

乌海市职业技术学校  
中餐烹饪与营养膳食专业

《中式烹调技艺》  
课程标准

现代服务组编制

2019年8月

# 目 录

中餐烹饪与营养膳食专业《中式烹调技艺》 .....	1
课程标准.....	1
一、 前言.....	1
(一) 课程性质.....	1
(二) 课程设计理念.....	1
(三) 课程设计思路.....	1
二、 课程目标.....	2
(一) 总目标.....	2
(二) 具体目标.....	2
1. 知识目标.....	2
2. 技能目标.....	2
3. 素质目标.....	3
三、 课程内容与学时分配 .....	3
(一) 教学内容选取依据.....	3
(二) 教学内容组织与安排.....	4
四、 实施建议.....	8
(一) 教材的选用 .....	8
(二) 教学建议.....	9
(三) 教学基本条件.....	9
1. 教学场所.....	9
2. 实训设备.....	9

3. 教学团队.....	9
(四) 考核与评价.....	9
(五) 课程资源的开发与利用 .....	10
<b>五、 编制说明.....</b>	<b>10</b>

# 中餐烹饪与营养膳食专业《中式烹调技艺》

## 课程标准

### 一、前言

#### （一）课程性质

1. 《中式烹调技艺》自 2002 年面世以来，因其较好地体现了课程改革、能力本位、实践导向、弹性学习的教材编写思想，受到了广大师生的好评。此课程特别在调味上推陈出新的做法，融合了现代常用复合味型的调制及应用。

2. 本门课程是根据教育部 2001 年颁布的《中等职业学校烹饪专业课程设置》中主干课程“中式烹调技艺教学基本要求”，并参照有关行业的职业技能鉴定规范及中级技术工人等级考核标准编写的中等职业教育国家规划教材。

#### （二）课程设计理念

本课程以提高学生的职业实践能力和职业素养为理念，以提高课堂教学为核心，以学生的职业能力为中心，以职业活动为导向，突出能力目标。以学生为主体，以项目任务为载体，紧密结合烹饪饮食行业服务标准和职业能力要求，以实际工作任务构建课程教学内容，创造基于工作过程的教学环境，实行教、学、做一体化，实践、理论一体化教学，加强实用性和可操作性。

#### （三）课程设计思路

本课程为教学做一体化课程，根据课程工作任务和课程内容，设计若干个项目情景教学，突出学生的实际操作技能训练，加强利用理论知识分析问题、解决问题的综合能力，注重培养学生可持

续的专业能力、方法能力、社会能力,并培养学生善于沟通和合作的品质,树立劳动观念和职业意识,以及节能和安全意识,为实现学生从学校到企业的“短过渡”甚至“零过渡”奠定良好的基础。

## 二、课程目标

### (一) 总目标

本课程在知识讲解方面具有针对性和新颖性; 在实践操作方面具有应用性和工艺的先进性; 既有传统饮食文化和传统烹调工艺的介绍, 又有现代饮食潮流和现代烹调工艺的引进, 体现了本课程知识的科学性、技术的应用性、工艺的先进性特点。 并能通过典型工作任务教学改革提高学生积极的行动意识和职业规划能力, 培养学生的创新创业能力, 为后续课程学习作前期准备, 为学生顶岗就业夯实基础。同时使学生具备

较强的工作方法能力和社会能力。

### (二) 具体目标

#### 1. 知识目标

(1) 具有针对性和新颖性;

(2) 融烹饪原料加工、中式烹调技艺、现代宴会知识、现代餐饮潮流为一体;

(3) 掌握中式烹调的原理。

#### 2. 技能目标

(1) 能概述中式菜肴的特点及主要地方风味流派, 热爱烹饪;

(2) 能说明常用新鲜蔬菜、水产品、家禽、家畜的内脏及四肢的初步加工过程;

(3) 能概述现货烹饪原料初步加工的基本原则;

(4) 加强身体各部位协调性练习, 注意动作和节奏的变化, 加强刀工、勺工的技能要领; 树立信心、勤学苦练、科学训练、循序渐进、持之以恒;

(5) 熟悉常见干货原料涨发的步骤; 运用常见干货原料涨发的方法, 对常用干货原料进行涨发;

(6) 能运用常见烹饪原料的出肉加工、整料去骨的加工步骤, 对原料进行加工;

(7) 能说明宴席的作用和种类; 能描述宴席菜肴的配置内容及宴席菜单设计的一般原则;

(8) 能查找资料、文献等。

### 3. 素质目标

(1) 具有良好的沟通能力和团队合作意识;

(2) 具有分析问题、解决问题的能力;

(3) 具有安全意识和质量意识;

(4) 具有社会责任心和环保意识;

(5) 具有勤于思考、做事认真、严谨的良好作风。

## 三、课程内容与学时分配

### (一) 教学内容选取依据

根据烹饪饮食行业典型工作岗位对专业能力的需求, 选用《中式烹调技艺》第二版, 各章都增加了“实训”项目, 便于有的放矢组织教学, 提高教学效率; 充实了“思考与练习”的内容, 形式也更加多样化, 使教学更加方便灵活, 有利于学生巩固掌握有关知识和技能。

## (二) 教学内容组织与安排

《中式烹调技术》理论+实训共 108 课时，可根据实际情况增加授课时间，每个领域可适当增加 2 - 4 课时。具体内容如下表：

领域	教学内容	要求	议课时
中式烹调概	1. 烹调概述 2. 中式菜肴的特点及风味	通过学习使学生能举例说出烹调的概念，懂得烹调的意义和作用。能阐明中式烹调的起源	
鲜活烹饪原料的初步加工	1. 新鲜蔬菜的初步加工 2. 水产品的初步加工 3. 家禽、家畜内脏、四肢及头尾的初步加工	能说明常用新鲜蔬菜、水产品、家禽、家畜的内脏及四肢的初步加工过程；能概述现货烹饪原料初步加工的基本原则；应用厂用水产品、家禽、家畜内脏及四肢初步加工的基本要求和步骤，对其进行初步加工；树立程序化、规范化、标准化、遵纪守法的执业意识，培养厉行节约的良好品德。	理 +2 训

<p>刀工、刀法和勺功技术</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 刀工刀法</li> <li>2. 勺功技术</li> </ol>	<p>能说出烹饪刀工、勺工在烹调中的作用；能使用常用的刀具、勺等设备，并对进行保养；能根据刀工、勺工的技能要求，进行基本训练；能运用直刀法、平刀法、斜刀法等常用刀法，并能根据烹调和食用的要求运用各种刀法，将烹饪原料加工成不同的形状；加强身体各部位协调性练习，注意动作和节奏的变化，加强刀工、勺工的技能要领；树立信心、勤学苦练、科学训练、循序渐进、持之以恒。</p>	<p>理论+8 实训</p>
<p>出肉及整料去骨、干货原料的涨发</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 常用水产品的出肉加工</li> <li>2. 整料去骨</li> <li>3. 干货原料涨发的概念及意义</li> <li>4. 干货原料涨发的方法和基本原理</li> <li>5. 常用干货原料涨发实例</li> </ol>	<p>能阐明出肉加工的基本要求；能运用常见烹饪原料的出肉加工、整料去骨的加工步骤，对原料进行加工；养成良好的职业习惯和对业务精益求精的敬业精神；了解干货原料涨发的概念、方法和要求；熟悉常见干货原料涨发的步骤；运用常见干货原料涨发的方法，对常用干货原料进行涨发；培养学生严谨的工作态度，养成注重环保、爱护工</p>	<p>理论+5 实训</p>

		作环境的良好习惯。	
烹 任原 料的 初步 热处 理、热 菜配 菜	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 焯水</li> <li>2. 过油</li> <li>3. 汽蒸</li> <li>4. 走红</li> <li>5. 热菜配菜的重要性</li> <li>6. 热菜配菜的原则和方法</li> <li>7. 菜肴的命名</li> </ol>	<p>能举例说明烹饪原料初步热处理的作用和原则；能运用烹饪原料初步热处理的各种方法；能举例说明烹饪原料初步热处理方法的基本要求和操作要领；遵守规程、安全操作、整洁卫生；能描述热菜配菜的重要性；能举例说明热菜配菜的基本要求；能使用热菜配菜的基本原则和方法，对菜肴进行命名；树立厉行节约、质量第一的观念。</p>	理 论 8 实 训
火 候知 识、调 味、制 汤	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 火候与火力</li> <li>2. 烹制时的热源和传热方式</li> <li>3. 烹制过程中原料的变化</li> <li>4. 味觉和味</li> <li>5. 调味的作用</li> </ol>	<p>能描述火候的概念；能区别不同的传热介质、传热方式对烹饪原料的影响；能识别油温，掌握油温的变化；能解释不同油温对烹饪原料的影响；培养应变能力和实践能力；能举例说明制汤的意义；能概述汤汁的分类及制</p>	理 论 +12 实 训

	<p>和原则</p> <p>6. 调味的方 法和过程</p> <p>7. 常见传统菜 肴味型与自制复合 调料</p> <p>8. 现代常用复 合味型的调制</p> <p>9. 制汤的意义 和汤汁的分类</p> <p>10. 汤汁的制 作</p> <p>11. 荤汤形成 的原理</p>	<p>作步骤;能运用一般汤汁的制作 方法,解释汤汁形成的过程。</p>	
<p>上 浆、挂 糊和 勾芡、 菜肴 的烹 调方 法、热 菜装 盘</p>	<p>1. 上浆、挂糊、 勾芡的用料及其作 用</p> <p>2. 上浆、挂糊、 勾芡</p> <p>3. 烹调方法的 分类</p> <p>4. 热菜的烹调 方法</p> <p>5. 热菜装盘的</p>	<p>能识别并运用上浆、挂糊、 勾芡用料;能举例说明上浆、挂 糊、勾芡在烹饪中的运用;能区 别浆与糊,并应用原料尝试进行 浆、糊的调制;能运用勾芡的方 法,把握勾芡的要领;能概述菜 肴烹调方法的概念及分类方法; 能运用常见的烹调方法并领悟 操作要领;能举例说明热菜装盘 要求;能举例盛菜器皿的种类和</p>	<p>2 理 论 +18 实 训</p>

	<p>基本要求</p> <p>6. 菜肴与盛器的配合</p> <p>7. 热菜的装盘方法</p> <p>8. 热菜的装饰</p>	<p>用途;能概述盛器与菜肴搭配大原则,熟练用用热菜常用的装盘方法;能坚持质量标准,厉行节约。</p>	
宴席知识	<p>1. 宴席的作用和种类</p> <p>2. 宴席菜肴的配置</p> <p>3. 演习菜单的设计</p> <p>4. 宴席的准备及上菜程序</p>	<p>能说明宴席的作用和种类;能描述宴席菜肴的配置内容及宴席菜单设计的一般原则;能举例说明宴席菜肴上菜顺序及宴席菜单设计的基本要求;热爱烹饪专业,继承、发展、创新祖国的传统烹饪技艺。</p>	1 理论

#### 四、实施建议

##### (一) 教材的选用

本课程选用了高等教育出版社.北京出版的《中式烹调技艺(第二版)》教材。

1. 教材体现了以就业为导向、以学生为中心的原则,将教学内容与生产生活中的实

际应用相结合,注重实践技能的培养。此教材删繁就简,易懂,实用,利与教学。

2. 教材符合中等职业学校学生的认知特点、心理特征、阅读特点和技能形成规律,适应不同教学模式的特点,为教师教学与学

生学习提供比较全面的支持。

3. 教材体现了职业教育特色,既具有通用性,又体现针对性。

## (二) 教学建议

本课程采用“项目导向、任务驱动、教学做一体化”的模式进行教学,教学过程中综合运用任务教学法、演示法、启发引导法、行为导向教学法、讲授法等教学方法结合多媒体课件开展教学,教学中注重对学生职业能力的训练和社会能力的提升。

## (三) 教学基本条件

### 1. 教学场所

烹饪实训室、多媒体教室。

### 2. 实训设备

- (1) 炒锅 14 个 ;
- (2) 灶台 14 台;
- (3) 油钵 14 个;
- (4) 炒勺、漏勺、锅刷、抹布等;
- (5) 台秤、电子秤;
- (6) 相关调料及其他易耗品

### 3. 教学团队

本专业教学团队专任教师 2 人,外聘教师 3 人。团队的建设以专任教师为核心,以强化教师实践能力为重点,形成“双师型”教师队伍的团队合力。

本课程按工作领域开展,共有 8 个工作领域,每个工作领域相对独立,可由 1 - 2 名专业教师按任务开展教学。

## (四) 考核与评价

本课程采用理论考核与实操考核相结合,过程评价与结果评价相结合。成绩评定由实操成绩 60%和理论考核 40%三部分组成。

理论考核分为期中和期末阶段性评价,采取笔试的形式,考核内容侧重于中式烹调的概述、菜肴的烹调方法、宴席知识、热菜装盘等。各占总成绩的 10%。

实操考核采用项目考核累计方式,要求学生在规定的时间内完成对规定项目的规范操作,考核内容侧重于安全、刀工道法和勺功技术、烹饪原料的初步熟处理、上浆、挂糊和勾芡及规范操作的考核。

#### (五) 课程资源的开发与利用

积极开发和利用网络课程资源,充分利用图片、视频、多媒体课件等提高学生对各教学方法的认识,同时应积极创造条件搭建远程教学平台,扩大课程资源的交互空间。本课程将开发教学文档、讲义、课件、教材等资源,届时可供学生使用。

### 五、编制说明

适用专业: 中餐烹饪与营养膳食

专业组: 现代服务教研组

制定人: 张晓飞

审核人: 苏华

编制日期: 2019 年 8 月