

FORMATION EN ALTERNANCE

COMMIS DE CUISINE

Programme 2018-2019



Le commis de cuisine est le premier métier auquel on accède dans la restauration. Le commis à un rôle d'aide, il est là pour assister le Chef et c'est à lui qu'incombent les petites tâches de préparation et d'entretien.

Il prépare et cuisine des mets selon un plan de production culinaire, les règles d'hygiène et de sécurité alimentaires et la charte qualité de l'établissement. Il peut cuisiner un type de plats particulier (desserts, poissons, viandes, ...) et peut aussi élaborer des plats, des menus.

Il a un excellent sens de l'observation, prend en compte l'enchaînement logique des tâches. Il réalise des activités culinaires dans les temps impartis et aux moments opportuns. Il sait s'adapter à la variété des tâches et des rythmes de travail.

I - PUBLIC & PRE-REQUIS

Tous publics de plus de 18 ans éligibles aux contrats de professionnalisation pour adultes souhaitant préparer une qualification professionnelle reconnue dans les classifications de la convention collective « HOTELS, CAFES, RESTAURANTS » - IDCC 1979 – Niveau 2 – Echelon 1 et acquérir une expérience professionnelle dans le cadre d'un contrat de travail rémunéré (contrat de professionnalisation).

Prérequis :

- Sans qualification avec une expérience significative d'au moins 6 mois dans le secteur, soit titulaire d'un CAP Hôtellerie sans expérience
- Etre motivé et méticuleux
- Avoir une bonne résistance physique et aimer travailler en équipe
- Aimer la cuisine

II - OBJECTIFS DE LA FORMATION - COMPETENCES VISEES

- Acquérir les techniques de base de la cuisine et de la pâtisserie et l'utilisation du matériel
- Réaliser l'approvisionnement et le stockage des matières premières
- Assurer efficacement la planification, l'ordonnement et l'organisation du poste de travail dans le respect des règles d'hygiène, de sécurité et des usages professionnels
- Effectuer en totale autonomie les préparations préliminaires, cuissons et dressage, de fonds et sauces, pâtisseries
- Réaliser les opérations de nettoyage et de rangement de son poste de travail, du matériel et des locaux

Finalité du contrat de professionnalisation :

Obtention de la Qualification Professionnelle reconnue dans les classifications de la convention collective nationale « HOTELS, CAFES, RESTAURANTS » - IDCC 1979 - Niveau 2 - Echelon 1

Modalités d'organisation :

Du 24 octobre 2018 au 26 avril 2019 avec alternance formation / situation de travail en entreprise

Rythme de l'alternance :

Les 7 premières semaines et 3 jours (théorie en centre de formation et pratique dans les locaux d'un restaurant pédagogique)

18 semaines en entreprise dans les hôtels restaurants des stations de ski.

3 journées d'évaluation et de validation (rapport de stage et entretien devant un jury professionnel) à la fin du contrat en centre de formation.

Dates de la formation :

Du 24/10 au 12/12/2018 et du 24/04 au 26/04/2019 – 269 heures

Période de travail en entreprise :

Du 15/12/2018 au 22/04/2019

III - PROGRAMME DE FORMATION

Etapes	Dates	Modules	Formateurs/ Organismes	Heures	
1	Du 24/10 au 12/12/18	Module A – Connaître les objectifs de la formation, découvrir les aspects du métier (attitude et comportement professionnel) et l’environnement professionnel du commis de cuisine	FRICOUT Pierre MICHELAS Régis COSTAZ Yannick	18	248
		Module B – Acquérir les Techniques de base de la cuisine et de la pâtisserie et l’utilisation du matériel	REY Cédric MICHELAS Régis FASTINGER Louis	52	
		Module C – Effectuer en toute autonomie les préparations préliminaires, cuisons des fonds, des sauces, pâtisseries en tenant compte, progressivement, du rythme de travail et de la cadence soutenue liée au travail saisonnier	REY Cédric MICHELAS Régis FASTINGER Louis	112	
		Module D - Réaliser l’approvisionnement et le stockage des matières premières	REY Cédric MICHELAS Régis FASTINGER Louis	14	
		Module E - Acquérir les méthodes et les outils des Techniques de Recherche d’Emploi	DOLE Annie COSTAZ Yannick	7	
		Module F – Assurer efficacement la planification, l’ordonnancement et l’organisation du poste de travail dans le respect des règles d’hygiène et de sécurité et des usages professionnels	REY Cédric MICHELAS Régis FASTINGER Louis	21	
		Module G – Effectuer le dressage et l’envoi des plats selon les annonces et instructions reçues	REY Cédric MICHELAS Régis FASTINGER Louis	17	
		Module H – Réaliser les opérations de nettoyage et de rangement de son poste de travail, du matériel et des locaux	REY Cédric MICHELAS Régis FASTINGER Louis	7	
2	Du 24 au 26/04/19	Module I Final – Session de validation Rapport/mémoire sur la période de travail en entreprise : Présentation et entretien devant un jury de professionnels Bilan de la formation Questionnaire de satisfaction des stagiaires	MARTIN Bernard COSTAZ Yannick MICHELAS Régis FRICOUT Pierre	21	21
TOTAL DES HEURES				269	

Durée : 269 heures dont 248 heures de formation générale, professionnelle et technologique, d’évaluation et d’accompagnement et 21 heures de session de validation.

IV - CONTENU DE LA FORMATION

MODULE A - Connaître les objectifs de la formation, découvrir les aspects du métier (attitude et comportement professionnel) et l'environnement professionnel du commis de cuisine

- Connaître les objectifs de la formation
- Découvrir l'environnement professionnel d'un restaurant
- Découvrir le secteur professionnel, les conditions et l'univers de travail d'un commis de cuisine
- Connaître l'organisation d'une cuisine, les aspects et les exigences du métier de commis de cuisine au sein d'une équipe de cuisine

MODULE B - Acquérir les techniques de base de la cuisine, de la pâtisserie et l'utilisation du matériel dans le respect des règles d'hygiène et de sécurité.

- Connaître les techniques de pesage, mesure, de lavage et d'épluchage des légumes, les fruits, les agrumes
- Connaître les techniques pour émincer, canneler, peler, tailler, tourner, monder, trancher et concasser des condiments (persil, ail, oignon, échalotes, bouquet garni)
- Connaître l'utilisation d'une mandoline, d'un robot
- Connaître les techniques pour chemiser un moule, vider et écailler les poissons, passer au chinois, à l'étamine
- Connaître les règles de refroidissement réglementaire d'une préparation
- Connaître les techniques pour beurrer des moules et cirer des plaques, utiliser une poche à douille, tamiser et fleurir, préparer un appareil à flan sucré ou salé, chemiser un cercle à entremets, napper
- Connaître et acquérir les notions essentielles d'hygiène, sécurité et les usages professionnels

MODULE C - Effectuer en toute autonomie les préparations préliminaires, cuissons des fonds, des sauces, pâtisseries, en tenant compte, progressivement, du rythme de travail et de la cadence soutenue liée au travail saisonnier

- Réaliser la cuisson des œufs à la coque, mollets, durs, omelette, œufs brouillés et œufs au plat
- Maitriser la méthode pour griller, braiser, poêler, sauter et rôtir les viandes, les abats ou les volailles
- Maitriser la technique de cuisson des légumes (étuver/braiser) de cuisson des pâtes et du riz
- Maitriser la cuisson dans un liquide (pochage et court bouillon)
- Maitriser les techniques pour frire des aliments, griller, braiser, sauter ou poêler des poissons
- Maitriser la technique de la cuisson à la vapeur des poissons et des viandes
- Effectuer le contrôle du goût des préparations, les analyser et les rectifier
- Maitriser la technique de la mayonnaise, la vinaigrette, la sauce cocktail, les sauces simples (tomate, béchamel) et lier à la farine, au roux, à la féculé et à la maïzena
- Réaliser des purées de légumes,
Réaliser des bases de pâtes
- Préparer des crèmes (crème caramel, anglaise, et chantilly ...)
Réaliser des pâtisseries simples (tarte aux pommes ...)
- Contrôler les préparations et rectifier
Réaliser un nappage

MODULE D - Réaliser l'approvisionnement et le stockage des matières premières

- Connaître les règles de stockage des denrées par ordre d'arrivée et à l'endroit approprié
- Réceptionner et vérifier les denrées livrées (DLC et températures)
- Effectuer un inventaire simple
- Effectuer des contrôles sur le stockage et déconditionner et conserver les étiquettes en vue de la traçabilité

MODULE E - Acquérir les méthodes et les outils des Techniques de Recherche d'Emploi

- Réaliser son CV
- Rédiger sa lettre de motivation adaptée au poste visé : candidature spontanée et réponse à une petite annonce
- S'entraîner à la prise de contact par téléphone
- Savoir organiser sa recherche et identifier les critères de choix du futur employeur
- Être en posture active et efficace lors d'un entretien de recrutement
- Sensibiliser à la création d'entreprise

MODULE F - Assurer efficacement les opérations de planification, d'ordonnancement, d'organisation du poste de travail dans le respect des règles d'hygiène et de sécurité

- Lire et respecter les fiches techniques
- Planifier et ordonnancer son travail en fonction des temps de cuisson et de préparation
- Déterminer les besoins en matériel et leur bonne utilisation
- Organiser son poste de travail
- Travailler en équipe
- S'adapter aux situations imprévues
- Respecter les produits et les souhaits des clients

MODULE G - Effectuer le dressage et l'envoi des plats selon les annonces et les instructions reçues

- Préparer le matériel de service
- Connaître et adopter la technique de dressage et d'envoi des plats selon les instructions reçues
- Répondre aux annonces et commandes
- Adapter le contenant au contenu (en fonction notamment de la température)

MODULE H - Réaliser les opérations de nettoyage et de rangement de son poste de travail, du matériel et des locaux

- Nettoyer et ranger son poste de travail
- Participer au rangement et au nettoyage des locaux
- Maîtriser les techniques de nettoyage du matériel

MODULE I - Session de validation**Finaliser la rédaction du rapport/mémoire sur la période de travail en entreprise et le présenter lors d'un entretien devant un jury de professionnels du métier**

Finaliser la rédaction du rapport sur la période de travail en entreprise sous format papier ou film. Ce rapport portera sur :

- L'organisation d'une cuisine
- La présentation d'un ou deux techniques culinaires
- La présentation de la réglementation applicable dans une cuisine
- Présentation du rapport lors d'un entretien auprès d'un jury de professionnels du métier du secteur

Se préparer à la soutenance : Mise en situation : oral blanc – entraînement individuel – conseils méthodologiques pour soutenir son projet et gérer son temps

Un bilan de fin de formation est effectué par le directeur de l'organisme de formation et le formateur référent avec les apprenants (questionnaire de satisfaction de fin de formation rempli par les stagiaires).

V - MOYENS ET METHODES PEDAGOGIQUES MIS EN ŒUVRE

La formation a été co-construite avec le commanditaire (GEIQ Métiers du Tourisme).

Méthodes pédagogiques :

Les méthodes pédagogiques utilisées sont actives et participatives. Elles sont variées et adaptées au public et aux objectifs pédagogiques à atteindre : pédagogie inversée, étude de cas, résolution de problème, cours magistral, visite pédagogique, mini projet, débat, table ronde, travaux individuels et de groupe, mise en situation professionnelles réelles simulées, jeux de rôles, atelier, séance multimédia.

L'approche pédagogique, adaptée aux besoins et attentes des entreprises, conjugue apports théoriques et pratiques. Elle est principalement fondée sur la pratique et l'apprentissage permettant à l'apprenant de **se confronter à des mises en situations réelles professionnelles proches de la réalité.**

La formation est réalisée par module et personnalisée : elle prend en compte la singularité de la personne en formation tout en appartenant à un collectif ainsi que la dimension sociale des apprentissages dans une perspective **d'autonomisation professionnelle.** Elle donne également aux apprenants des outils de développement personnel pour réussir et évoluer : gestion du temps et du stress, développement de la confiance en soi et des solutions pour mieux utiliser leurs acquis.

Moyens et matériels pédagogiques affectés à la formation :

Les stagiaires sont formés dans un environnement de travail similaire à leur futur métier (cuisine et restaurant pédagogiques). Le matériel utilisé par les formateurs et les apprenants est du matériel professionnel, les outils sont adaptés et l'équipement approprié.

Salles de cours :

- 1 salle de cours d'une capacité de 25 stagiaires
- 1 vidéo projecteur avec écran de visualisation
- 1 tableau papier
- 1 accès internet

Cuisine pédagogique :

- 1 cuisine équipée
- Pianos et fours
- Equipements culinaires
- 1 tableau papier

Supports pédagogiques :

- Manuels
- Supports informatiques-Clefs USB-Didacticiels
- Vidéos
- Exercices pratiques
- Polycopiés

VI - MODALITES DE SUIVI DE L'EXECUTION DE LA FORMATION

Attestation d'assiduité signée par les apprenants et le formateur à l'issue de chaque demi-journée de formation lors des séquences en présentiel

VII - EVALUATION DE LA FORMATION - SANCTION DE LA FORMATION

L'évaluation des connaissances et des compétences de l'apprenant se fera par contrôle continu sous formes d'épreuves orales, écrites et de mises en situation professionnelles effectuées régulièrement, pendant et à l'issue de la formation à l'aide d'outils appropriés permettant de délivrer la qualification.

Un bilan de la progression pédagogique sera réalisé régulièrement par le formateur référent de la formation avec les apprenants lors d'un entretien personnalisé afin de repérer les difficultés d'apprentissage rencontrées et de mettre en place, éventuellement, des heures de renforcement supplémentaires.

Modalités d'Evaluation

Résultats des évaluations continues des compétences et des connaissances techniques et comportementales de l'apprenant en formation (livret de l'apprenant)

Résultats de l'évaluation des compétences techniques et comportementales de l'alternant par le tuteur de l'entreprise utilisatrice.

Résultats des évaluations du rapport/mémoire sur la période de travail en entreprise portant sur les fonctions exercées dans celle-ci par l'alternant, par le tuteur en entreprise et lors de l'entretien final par un jury de professionnels du secteur d'activité concerné.

Sanction de la formation :

Obtention de la qualification professionnelle reconnue dans la convention collective «HOTELS, CAFES, RESTAURANTS» - IDCC 1979 - Niveau 2 - Echelon 1 est remise par l'employeur.

L'attestation d'obtention de la qualification professionnelle reconnue dans les classifications de la convention collective des HOTELS, CAFES, RESTAURANTS est remise par l'employeur à l'alternant.

Une attestation individuelle de fin de formation mentionnant les objectifs, la nature et la durée et les résultats de l'évaluation des acquis des compétences et des connaissances est délivrée par l'organisme de formation à l'apprenant.

Questionnaire de satisfaction en fin de formation par les apprenants.

VIII - L'ENCADREMENT

Une équipe de d'encadrants et de praticiens professionnels de terrain:

Les formateurs sont des experts dans leur domaine d'intervention. La formation pratique est effectuée par des professionnels de terrain en activité ayant un minimum de 3 années d'expériences professionnelles dans l'exercice du métier.

Des intervenants ponctuels interviennent sur des thèmes spécifiques pour partager leurs expériences avec les apprenants.

Les formateurs sont formés à la pédagogie des adultes. Ils sont encadrés par un référent de la formation en charge de la coordination et du suivi pédagogique et administratif et du responsable pédagogique EFPPA

Nom Prénom	Diplôme ou titre et/ou expérience professionnelle	Qualification professionnelle en lien avec le contenu de la formation
FASTINGER Louis	BAC PRO restauration	Chef de partie restaurant 1 étoile
REY Cédric		
MARTIN Bernard	BTH Ecole Hôtelière de Nice Cycle supérieur de gestion 30 ans d'expérience professionnelle en tant que directeur Ecole Supérieure Restauration Hôtellerie et formateur	Formateur restauration/hôtellerie CFTH /UNIVERIA Formateur aux techniques de recherche d'emploi
COSTAZ Yannick	BTS Aménagement Paysager BEES 1 ^{er} degré ski alpin 8 ans Directeur Technique Ecole de Ski 3 ans Responsable pédagogique	Responsable pédagogique EFPPA
DOLE Annie	Diplômée de TRE	Directrice pédagogique EFPPA
FRICOUT Pierre	Licence de géologie BEES 1 ^{er} et 2 ^{ème} degré ski alpin 30 ans d'expérience professionnelle Direction Ecole de Ski et Organisme de formation	Directeur centre de formation en alternance EFPPA
MICHELAS Régis	BTS Ecole hôtelière 10 ans d'expérience professionnelle	Directeur hôtel SP

IX - LIEUX DE LA FORMATION

Salles de formation :

Belle Plagne (73210) et Bourg St Maurice (73700)

Restaurants pédagogiques :

Le Carlina et Le Cocoon – La Plagne (73210)

X - SESSION DE FORMATION

Formation en groupe de 10 à 28 apprenants

XI - HORAIRES DE FORMATION

Les formations débutent à 8h30 et se terminent entre 17h00 et 17h30 (dont 7 heures de formation)

XII - CONTACT

Bernard MARTIN - Référent de la formation CHR

E-mail : info@efppa.com