PROCESO DIRECCIÓN DE FORMACIÓN PROFESIONAL INTEGRAL

FORMATO GUÍA DE APRENDIZAJE

IDENTIFICACIÓN DE LA GUIA DE APRENDIZAJE

- Denominación del Programa de Formación: COCINA TIPICA COLOMBIANA
- Código del Programa de Formación: 63550080
- Nombre del Proyecto:
- Fase del Proyecto:
- Actividad de Proyecto:
- Competencia: PREPARAR ALIMENTOS DE ACUERDO A LA SOLICITUD DEL CLIENTE. (EQUIVALE A LA NORMA NTS USNA 001 DEL MINCOMERCIO, INDUSTRIA Y TURISMO)

- Resultados de Aprendizaje Alcanzar:
  DEFINIR PROPUESTAS DE MEJORAMIENTO DE LOS PRODUCTOS CON BASE EN LOS RESULTADO DEL TRABAJO REALIZADO E INFORMACIÓN CONSULTADA EN DIFERENTES FUENTES DEL CONOCIMIENTO.
  DISPONER DE LOS RESIDUOS AL FINAL DE LA JORNADA SEGÚN LA NORMATIVIDAD VIGENTE.
  REALIZAR EL MISE EN PLACE (PRE ALISTAMIENTO, EXPRESIÓN TÉCNICA EN FRANCÉS) DE ACUERDO A LA PROGRAMACIÓN Y RECETAS ESTÁNDAR.
  ELABORAR RELLENOS CON SALSAS BASE DE ACUERDO A LA RECETA ESTÁNDAR.
  ELABORAR PREPARACIONES CALIENTES PARTIENDO DE UN AMASIJO APLICANDO PROCEDIMIENTOS TÉCNICOS Y DE ACUERDO CON LAS DEMANDAS DEL CLIENTE.
  ELABORAR PLATOS CALIENTES Y PLATOS FRÍOS NACIONALES DE ACUERDO CON LA PROGRAMACIÓN Y LA RECETA ESTÁNDAR. ELABORAR POSTRES CALIENTES Y POSTRES FRÍOS NACIONALES, SIGUIENDO LOS PARÁMETROS DE CALIDAD.

- Duración de la Guía: 50 HORAS

2. PRESENTACIÓN

Estimados aprendices nuestros curso de cocina colombiana, está enfocado en nuestras tradiciones gastronómicas, técnicas, ingredientes; y la invitación es a seguir trabajando, investigando y divulgando nuestra grandiosa cocina.

La invitación es desarrollar esta guía promoviendo el aprendizaje autónomo, desde casa por medio de las TIC; que no sea una excusa no tener encuentros presenciales para seguir adquiriendo nuevos conocimientos.

3. FORMULACIÓN DE LAS ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

- Descripción de la(s) Actividades:

Promover el trabajo autónomo desde casa, apoyado en Tic.

Elaborar plato o menú completo de nuestra cocina típica colombiana; implementando las B.P.M. Y técnicas de la cocina colombiana.

Ambiente Requerido:

Ambiente de formación: cocina – Casa, acceso a internet.

Materiales: Estufa, utensilios, insumos – Dispositivito electrónico celular o pc; aplicación de Whatsapp, aplicación meet y aplicación classroom.

Resolver sondeo previo de conocimientos.

A. PREGUNTA GENERADORA:

¿Cree usted que es importante conocer nuestra cocina típica colombiana y por qué?

B. REFLEXION INICIAL

¿Consideran que es necesario retomar nuestra cocina y volver la vista atrás observando y valorando que tenemos una gran riqueza gastronómica? Los invito a resolver los siguientes interrogantes:

- ¿Conoce usted los principales platos de su región? Enumere al menos cinco.
- Esta de acuerdo con el trabajo del campesino como principal actor del sector agropecuario en la tarea de producir alimentos y por qué?
- Cree usted que Colombia puede llegar a ser un destino gastronomico?
- Si tuviera la posibilidad de emprender un negocio en el sector gastronómico incursionaría con nuestra cocina típica?
- Si un extranjero de visita en nuestro país le solicitara cocinar un plato; cual le ofrecería?

C. APROPIACION O GENERACION DE CONOCIMIENTOS NECESARIOS PARA EL APRENDIZAJE:

Aprendices las siguientes actividades buscan afianzar sus conocimientos en el área de nuestra cocina colombiana; la cual venimos divulgando con el objetivo de potencializarla y que el mundo conozca nuestra gran riqueza.

Cualquier duda por favor consultar con su instructor por el canal TIC; grupo de Whathsapp, classroom y meet.

ACTIVIDAD 1.

TECNICA DIDACTICA TALLER.

- Para esta actividad tengamos en cuenta que es necesario tener acceso a internet, y sus evidencias las deben cargar al classroom.
- Solicitar apoyo al instructor cuando surgan dudas.
- Apoyarse en el material cargado a la plataforma classroom.

CUESTIONARIO:

Responder las siguientes interrogantes:

1. ¿Qué regiones gastronómicas tenemos en Colombia?
2. ¿Cuáles son los platos típicos de cada región?
3. ¿Qué fue el dato más interesante que pudo observar?
4. ¿Qué preparaciones le gustaría aprender de cocina colombiana?

ACTIVIDAD 2.

TECNICA DIDACTICA SOPA DE LETRAS.

El objetivo de esta actividad es encontrar las palabras que se encuentran ocultas y encerrar o subrayar; estos términos ayudaran a enriquecer su vocabulario.

COCINA TIPICA COLOMBIANA

PREPARACIONESE INGREDIENTES

T	F	L	O	N	G	A	N	I	Z	A	Y	D	F	V
L	E	A	R	E	P	A	N	A	M	F	S	S	A	A
I	R	C	A	F	N	J	E	U	Z	B	L	J	R	R
P	G	Q	W	A	T	I	B	O	R	O	J	O	R	R
J	E	G	O	T	U	A	H	F	G	K	H	H	O	O
F	A	Q	P	A	E	C	A	R	T	T	B	P	Z	Z
T	L	M	A	I	Z	O	N	I	V	H	S	E		
O	M	G	B	I	Y	H	W	J	F	O	E	C	A	C
O	O	X	Y	U	C	A	G	O	D	G	H	I	T	O
E	J	Q	D	K	Y	E	V	L	E	A	O	L	O	N
K	A	B	O	R	R	A	J	A	D	O	X	A	L	
P	B	H	B	C	H	L	U	L	A	D	A	N	L	C
O	A	F	V	P	N	Q	S	X	G	F	Q	T	A	O
W	N	A	G	U	A	C	A	T	E	D	T	R	D	C
C	A	R	I	B	A	Ñ	O	L	A	S	U	O	O	O

ABORRAJADO
AJIACO
AREPA
ARROZ CON COCO
CARIBAÑOLAS
FRIJOL
LONGANIZA
MAIZ
AGUACATE
ALMOJABANA
ARROZ ATOLLADO
BOROJO
CILANTRO
HOGAO
LULADA
YUCA

D. ACTIVIDADES DE TRASFERENCIA DE CONOCIMIENTOS.

3. TALLER PRACTICO DE COCINA TIPICA COLOMBIANA.

* Se desarrollara por parte del aprendiz una de las recetas estándar vistas en el proceso formativo, y cargara la evidencia al classrom.

- En esta actividad se debe evidenciar el aprendiz, ya sea en fotos o video realizando el proceso Implementar las B.P.M. en el proceso de la preparación de alimentos para obtener alimentos inocuos.
- Se enviara una lista de chequeo para que ustedes se autoevalúen si están siguiendo las indicaciones para preparar alimentos de manera adecuada.

4. ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

Evidencias de Aprendizaje	Criterios de Evaluación	Técnicas e Instrumentos de Evaluación
Evidencias de Conocimiento: Cocina típica Colombiana **Evidencias de Desempeño:** **Platos e ingredientes de la cocina típica colombiana.** **Evidencias de Producto:** **Preparación de producto gastronómico, según receta estándar.**	**Conocer la gastronomía típica colombiana y sus regiones.** **Identificar los platos de la cocina típica colombiana.** **Efectúa el proceso de mise en place.** **Interpreta receta estándar.** **Aplica normas de higiene y manipulación de alimentos**	**Técnica: Formulación de preguntas.** **Instrumento. Cuestionario.** **Técnica: Aprendizaje autónomo. Instrumento: Sopa de letras.** **Técnica: observación directa** **Instrumento: Lista de chequeo**

5. GLOSARIO DE TÉRMINOS:

Achiote, bija, achote, onato:
Arbusto de las regiones intertropicales de América. Sus frutos, especie de cápsulas espinosas, contienen numerosas semillas de color rojizo brillante de las que se obtiene un colorante

Saborizante utilizado ampliamente en diversas preparaciones culinarias de Latinoamérica y el Caribe. Los pueblos originarios de Centro y Suramérica lo utilizan como pintura corporal y facial para sus rituales religiosos.

Achira
Planta de la familia de las cannáceas. Su uso formaba parte de la alimentación de nuestros antepasados aborígenes. De sus rizomas se extrae un almidón muy fino, base de preparados típicos del Huila y el Tolima, especialmente de los famosos "bizcochos". Sus hojas se utilizan para preparar algunos envueltos o tamales.

Atollao
Preparación típica de nuestras comunidades negras del Pacífico que consiste en un arroz cocido a medio camino entre el risotto y la paella, de consistencia húmeda y calduda con algún tipo de carne picada, el cual, según la región, admite algunas ligeras variaciones.

Bijao, bihao, vijao
Planta de forma parecida al plátano, cuyas hojas entre muchos usos y por su ductilidad, sirven para hacer algunos envueltos como tamales, hayacas o pasteles.

Carimañola, caramañola, carabañuela
Especie de croqueta mediana, elaborada de masa de yuca cocida y molida en forma de zepelín, que va rellena de carne molida aliñada y frita. Típico de la Costa Atlántica que refleja el sincretismo cultural nuestra trietnia.

Encocao - Encocado
Suculenta preparación del Pacífico colombiano a base de carne de monte, mariscos, crustáceos o gallina criolla, teniendo como ingrediente básico la leche de coco.

Guascas
Hierba de hojas verdes ásperas y de flores amarillas de la región andina. De antiquísimo uso en reparaciones de la sabana cundiboyacense. Esencial para dar sabor al ajiaco santafereño.

Hogo, ahogo
Mezcla de tomate, cebolla, especias, aceite y condimentos que se emplea para sazonar diversos platos.

Mote
En la sabana de Córdoba, Sucre y Bolívar, cocido o sopa a base de granos y tubérculos como yuca y ñame.

6. REFERENTES BILBIOGRÁFICOS

Técnicas de la cocina colombiana Carlos Gaviria.
El gran libro de la cocina Colombiana –Eduardo Polo

Decreto 3075 de 1997

Resolución 2674 de 2013

.

7. CONTROL DEL DOCUMENTO

	Nombre	Cargo	Dependencia	Fecha	
Autor (es)	**Cristian Camilo Rodríguez**	**Instructor**	**Centro Comercio y Servicios**	**Marzo 2020**	

8. **CONTROL DE CAMBIOS** (diligenciar únicamente si realiza ajustes a la guía)

	Nombre	Cargo	Dependencia	Fecha	Razón del Cambio
Autor (es)	Cristian Camilo Rodríguez	Instructor	Centro comercio y servicios.	Febrero 3 2º21	Actualización