندان، قرن حاضر را قرن ارتباطات و اطلاعات می نامند. زیرا اهمیت رایانه در زندگی انسان ها هر روز پر رنگ تر از گذشته می شود.

هدف از ارائه درس رایانه در آموزش حرفه ای دانش آموزان ، بهره مندی از آن جهت دسترسی به اطلاعات شغلی می باشد. با توجه به نیازهای در حال تغییر بازار کار از جمله نوع تولیدات ، مواد مصرفی و تجهیزات شایسته است **دانش آموزان در جهت " یادگیرنده مادام العمر بودن " بتوانند یاد بگیرند چگونه از رایانه جهت دانش افزایی خود و هم چنین دسترسی به آخرین اطلاعات بازار کار استفاده نمایند.** به همین دلیل در آموزش حرفه ای به ارائه یک واحد درسی تحت عنوان "استفاده از فناوری اطلاعات در شغل" پرداخته ایم . شایسته است هنر آموزان گرامی براساس بودجه بندی ارائه شده در صفحه بعد به دانش آموزان آموزش دهند که از این ابزار چگونه در جهت توسعه دانش حرفه ای خود بهره ببرند.

در صورتی که دانش آموزانی در کار با رایانه مشکل داشته باشند ضمن تعامل با مربی این درس، در جهت رفع اشکال آن ها بکوشید و راهنمایی های لازم را در حین کار به آن ها ارائه دهید.

بودجه بندی سالیانه درس « استفاده از فناوری اطلاعات » رشته های مهارتی گروه خدمات تغذیه ای

توضیحات (قابل ملاحظه هنرآموزان محترم)	شرح مختصر موضوع درس	عنوان درس	ساعت	سال تحصیلی به تفکیک ماه و هفته	
				هفته اول	هفته دوم
Yahoo-bing-google	آشنایی با مرورگرها و باز کردن صفحه اصلی یک یا دو مرورگر معروف	مرورگرها	۱	هفته اول	مهر
			۱	هفته دوم	
	جستجوی مطالب با وارد کردن اصطلاحات معروف رشته های مهارتی گروه خدمات تغذیه ای (آشپزی، قنادی و ...) به فارسی در کادر جستجو مرورگر	جستجوی مطالب در محیط وب	۱	هفته سوم	آبان
			۱	هفته چهارم	
			۱	هفته اول	
			۱	هفته دوم	
	جستجوی تصاویر با وارد کردن اصطلاحات معروف رشته های مهارتی گروه خدمات تغذیه ای به فارسی در کادر جستجو صفحه تصاویر	جستجوی تصاویر در محیط وب	۱	هفته سوم	آبان
			۱	هفته چهارم	
برای جستجوی دقیق تجهیزات مورد نظر از کلمات کلیدی بیش تری استفاده شود. به عنوان نمونه : اجاق گاز ، مخلوط کن، کیک پز	جستجوی مطلب یا تصویر در ارتباط با تجهیزات رشته های مهارتی گروه خدمات تغذیه ای	جستجوی «تجهیزات»	۱	هفته اول	آذر
			۱	هفته دوم	
برای جستجوی دقیق ابزار مورد نظر از کلمات کلیدی بیش تری استفاده شود. به عنوان نمونه: انواع چاقوی آشپزخانه، پوست کن، هم زن	جستجوی مطلب یا تصویر در ارتباط با ابزار رشته های مهارتی گروه خدمات تغذیه ای	جستجوی « ابزار »	۱	هفته سوم	آذر
			۱	هفته چهارم	
برای جستجوی دقیق مواد مصرفی مورد نظر از کلمات کلیدی بیش تری استفاده شود. به عنوان نمونه: آرد شیرینی، انواع ماهی ها و ...	جستجوی مطلب یا تصویر در ارتباط با مواد مصرفی رشته های مهارتی گروه خدمات تغذیه ای	جستجوی « مواد مصرفی »	۱	هفته اول	دی
			۱	هفته دوم	
	جستجوی سایت یا وبلاگ هایی با موضوعات رشته های مهارتی گروه خدمات تغذیه ای	جستجوی تخصصی	۱	هفته سوم	دی
			۱	هفته چهارم	

توضیحات (قابل ملاحظه هنرآموزان محترم)	شرح مختصر موضوع درس	عنوان درس	ساعت	سال تحصیلی به تفکیک ماه و هفته	
				هفته اول	هفته دوم
	ثبت نام در سایت یا وبلاگ‌های مربوط به قنادی، آشپزی و ... به منظور استفاده از صفحات یا امکانات مخصوص اعضا	عضویت (۱)	۱	هفته اول	بهمن
			۱	هفته دوم	
		کپی برداری (۱)	۱	هفته سوم	
			۱	هفته چهارم	
	کپی کردن مطالب مورد علاقه در صفحات وب به صورت گزینشی	کپی برداری (۲)	۱	هفته اول	اسفند
			۱	هفته دوم	
		کپی برداری (۳)	۱	هفته سوم	
			۱	هفته چهارم	
	جستجو در اینترنت، انتخاب یک مطلب کوتاه مورد علاقه به همراه تصویر	جستجوی متن تخصصی	۱	هفته سوم	فروردین
			۱	هفته چهارم	
	پرینت گرفتن از مطلب تهیه شده و ارائه آن به کلاس	ارائه مطلب	۱	هفته اول	اردیبهشت
			۱	هفته دوم	
	جستجوی مشاغل در حوزه هنر زندگی در خانه با وارد کردن عبارت مورد نظر به فارسی (به عنوان مثال؛ کارگر کارگاه قنادی & استخدام) در کادر جستجوی مرورگرهای معروف	شغل یابی	۱	هفته سوم	
			۱	هفته چهارم	

- محل تدریس این درس کارگاه رایانه می‌باشد.
- تدریس این درس توسط هنرآموز رشته های مهارتی گروه مربوطو در صورت نیاز با همکاری دبیر آموزش رایانه انجام گیرد.
- هنرآموزان محترم می توانند در صورت توانمندی و علاقه دانش‌آموزان، از تکالیف تکمیلی نیز استفاده نمایند.

فعالیت های تکمیلی

عنوان درس	شرح مختصر موضوع درس
ارتباط دوسویه (۱)	طرح سؤال یا مشکل در سایت یا وبلاگ‌های قنادی، آشپزی و گرفتن پاسخ یا بالعکس
ارتباط دوسویه (۲)	ارائه تصاویر محصولات و دستاوردهای فعالیت‌های کارگاهی در سایت رسمی آموزشگاه
سفارش خرید	ارتباط با سایت‌های اینترنتی محصولات خوراکی و غذایی سفارش کالا

توصیه های آموزشی

- با توجه به ویژگی دانش آموزان ، آموزش خود را به روش تحلیل فعالیت (گام به گام) ارائه نمایید.
- تمامی مراحل انجام کار توسط دانش آموزان با نظارت شما هنرآموز عزیز انجام شود.
- بر عملکرد دانش آموزان نظارت دقیق انجام دهید تا از شکل گیری عادت های غلط جلوگیری گردد.
- مطالب نظری و عملی را به صورت هم زمان ارائه دهید.
- متناسب با وضعیت هر یک از دانش آموزان ، از مناسب سازی های خاص (مانند: دادن وقت اضافه، کوچک کردن گام های فعالیت و ...) بهره بگیرید.
- جهت انجام برخی مناسب سازی ها در تجهیزات و ابزار و روش کار، از مشاوره نیروی توان بخشی برخوردار شوید.
- پیام ها و دستورالعمل های خود را به صورت روشن و شفاف به دانش آموزان انتقال دهید.
- در صورت نیاز از کارت های راهنما برای هدایت آموزشی دانش آموزان استفاده کنید.
- به رعایت رفتارهای شغلی از سوی دانش آموزان توجه جدی داشته باشید.
- دانش آموزان را در استفاده صحیح و بهینه از مواد، ابزار و تجهیزات کارگاهی راهنمایی کنید.
- از دانش آموزان بخواهید هنگام کار مراقب کابل ها و پریزهای برق باشند.
- شرایطی را برای بازدید دانش آموزان از کارگاه های قنادی، آشپزخانه ها و رستورانها فراهم کنید.
- از فیلم ، تصاویر ، اسلایدهای مرتبط با موضوعات برای تفهیم بهتر مطالب استفاده کنید.
- برای رفع خستگی در حین انجام کار، چند حرکت نرمشی ساده انجام دهید.
- از دانش آموزان بخواهید که همیشه در حین انجام کار، نحوه کار خود را بررسی کنند تا نسبت به رفع اشکالات خود با راهنمایی شما اقدام نمایند.
- به هنگام استفاده از وسایل ، ابزار و ... نکات ایمنی را رعایت کنند.
- در زمان بلند کردن اجسام از روی زمین نکات بهداشتی مربوط به اندام خود را رعایت کنند.
- از شوخی های بیجا که موجب آزار رساندن به دوستانشان می شود، خودداری کنند.
- در پایان کار، وسایل را پس از تمیز کردن در جای مناسب خود قرار دهند و وسایل برقی را خاموش کنند.
- برخی کلمات پرکاربرد انگلیسی را که مربوط به رشته مهارتی دانش آموزان است را به همراه معانی فارسی آن به تدریج در تابلوی کلاس قرار دهید تا دانش آموزان با استفاده از حافظه بصری خود لغات را به خاطر بسپارند. مانند
off ,on,knife ,potato ,tomato,rice,suger,tea,cake.flour.salt. oil و...
- در پایان هر فعالیت از دانش آموزان بخواهید گزارشی از کار و مشاهدات خود، به صورت کتبی و یا شفاهی ارائه دهند. پیشنهاد می شود قبل از انجام این مهم، آن ها را با چگونگی تهیه یک گزارش آشنا کنید.(چهارچوب گزارش را مشخص کنید) مثلا :
چه کاری را انجام دادم ؟
از چه ابزار و موادی استفاده کردم ؟
با چه مشکلی در کار روبرو شدم ؟
برای رفع مشکل خود چه اقدامی انجام دادم ؟
در کارگروهی چه وظیفه ای به عهده داشتم ؟
از دانش آموزان بخواهید پیش و پس از انجام کاردست خود را با آب و صابون بشویند.

توجه : همکاران گرامی توصیه های عمومی به دانش آموزان را در جلسات مختلف آموزشی یاد آوری کنید.

استاندارد فضا و تجهیزات

یکی از مولفه‌های موثر در آموزش حرفه‌ای، در اختیار داشتن محیط استاندارد، تجهیزات و ابزار، متناسب با رشته مهارتی می‌باشد. فضای آموزش، ابزار کار و تجهیزات رشته‌های مهارتی باید به گونه‌ای چیدمان شود که به محیط کار واقعی شبیه باشد. برای دانش‌آموزانی که دارای مشکلات حرکتی می‌باشند باید در طراحی فضا و انتخاب ابزار ملاحظات خاصی مورد توجه قرار گیرد که حتماً باید از مشاوره نیروی توانبخشی برخوردار شوید. در این قسمت به شرایط محیط کارگاهی استاندارد، فهرست تجهیزات، ابزار و مواد مصرفی رشته‌های مهارتی گروه خدمات تغذیه‌ای اشاره می‌شود.

فضای کارگاهی :

- مساحت آن حداقل ۲,۵ تا ۳ متر مربع برای هر دانش‌آموز
- ارتفاع دیوار حداقل ۲,۵ تا ۳ متر کاشی شده به طور کامل
- کف موزاییک یا سنگ قابل شست و شو ، بدون لغزندگی ، شیب مناسب برای کف شویی و دارای چاه فاضلاب
- دارای پنجره جهت داشتن نور طبیعی، استفاده از لامپ فلوروسنت با نور سفید و زرد توامان ، و دستگاه تهویه متناسب با فضای کارگاه، توری برای جلوگیری از ورود حشرات
- کابینت‌های درب دار به صورت طولی و چسبیده به دیوار در دو بخش زمینی و هوایی
- دو کمد مجزا برای وسایل کار ، دو عدد میز برای انجام کارهای عملی ، صندلی به تعداد دانش‌آموزان ، تخته وایت برد (جهت آموزش مطالب تئوری) و تابلویی جهت الصاق کاتالوگ ، دستورات بهداشتی و مقررات شغلی
- سالم بودن پریزهای برق
- کپسول آتش نشانی
- جعبه کمک‌های اولیه

تجهیزات، ابزار و مواد مصرفی

یکی از مولفه‌های موثر در آموزش حرفه‌ای در اختیار داشتن محیط استاندارد، تجهیزات و ابزار متناسب با رشته است. فهرست تجهیزات، ابزار و مواد مصرفی رشته‌های مهارتی گروه خدمات تغذیه‌ای در صفحه‌های بعد ارائه شده است.

فهرست تجهیزات، ابزار و مواد مصرفی کمک قناد

ردیف	عنوان	مشخصات	تعداد
۱	کابینت آشپزخانه همراه با هود، آب چکان و سینک	دیواری و زمینی ۶ متر	
۲	تهویه	قوی	۲ عدد
۳	میزغذاخوری تاشو	شش نفره	۱ عدد
۴	میزکار آشپزخانه	پایه فلزی، رویه سنگ یا استیل ۶۰×۱۸۰	۴ عدد
۵	میزکار استیل چهارنفره	رویه سنگ یا شیشه‌ای	۲ عدد
۶	صندلی مخصوص معلم (بلند با رویه چرمی)		۲ عدد
۷	صندلی غذاخوری	فلزی یا چوبی قابل شستشو	۱۱ عدد
۸	آینه آموزشی		۱ عدد
۹	تابلوی معرفی کارگاه	ویژگی‌های کارگاه	۱ عدد
۱۰	وایت برد	۱۰۰×۱۲۰	۱ عدد
۱۱	فندک اتمی		۲ عدد
۱۲	اجاق گاز ۵ شعله فردار		۳ دستگاه
۱۳	اجاق گاز ۳ شعله بدون فر		۲ دستگاه
۱۴	رگلاتور گازی (در صورت نبود سیستم گاز شهری)		۴ عدد
۱۵	کپسول گاز ۱۱ کیلویی		۴ عدد
۱۶	آبگرمکن (در صورت نبود سیستم گاز شهری)		۱ دستگاه
۱۷	جعبه کمک‌های اولیه با تجهیزات کامل	استاندارد	۱ جعبه
۱۸	یخچال و فریزر	۱۲ فوت یا ۱۴ فوت، دو قسمتی	۱ دستگاه
۱۹	همزن برقی	دستی (۳ عدد)، با کاسه (۱ عدد)	۳ عدد
۲۰	آسیاب برقی		۱ عدد

۱ سری		کتري شیردار و قوری چینی	۲۱
۲ سری		سرویس قاشق و چنگال ۱۲ نفره کامل	۲۲
۱ سری	در اندازه های مختلف (کوچک، متوسط و بزرگ)	پیرکس تخت سه تکه	۲۳
۱ سری	در اندازه های مختلف (کوچک، متوسط و بزرگ)	پیرکس سه تکه دردار (گرد)	۲۴
۲ سری	در اندازه های مختلف (کوچک، متوسط و بزرگ)	کاسه پیرکس	۲۵
۱ سری	در اندازه های مختلف (کوچک و بزرگ)	کاسه های پلاستیکی درب دار	۲۶
۱ سری	در اندازه های مختلف (کوچک و بزرگ)	کاسه های لعابی	۲۷
۱ سری	در اندازه های مختلف (کوچک و بزرگ)	کاسه های استیل	۲۸
۱ سری		سرویس کامل چینی ۱۸ نفره	۲۹
۱ سری		قابلمه های لعابی	۳۰
۱ سری	در اندازه های مختلف	قابلمه های آلومینیومی	۳۱
۴ سری	کفگیر، ملاقه، همزن دستی و ... ترجیحا تفلون	سرویس ملاقه و کفگیر دستی	۳۲
۱ سری	۴ تایی	قاشق چوبی	۳۳
۲ سری	چدنی و آلومینیومی در اندازه های مختلف	ماهیتابه	۳۴
۲ سری	در اندازه های یک کیلویی	ظروف درب دار مخصوص نگهداری آرد، شکر و پودر	۳۵
۱ سری	در اندازه های مختلف (کوچک و بزرگ)	ظروف پلاستیکی درب دار	۳۶
		ظروف نمک و ادویه (جهت نگهداری نمک، ادویه و مغزجات)	۳۷
	در چند مدل	ظروف مخصوص سرو شیرینی	۳۸
	در اندازه های مختلف	شیشه های درب دار	۳۹
	سیلور	سینی مستطیل پایه دار	۴۰
	گالوانیزه در اندازه های مختلف	سینی های گالوانیزه مخصوص پخت شیرینی	۴۱
	سری کامل	کارد آشپزخانه	۴۲
		چاقو تیز کن	۴۳
		قیچی مخصوص آشپزخانه	۴۴
	در انواع مختلف، از هر کدام ۲ عدد	قلم مو و فرچه	۴۵

۴۶	هاون	برنجی و سنگی در دو اندازه مختلف
۴۷	پارچ	استیل و بلور
۴۸	لیوان (۶ عدد)	
۴۹	لگن استیل و لعابی (جهت شستن مواد غذایی)	
۵۰	سطل درب دار برای نگهداری مواد غذایی (جهت نگهداری برنج، قند و ...)	پلاستیکی
۵۱	سطل زباله بزرگ	
۵۲	پیمانه اندازه گیری	پلاستیکی، در اندازه های مختلف
۵۳	همزن دستی (همزن بالنی)	
۵۴	دربازکن کمیوت، کنسرو و شیشه	۲ عدد
۵۵	قهوه جوش	استیل ۲ عدد
۵۶	قهوه خوری	سرویس ۶ نفره ۱ سری
۵۷	حوله و دستگیره و پارچه های نظیف	۵ سری
۵۸	رومیزی	شش نفره ۱ عدد
۵۹	ترازوی آشپزخانه	کیلویی و عقربه دار، دیجیتالی ۲ عدد
۶۰	رنده (ریز و درشت)	استیل ۴ عدد
۶۱	شعله پخش کن روی گاز	۴ عدد
۶۲	وردنه	در سه اندازه ۲ سری
۶۳	قالب کیک یزدی و مافین	در ۲ اندازه (از هر کدام ۱۲ عدد) ۲۴ عدد
۶۴	قالب شیرینی های خشک ریز	در مدل های مختلف ۱۲ عدد
۶۵	قالب مستطیل	در ۳ اندازه ۲ سری
۶۶	قالب ژله	هر کدام در شش اندازه ۶ سری
۶۷	قالب کمربندی کیک	تفلون، در اندازه های مختلف (کوچک، متوسط و بزرگ) ۲ سری
۶۸	خامه ریز	۴ عدد قیفی، دو عدد سرنگی ۶ عدد
۶۹	قالب کیک	در ۶ طرح و اندازه ۶ سری
۷۰	قالب دسر	در ۶ طرح و اندازه ۶ سری

۱ سری	در ۳ اندازه	لیسک	۷۱
۴ عدد		کیک گردان فلزی	۷۳
۲ عدد		صفحه مشبک خنک کننده کیک	۷۴
۴ عدد		پالت یا خامه پخش کن	۷۵
۲ سری	استیل، در اندازه های مختلف (کوچک، متوسط و بزرگ)	الک ریز و درشت	۷۶
		کتاب آموزشی، فیلم، سی دی آموزشی	۷۷
۱ دستگاه		کپسول آتش خاموش کن	۷۸
۲ عدد		گلدان	۷۹

فهرست تجهیزات، ابزار و مواد مصرفی کمک کار آشپز و قناد

ردیف	عنوان	مشخصات	تعداد *
۱	کابینت آشپزخانه همراه با هود، آب چکان و سینک	دیواری و زمینی ۱۰ متر	
۲	تهویه	قوی	۱ دستگاه
۳	میزغذاخوری تاشو	شش نفره	۱ عدد
۴	میز کار آشپزخانه	پایه فلزی، رویه سنگ یا استیل ۶۰×۱۸۰	۴ عدد
۵	میز کار استیل چهار نفره	رویه سنگ یا شیشه ای	۲ عدد
۶	صندلی مخصوص معلم (بلند با رویه چرمی)		۲ عدد
۷	صندلی غذاخوری	فلزی یا چوبی قابل شستشو	۱۱ عدد
۸	آینه آموزشی		۱ عدد
۹	تابلوی معرفی کارگاه	ویژگیهای کارگاه	۱ عدد
۱۰	واپت برد	۱۰۰×۱۲۰	۱ عدد
۱۱	فندک اتمی		۲ عدد
۱۲	اجاق گاز ۵ شعله فردار		۳ دستگاه
۱۳	اجاق گاز ۳ شعله بدون فر		۲ دستگاه
۱۴	رگلاتور گازی (در صورت نبود سیستم گاز شهری)		۳ عدد
۱۵	کپسول گاز ۱۱ کیلویی		۳ عدد
۱۶	آبگرمکن (در صورت نبود سیستم گاز شهری)		۱ دستگاه
۱۷	جعبه کمکهای اولیه با تجهیزات کامل	استاندارد	۱ جعبه
۱۸	یخچال و فریزر	۱۲ دو قسمتی فوت یا ۱۴ فوت	۱ دستگاه
۱۹	پلوپز ۸ نفره		۱ دستگاه
۲۰	آرام پز ۸ نفره		۱ دستگاه
۲۱	چرخ گوشت		۱ دستگاه
۲۲	دیگ زودپز	در ۲ اندازه کوچک و بزرگ استاندارد	۲ عدد

فهرست تجهیزات، ابزار و مواد مصرفی کمک کار آشپز و قناد

ردیف	عنوان	مشخصات	تعداد *
۲۳	همزن برقی	دستی (۳ عدد)، با کاسه (۱ عدد)	۳ عدد
۲۴	آسیاب برقی		۱ عدد
۲۵	مخلوط کن (سه کاره)		۱ عدد
۲۶	ماکرو ویو	۳۰ لیتری با گریل	۱ دستگاه
۲۷	ظروف مخصوص ماکروویو		۲ سری
۲۸	کیباب پز	گازی	۲ عدد
۲۹	خرد کن	برقی ، مخصوص سبزیجات	۱ عدد
۳۰	سرخ کن		۱ عدد
۳۱	سرویس قاشق و چنگال ۱۲ نفره کامل		۲ سری
۳۲	پیرکس تخت سه تکه	در اندازه های مختلف (کوچک، متوسط و بزرگ)	۱ سری
۳۳	پیرکس سه تکه دردار (گرد)	در اندازه های مختلف (کوچک، متوسط و بزرگ)	۱ سری
۳۴	مرغ خوری پیرکس در دار	در اندازه های مختلف (کوچک، متوسط و بزرگ)	۱ سری
۳۵	کاسه پیرکس	در اندازه های مختلف (کوچک، متوسط و بزرگ)	۱ سری
۳۶	کاسه های پلاستیکی درب دار	در اندازه های مختلف (کوچک و بزرگ)	۱ سری
۳۷	کاسه های لعابی	در اندازه های مختلف (کوچک و بزرگ)	۱ سری
۳۸	کاسه های استیل	در اندازه های مختلف (کوچک و بزرگ)	۱ سری
۳۹	سرویس کامل چینی ۱۸ نفره		۱ سری
۴۰	قابلمه های لعابی		۲ سری
۴۱	قابلمه های آلومینیومی	در اندازه های مختلف	۱ سری
۴۲	سرویس ۹ پارچه قابلمه تفلون خارجی	تفلون چدنی	۲ سری
۴۳	سرویس ملاقه و کفگیر دستی	کفگیر، ملاقه، همزن دستی و ... ترجیحا تفلون	۳ سری
۴۴	قاشق چوبی	۴ تایی	۱ سری

فهرست تجهیزات، ابزار و مواد مصرفی کمک کار آشپز و قناد

ردیف	عنوان	مشخصات	تعداد *
۴۵	ماهیتابه	چدنی و آلومینیومی در اندازه های مختلف	۲ سری
۴۶	ظروف درب دار مخصوص نگهداری آرد، شکر و پودر)	در اندازه های یک کیلویی	۲ سری
۴۷	ظروف پلاستیکی درب دار	در اندازه های مختلف (کوچک و بزرگ)	۱ سری
۴۸	ظروف حبوبات بزرگ	یک سری ۶ تایی	۱ سری
۴۹	ظروف نمک و ادویه		۲ سری
۵۰	ظروف مخصوص سرو غذا	در چند مدل	۲ سری
۵۱	شیشه های درب دار	در اندازه های مختلف	۲ سری
۵۲	سینی گرد (دیس پلوخوری)	سیلور	۲ عدد
۵۳	گوشت کوب	دستی (۲ عدد)، برقی (۱ عدد)	۳ عدد
۵۴	کارد آشپزخانه	سری کامل	۴ عدد
۵۵	ظروف مخصوص سرو شیرینی	در چند مدل	۲ سری
۵۶	شیشه های درب دار	در اندازه های مختلف	۲ سری
۵۷	سینی مستطیل پایه دار	سیلور	۲ عدد
۵۸	سینی های گالوانیزه مخصوص پخت شیرینی	گالوانیزه در اندازه های مختلف	۳ سری
۵۹	قیچی مخصوص آشپزخانه		۲ عدد
۶۰	قهوه جوش	استیل	۲ عدد
۶۱	قهوه خوری	سرویس ۶ نفره	۱ سری
۶۲	قالب کیک یزدی و مافین	در ۲ اندازه (از هر کدام ۱۲ عدد)	۲۴ عدد
۶۳	قالب شیرینی های خشک ریز	در مدل های مختلف	۱۲ عدد
۶۴	قالب مستطیل	در ۳ اندازه	۲ سری
۶۵	قالب ژله	هر کدام در شش اندازه	۶ سری
۶۶	قالب کمربندی کیک	تفلون، در اندازه های (کوچک ، متوسط ، بزرگ)	۲ سری

فهرست تجهیزات، ابزار و مواد مصرفی کمک کار آشپز و قناد

ردیف	عنوان	مشخصات	تعداد*
۶۷	قلم مو و فرچه	در انواع مختلف، از هر کدام ۲ عدد	۴ عدد
۶۸	هاون	برنجی و سنگی در دو اندازه مختلف	۲ عدد
۶۹	پارچ	استیل و بلور	۳ سری
۷۰	لیوان (۶ عدد)		۲ سری
۷۱	کتری شیردار و قوری چینی		۱ سری
۷۲	لگن استیل و لعابی		۲ سری
۷۳	سطل درب دار برای نگهداری مواد غذایی	پلاستیکی	۴ عدد
۷۴	سطل زباله بزرگ		۲ عدد
۷۵	پیمانه اندازه گیری	پلاستیکی، در اندازه های مختلف	۲ سری
۷۶	همزن دستی (همزن بالنی)		۲ عدد
۷۷	دربازکن کمپوت، کنسرو و شیشه		۲ عدد
۷۸	حوله و دستگیره و پارچه های نظیف		۵ سری
۷۹	رومیزی	شش نفره	۱ عدد
۸۰	ترازوی آشپزخانه	کیلویی و عقربه دار، دیجیتالی	۲ عدد
۸۱	رنده (ریز و درشت)	استیل	۴ عدد
۸۲	شعله پخش کن روی گاز		۴ عدد
۸۳	وردنه	در سه اندازه	۲ سری
۸۴	خامه ریز	۴ عدد قیفی، دو عدد سرنگی	۶ عدد
۸۵	قالب کیک	در ۶ طرح و اندازه	۶ سری
۸۶	کتاب آموزشی، فیلم، سی دی آموزشی		
۸۷	کپسول آتش خاموش کن		۱ دستگاه
۸۸	قالب دسر	در ۶ طرح و اندازه	۶ سری
۸۹	لیسک	در ۳ اندازه	۱ سری

"فهرست تجهیزات، ابزار و مواد مصرفی کمک کار آشپز و قناد"

ردیف	عنوان	مشخصات	تعداد*
۹۰	کیک گردان فلزی		۴ عدد
۹۱	صفحه مشبک خنک کننده کیک		۲ عدد
۹۲	پالت یا خامه پخش کن		۴ عدد
۹۳	الک ریز و درشت	استیل، در اندازه های مختلف (کوچک، متوسط و بزرگ)	۲ سری
۹۴	گلدان		۲ عدد

کارورزی

یکی از ویژگی های اساسی برنامه های آموزش حرفه ای فراهم کردن دوره تجربه کاری مبتنی بر جامعه (کارورزی) است. تجربه کار در محیط واقعی چندین هدف را دنبال می کند که این هدف ها نمی تواند در آموزش حرفه ای مبتنی بر مدرسه تأمین شود.

کارورزی مبتنی بر جامعه

- ✓ دانش آموزان را در معرض تماس مکرر و مداوم با کارکنان و سرپرستان قرار می دهد.
- ✓ تجربه دست اول برای برآوردن تقاضاهای تولید و کارکردن در محیط تجاری فعال در اختیار دانش آموزان قرار می دهد.
- ✓ فرصتی را برای شناسایی و آموزش مهارت های حرفه ای وابسته به آن در یک محیط کار واقعی فراهم می کند.
- ✓ تجربه کار مبتنی بر جامعه ، انتقال واقعی بین آموزش دریافت شده و جایگزینی شغلی را ایجاد می نماید.
- ✓ اجرای درس کارورزی به دانش آموزان کمک می کند تا مهارت های کسب شده خود را در جایگاه کسب و کار تمرین و کامل کنند و به توانایی دانش آموزان برای اشتغال در یک محیط شغلی رقابتی اعتبار می بخشد.

برنامه کارورزی	
رشته	برنامه کارورزی
کارورزی	نام درس
۳ واحد	تعداد واحد
عملی	نوع واحد
۱۸۰ ساعت	کل ساعت
سال سوم دوره متوسطه حرفه ای	زمان اجرا

توصیه هایی برای درس کارورزی

چگونگی اجرا	محل های پیشنهاد اجرا	هدف کلی
<ul style="list-style-type: none"> - تقسیم بندی دانش آموزان به صورت چرخشی امکان فعالیت دانش آموزان را در فعالیتهای مختلف فراهم می سازد. - برنامه انتخابی کارورزی باید در جهت توانمندتر شدن دانش آموزان در محتوای مهارتی رشته مربوطه باشد. - نظارت بر فعالیت دانش آموزان به استناد برنامه درسی انجام خواهد شد 	<ul style="list-style-type: none"> - دفاتر خدمات اداری ، دانشجویی ، فنی (در صورت عدم دسترسی به محل های ذکر شد، در کارگاه های شبیه سازی شده مدارس انجام شود). 	<ul style="list-style-type: none"> - عمق بخشی به آموخته های مهارتی - تطابق آموخته ها با ضرورت های حوزه ی اجرا - آشنایی با جامعه و ساختار مشاغل - تمرین برای ورود به کار واقعی - گسترش مهارت ها در حوزه حرفه ای - تقویت رفتارهای وابسته به شغل

رسانه های آموزشی

شایستگی های رشته های مهارتی گروه خدمات تغذیه ای در برگیرنده مجموعه ای از شایستگی های اصلی و اختیاری می باشد که بنا بر موضوع و هدف برنامه ریزی آموزشی لازم است در فرآیند یاددهی - یادگیری دانش آموزان از وسایل، مواد کمک آموزشی و منابع آموزشی استفاده نمایند. بر همین اساس به برخی از رسانه های مرتبط، به شرح زیر اشاره می گردد.

ردیف	منابع آموزشی
۱	هنر در خانه، ۱ کد ۶۱۳/۸، شاخه کاردانش (رشته مدیریت و برنامه ریزی خانواده)
۲	هنر شیرینی پزی (۱) و (۲) ، توکل زهرا ، نجاتیان نگار ، نجاتیان ندا ، انتشارات مبنای خرد
۳	هنر آشپزی (۱) و (۲) ، توکل زهرا ، نجاتیان نگار، نجاتیان ندا ، انتشارات مبنای خرد
۴	Cd و فیلم های آموزشی مرتبط
۵	سایت های مرتبط

شیوه های نگهداری

مواد غذایی

شیوه های نگهداری مواد غذایی

در سال های گذشته با روش های نگهداری مواد غذایی به مدت طولانی مانند منجمد کردن، خشک کردن، استفاده از نمک و سرکه (تهیه شور و ترشی) و غلیظ کردن (تهیه رب و مربا) آشنا شدید. از این روش ها به منظور دسترسی به مواد غذایی که در همه فصول سال به شکل تازه در اختیار ما نیستند و یا برای حفظ مزه آن ها استفاده می شود. اما بیشتر مواد غذایی برای استفاده در زمانی کوتاه خریداری می شوند که برای جلوگیری از آلوده و فاسد شدن آن ها باید به روش های مناسبی نگهداری شوند. در این قسمت با شیوه های نگهداری مواد غذایی برای مصارف آشپزی و قنادی آشنا می شویم.

شیوه های نگهداری مواد غذایی برای مصارف آشپزی و قنادی عبارتند از:

الف - نگهداری مواد غذایی در یخچال

ب - نگهداری مواد غذایی در فریزر

ج - نگهداری مواد غذایی در قفسه یا انبار

الف) نگهداری مواد غذایی در یخچال: مواد غذایی در یخچال نگهداری می شوند که نیاز به منجمد کردن ندارند و یا انجماد برای آن ها مضر است. مانند انواع گوشت، تخم مرغ، لبنیات، میوه ها و سبزی ها که در زیر با شیوه نگهداری هر یک از آن ها آشنا می شوید.

۱- شیوه نگهداری انواع گوشت

برای نگهداری انواع گوشت در داخل یخچال، بهتر است بسته های گوشت با فاصله از هم چیده شود و روی هم تلنبار نشود تا هوای سرد کاملا در بین بسته ها جریان داشته باشد. زیرا جریان نداشتن هوای سرد در میان بسته های گوشت باعث گرم شدن و فساد گوشت می شود. گوشت قرمز و مرغ را حداکثر یک هفته و گوشت ماهی را حداکثر ۲ تا ۴ روز می توان در دمای ۲ درجه سانتی گراد (جا یخی یخچال) نگهداری کرد.

۲- شیوه نگهداری تخم مرغ

بهتر است تخم مرغ های شکسته یا ترک دار را استفاده نکرده و دور بریزید. تخم مرغ ها را ترجیحا در محیطی خنک و نه چندان خشک نگهداری کنید. در این شرایط، می توان تخم مرغ ها را ۹ ماه در یخچال نگهداری کرد. پوست تخم مرغ پوشیده از سوراخ های بسیار ریز است، بنابراین با نگهداری تخم مرغ ها در کنار موادی مانند پیاز، ماهی و پنیر، به راحتی بوی این مواد را به خود می گیرد، برای جلوگیری از این امر، بهتر است تخم مرغ ها را در ظرفی دربسته قرار دهید.

روش ساده تشخیص تخم مرغ سالم:

- یک لیوان بزرگ را از آب پر کنید.
- یک تخم مرغ را با دقت در لیوان رها کنید.
- اگر تخم مرغ در پایین لیوان باقی بماند، تخم مرغ سالم است.
- اگر روی آب شناور بماند ممکن است هنوز سالم باشد.
- تخم مرغ را در کاسه ای بشکنید اگر بوی بد ندهد و رگه های خون در آن دیده نشود، تخم مرغ سالم است.

۳- شیوه نگهداری لبنیات

* پنیر را باید در ظرف دربسته و داخل یخچال نگهداری کنید. به دلیل وجود رطوبت بالا در پنیر تازه، ماندگاری کمی دارد و بهتر است در مدت زمان کوتاهی مصرف شود. اما می توانید آن را به مدت طولانی تری در مخلوط آب و نمک نگهداری کنید.

* شیر پاستوریزه در دمای یخچال ۳ تا ۴ روز پس از تولید قابل نگهداری است. شیر استریلیزه در صورت بسته بندی مناسب تا ۳ ماه قابل نگهداری در دمای معمولی است.

نکته: چنانچه شیرهای سنتی، باز و بسته بندی نشده خریداری شود. لازم است حداقل ۲۰ دقیقه جوشانده شود.

* ماست بهتر است در ظروف دربسته و در یخچال نگهداری شود. ماست اگر بیرون از یخچال بماند خیلی سریع ترش می شود.

* کشک پاستوریزه را باید در یخچال نگهداری کرد. نگهداری آن در بیرون از یخچال بسیار خطرناک است (به تاریخ مصرف آن توجه کنید).

* کره باید در جای خنک نگهداری شود و دور از نور آفتاب قرار گیرد. کره نباید در نزدیکی مواد بودار باشد زیرا بوی آن ها را می گیرد. کره را در ظرفی مناسب و یا داخل کاغذ روغنی که دور آن پیچیده شده است، قرار دهید تا از ترش شدن و بوگرفتن آن جلوگیری شود.

* بهتر است خامه را در یخچال نگهداری و در مدت کوتاهی مصرف کنید. زیرا به سرعت فاسد می شود. خامه پرچرب، قابلیت انجماد و نگهداری در فریزر را دارد اما خامه معمولی را نمی توان در فریزر نگهداری کرد. نباید خامه را در کنار گوشت یا موادی که بوی نامطبوع

تولید می کنند قرار دهید. خامه شیرین شده را می توان به مدت سه ماه در فریزر نگهداری کرد.

نکته: قبل از مصرف لبنیات باید به تاریخ تولید و انقضاء و نحوه نگهداری آن ها که بر روی بسته بندی نوشته شده است، توجه کنید.

۴- شیوه نگهداری مرکبات

مرکبات را می توان ۳ تا ۸ هفته در یخچال نگهداری کرد. ممکن است برای جلوگیری از کپک زدن آن ها خصوصا پرتقال از کاغذهای جداکننده استفاده شود. مرکبات را بهتر است در طبقات پایین یخچال نگهداری کرد.

۵- شیوه نگهداری سیب زمینی و پیاز

سیب زمینی و پیاز بر اثر نور، گرما و رطوبت زیاد، جوانه می زنند. بنابراین چنانچه بخواهید این محصولات را به مدت طولانی نگهداری کنید، بهتر است آن ها را پس از شست و شو و خشک شدن پوست آن ها، در دستمالی پارچه ای پیچیده، در قسمت های پایین یخچال قرار دهید.

۶- شیوه نگهداری سبزی ها و میوه ها

یخچال مناسب ترین مکان برای نگهداری میوه ها و سبزیجات تازه است. برای نگهداری می توانید آنها را پس از پاک کردن، شستن و ضد عفونی کردن، در آبکش قرار دهید، سپس آنها را خشک کرده و در دستمال حوله ای نمناک، داخل یخچال بگذارید. سبزی ضد عفونی شده، به مدت دو تا سه روز در یخچال قابل نگه داری است.

فعالیت عملی

دانش آموزان کلاس را به گروه های ۳ نفره تقسیم کنید. از آن ها بخواهید گزارشی از وضعیت و محل مواد غذایی نگه داری شده در یخچال تهیه کنند. سپس در باره نکته های مثبت و منفی آن در کلاس با همکلاسی های خود گفت و گو نمایند.

ب) شیوه نگهداری مواد غذایی در فریزر

معمولا مواد غذایی در فریزر نگهداری می شوند که نیاز به انجماد دارند. این مواد شامل انواع گوشت قرمز و مرغ، آبزیان (ماهی و میگو)، کره، سبزی و ادویه جات است که در زیر با شیوه نگهداری هر یک آشنا می شوید.

۱- شیوه نگهداری گوشت قرمز و مرغ

برای نگهداری گوشت برای مدت زمانی بیش از دوازده روز، لازم است آن را در فریزر نگهداری کنید. بدین منظور، کیسه پلاستیکی را دور قطعه مورد نظر پیچیده و سر و انتهای کیسه را کاملا ببندید، طوری که هوای موجود در بسته کاملا از آن خارج شود در صورت بسته بندی ناقص و یا پارگی کیسه، رنگ و بافت گوشت تغییر کرده و کیفیت خود را کاملا از دست می دهد. روی هر بسته مشخصات گوشت، تعداد قطعات و تاریخ بسته بندی را درج کنید.

۲- شیوه نگهداری آبزیان (ماهی و میگو)

آبزیان را می توانید به روش های مختلفی فریز کنید:

۱- ماهی یا میگو را تمیز کرده و خشک کنید، سپس در کیسه پلاستیکی قرارداده، هوای داخل کیسه را کاملا خارج کنید و با درج مشخصات بر روی بسته در فریزر قرار دهید.

۲- پس از تمیز کردن ماهی، محلولی از دو قاشق سوپخوری نمک و یک لیتر آب تهیه کنید و ماهی را به مدت ۳۰ ثانیه در این محلول قرار دهید. سپس گوشت را در آبکش بریزید تا آب اضافی آن خارج شود. آن گاه گوشت را در کیسه پلاستیکی قرارداده، هوای داخل آن را کاملا خارج کرده و با درج مشخصات بر روی بسته در فریزر قرار دهید.

۳- بهترین روش برای فریز کردن ماهی این است که ماهی را فیله کرده، سپس آن را در کاغذ آلومینیومی بپیچانید و با درج مشخصات بر روی بسته در فریزر قرار دهید. در صورتی که آبزیان را بدون پوشش و محافظ مناسب در فریزر قرار دهید یا محافظ آن دارای پارگی باشد، قسمتی از ماهی که در معرض هوا قرار گرفته به رنگ سفید درآمده، خشک و سفت می شود، این حالت را اصطلاحا سوختگی در فریزر می نامند.

۳- شیوه نگهداری کره

زمان نگه داری کره در فریزر بستگی به میزان دمای آن دارد. در دمای ۱۸- درجه سانتی گراد تا یک سال، و در دمای ۴- درجه سانتی گراد تا یک ماه قابل نگهداری می باشد.

۴- شیوه نگهداری سبزیجات

سبزیجات را پس از شستن، خشک و خرد کرده، به کمی روغن مایع آغشته کنید، سپس آن را در کیسه فریزر قرار داده و با درج تاریخ و نام سبزی، به مدت یک تا دو سال در دمای ۱۸- درجه سانتی گراد در فریزر نگه داری کنید.

۵- شیوه نگهداری ادویه جات

برای نگهداری طولانی مدت ادویه جات، می توانید آن ها را فریز کنید. برای فریز کردن، ادویه جات را در نایلونی ضخیم و روشن بریزید و پس از خارج کردن هوای داخل نایلون، در آن را محکم گره بزنید. سپس نایلون را در ظرف پلاستیکی دردار مخصوص فریزر بگذارید و در فریزر قرار دهید.

نکته: برای یخ زدایی، کافی است ادویه را به مدت دو تا سه ساعت در همان بسته بندی و در دمای محیط قرار دهید.

فعالیت عملی

- دانش آموزان کلاس را به گروه های ۳ نفره تقسیم کنید. از آن ها بخواهید گزارشی از وضعیت و محل مواد غذایی نگه داری شده در فریزر آشپزخانه مدرسه خود تهیه کنند. سپس در باره نحوه بسته بندی، درج تاریخ و نام مواد در کلاس با همکلاسی های خود گفت و گو نمایند.

- از دانش آموزان بخواهید گزارشی از شیوه نگهداری مواد غذایی در فریزر منزل خود تهیه کرده و در کلاس ارائه نمایند.

ج) شیوه نگهداری مواد غذایی در انبار یا قفسه آشپزخانه

برای نگهداری مواد غذایی در انبار باید به نکات مهمی توجه شود. این نکات عبارتند از:

- در داخل انبارهای نگهداری مواد غذایی نباید از نور مستقیم استفاده شود. بنابراین بالای پنجره های نورگیر و دریچه های تهویه هوا، لازم است سرپوش هایی برای سایه انداختن قرار داده شود. استفاده از لامپهای معمولی و انواع چراغ در داخل انبار مناسب نیست. زیرا باعث جلب حشرات و هم چنین گرم شدن هوای داخل انبار می گردد.

- برای کنترل هوای داخل انبار لازم است عمل تهویه به خوبی انجام گیرد. این کار از دو راه امکان پذیر است. ۱- تهویه طبیعی: در نقاطی که هنگام شب هوای آن سرد و خشک می باشد این عمل انجام می شود.

۲- تهویه به طور مصنوعی: برای این منظور باید از دستگاههای مناسب تهویه هوا استفاده شود تا هوای داخل انبار را خارج و هوای سرد و خشک را وارد انبار کند.

- برای جلوگیری از فساد مواد غذایی نباید آن ها را روی هم انباشته کرد. بلکه باید آن ها را در ظروف، کیسه ها و گونی های مناسب قرار داده و بعد آن ها را با فواصل معینی روی هم و یا در کنار هم قرار داد. روی هم انباشتن مواد غذایی، بخصوص غلات، حبوبات، سبزیها و میوه ها معایب زیادی دارد.

۱- شیوه نگهداری روغن جامد و مایع:

روغن راهمیشه در ظرف تیره رنگ، دربسته و در جای تاریک نگهداری کنید واز قراردادن آن در کنار اجاق گاز بپرهیزید. زیرا حرارت گاز باعث می شود تا روغن خیلی سریع فاسد شود. همچنین از مصرف مجدد روغن استفاده شده یا انتقال آن به ظرف اصلی روغن پرهیز کنید.

نکته: از ریختن روغن در ظروف آهنی و مسی خودداری کنید.

۲- شیوه نگهداری غلات و حبوبات

نحوه صحیح نگهداری از غلات و حبوبات، در واقع روش پیشگیری از آفت زدگی و افزایش ماندگاری آنهاست. برای نگهداری آن ها باید به روش زیر عمل کرد:

* حبوبات را پس از خرید، شسته و در آبکش بریزید تا آب آنها کاملا گرفته شود. سپس آنها را به مقداری نمک آغشته کرده و روی پارچه تمیزی پهن کنید تا خشک شوند. پس از خشک شدن، حبوبات را در ظروف دربسته ریخته و در مکانی خشک و دور از نور آفتاب به مدت یکسال نگهداری کنید.

* غلات را براساس اطلاعات درج شده بر روی بسته بندی آنها نگهداری کنید. معمولا تمامی غلات، برنج، پاستای خشک و انواع نودل باید در ظرف های دردار و در جای خشک، خنک و دور از نور مستقیم آفتاب نگهداری شوند.

* برنج را بالاتراز سطح زمین و دور از نور مستقیم خورشید قرار دهید. زیرا رطوبت برنج را خراب می کند و نور خورشید هم باعث خرد شدن برنج می شود. برای انبار کردن آن مقداری نمک روی برنج بریزید و آن را زیرورو کنید. بدین ترتیب لایه ای از نمک روی دانه های برنج را می پوشاند و موجب می شود برنج آسیب نبیند.

* آرد (ماده پودرمانندی است که ازدانه غلات یاسایر مواد نشاسته ای به دست می آید. معمولا آرد را از آسیاب کردن دانه گندم تهیه می کنند، اما از دانه ذرت، گندم سیاه، جو، نخود و برنج نیز آرد تهیه می شود) را می توان در کیسه های کتان، کاغذی، الیاف مصنوعی نگهداری نمود. محل نگهداری آرد باید تمیز، خشک، و بدون بو باشد.

نکته: برای نگهداری کیسه های آرد و برنج در انبار باید توجه داشت که انبار مجهز به در و پنجره بوده و از نور کافی برخوردار باشد. هم چنین کیسه ها را روی پالت (چوب) بصورت مرتب قرار دهید تا هوا بخوبی در بین کیسه ها در جریان باشد.

۴- شیوه های نگهداری آجیل و مغزها

با توجه به میزان بالای روغن موجود در مغزها، بیشتر آن ها به سرعت فاسد می شوند. بنابراین آنها را در جای خشک و خنک نگهداری و به سرعت مصرف کنید. برای نگهداری طولانی مدت آجیل و خشکبار، بهتر است آنها را در ظروف شیشه ای خشک، تمیز و دردار ریخته و در جای خنک و دور از نور آفتاب نگهداری کنید تا بوی سایر غذاها را به خود جذب نکنند. لازم به توضیح است آجیل با پوست، به دلیل پوشش و محافظ طبیعی خود، نسبت به آجیل بدون پوست، ماندگاری طولانی تری دارد و می توانید آن را به مدت شش ماه، در دمای اتاق نگهداری کنید. اما آجیل بدون پوست، فقط به مدت چند هفته قابل نگهداری در دمای اتاق است

نکته: برای نگهداری آن به تاریخ مصرف مندرج روی بسته بندی و نکات ذکر شده در قسمت مرغوبیت توجه کنید.

۵- شیوه نگهداری نان

نانی که از تنور بیرون می آید استریل (بدون میکروب) است ولی اگر در ننگه داری آن دقت نشود به سرعت کپک می زند. برای جلوگیری از کپک زدن و بیات شدن نان باید آن را بلافاصله بعد از خروج از تنور در جریان هوا گذاشت تا سرد شود. نان ها را می توان پس از بسته بندی در ظرفی در دار گذاشت. در صورتی که بخواهیم مقدار زیادی نان را برای

بیشتر از یک روز نگهداری کنیم باید آن را خشک و یا منجمد کنیم. روش نگه داری نان ها با یکدیگر متفاوت است. مثلا نان بربری را نمی توان خشک کرد. این نان را باید منجمد کرد تا کیفیت و تازگی نان برای مدت زیادی حفظ شود.

۵- شیوه نگهداری شکر و فرآورده های آن

شکر و فرآورده های آن مثل آب نبات، مربا و نبات باید در محلی خشک و بدون گرد و خاک نگه داری شوند.

نکته: مربا را تا زمان باز کردن در آن، در جای خشک و خنک نگه دارید.

در مناطق مرطوب، بهترین مکان برای نگهداری مربا، داخل یخچال است.

پس از باز کردن در ظرف مربا، آن را در یخچال نگهداری کنید.

۶- شیوه نگهداری عسل و شهد

عسل و شهد را باید در ظروف در بسته نگهداشت تا از نفوذ رطوبت در آن ها جلوگیری شود.

۷- شیوه نگهداری پودرهای ژله

پودرهای ژله را باید در ظروف در بسته نگهداشت تا از نفوذ رطوبت در آن ها جلوگیری شود.

۸- شیوه نگهداری طعم دهنده

- مایعاتی مانند آب لیمو، آبغوره و سرکه را بهتر است در ظروف شیشه ای تیره و در جای خشک و تاریک نگهداری کنید. اما پس از باز کردن درب آن ها بهتر است داخل یخچال نگهداری شود.
- مایعاتی مانند گلاب و عرقیات باید در دمای محیط و در جای خشک و خنک نگهداری شوند.
- موادی مانند ادویه جات، نمک، زعفران باید در ظروفی در بسته و در دمای محیط و در جای خشک نگهداری شوند.
- رب ها باید در جای خشک، خنک و دور از آفتاب نگهداری شوند اما به محض باز کردن در قوطی باید مواد داخل آن را در ظرفی ترجیحا شیشه ای ریخته و در یخچال بگذارید.

۹- شیوه نگهداری سایر مواد (شکلات، قهوه، پودر کاکائو، چای، هل، وانیل، کنسرو، و...)

- شکلات باید در جای خشک، خنک و دور از نور آفتاب نگهداری شود. فقط در فصل گرما باید در یخچال قرار داده شود.

- قهوه، پودر کاکائو، نسکافه و... وانیل چای باید در محلی خنک، تاریک و خشک نگهداری شوند.

- غذاهای کنسروی باید در جای خشک، خنک و دور از آفتاب نگهداری شوند اما به محض باز کردن در قوطی باید مواد داخل آن را در ظرفی ترجیحا شیشه ای ریخته و در یخچال بگذارید.

توجه: تمامی مواد غذایی مورد مصرف بایستی در جای خشک و به دور از رطوبت نگهداری شود تا از فاسد شدن و خراب شدن آن ها جلوگیری شود.

در صورت لزوم نحوه نگهداری سایر مواد غذایی مانند کشمش، آلوچه، مارمالاد و... به تشخیص دبیر محترم برای دانش آموزان توضیح داده شود.

فعالیت عملی

از دانش آموزان بخواهید گزارشی از نحوه نگه داری برخی از مواد غذایی در منزل خود تهیه کرده و در کلاس ارائه دهند.