



Cuestionario de autoavaliación para os traballadores e as traballadoras

Unidade de competencia.

Preelaborar e conservar calquera clase de alimentos

Código.

UC0260_2

Nivel.

2

Cualificacións profesionais e títulos de formación profesional asociados á unidade de competencia.

Cualificación profesional.

Cociña

Código.

HOT093_2

Nivel.

2

Título de formación profesional.

Cociña e gastronomía

Código.

MHOT01

Nivel.

Grao medio

Por favor, lea atentamente as instrucións seguintes.

Conteste a este cuestionario de xeito sincero. A información recollida nel ten carácter reservado, ao estar protexida polo disposto na Lei orgánica 15/1999, do 13 de decembro, de protección de datos de carácter persoal.

O seu resultado servirá soamente de axuda, orientando en que medida posúe a competencia profesional da unidade de competencia.

Non se preocupe, con independencia do resultado desta autoavaliación, vostede ten dereito a participar no procedemento de avaliación, sempre que cumpra os requisitos da convocatoria.

A persoa candidata

O asesor ou a asesora

Sinatura: nome, apelidos e DNI

Sinatura: nome, apelidos e DNI



Instrucións para cubrir o cuestionario.

Cada actividade profesional principal (APP) componse de varias actividades profesionais secundarias (APS). Lea atentamente cada APP e a continuación as súas APS. En cada APS marque cunha cruz o indicador de autoavaliación que considere máis axustado ao seu grao de dominio das APS. Eses indicadores son os seguintes:

1. Non o sei facer.
2. Pódoo facer con axuda.
3. Pódoo facer sen precisar axuda.
4. Pódoo facer sen precisar axuda, e mesmo podería formar outro traballador ou traballadora.

APP1 Aproveccionarse de materias primas seguindo as ordes de traballo e tendo en conta a súa utilización posterior.

- APS1.1 Aproveccionar vexetais.
- APS1.2 Proverse de peixes, mariscos, aves e caza.
- APS1.3 Aproveccionarse de canais ou pezas de carne.

Indicadores de autoavaliación

1	2	3	4
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

APP2 Distribuír as materias primas nos envases adecuados seguindo os procedementos establecidos no sistema APPCC.

- APS2.1 Almacenar os vexetais de modo que resulten aptos para a súa utilización posterior.
- APS2.2 Almacenar os vexetais manipulados tendo en conta as características do tipo de vexetal en cuestión.
- APS2.3 Almacenar peixes, mariscos, aves e caza, tendo en conta as características do tipo de xénero en cuestión.
- APS2.4 Almacenar os canais ou pezas de carne, tendo en conta as características do tipo de xénero en cuestión.

Indicadores de autoavaliación

1	2	3	4
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

APP3 Aplicar técnicas básicas de preelaboración e conservación ás materias primas segundo as instrucións recibidas.

- APS3.1 Preparar para o seu uso as instalacións, os utensilios e os equipamentos para preelaborar e conservar vexetais.
- APS3.2 Preparar os vexetais en cru.
- APS3.3 Utilizar as técnicas de cocción, para os vexetais que o necesiten.
- APS3.4 Preparar peixes, mariscos, aves e caza, aplicando técnicas e normas básicas de manipulación.
- APS3.5 Pór a punto os equipamentos e os utensilios necesarios para preelaborar e conservar peixes, mariscos, aves e caza.
- APS3.6 Conservar e envasar as materias primas e elaboracións culinarias de peixes, mariscos, aves e caza e carne.

Indicadores de autoavaliación

1	2	3	4
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

APP4 Utilizar racionalmente instalacións, utensilios, equipamentos e medios enerxéticos establecidos para os procesos de preelaboración, conservación e almacenamento dos xéneros.

- APS4.1 Utilizar racionalmente instalacións, utensilios e equipamentos para preelaborar e conservar alimentos.
- APS4.2 Utilizar racionalmente os equipamentos e medios enerxéticos establecidos para os procesos de preelaboración e conservación de vexetais.
- APS4.3 Utilizar racionalmente equipamentos e medios enerxéticos establecidos para os procesos de preparación e almacenamento de peixes, mariscos, aves e caza.
- APS4.4 Utilizar racionalmente equipamentos e medios enerxéticos establecidos para os procesos de preparación e almacenamento de canais de carne.
- APS4.5 Utilizar racionalmente equipamentos e medios enerxéticos establecidos para conservar e envasar xéneros.

Indicadores de autoavaliación

1	2	3	4
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

APP5 Limpar utensilios e equipamentos usados para preelaborar e conservar alimentos e elaboracións culinarias, cos produtos e os métodos establecidos segundo a normativa hixiénico-sanitaria.

- APS5.1 Limpar os utensilios e os equipamentos usados no proceso de preelaborar e conservar vexetais en cru.

Indicadores de autoavaliación

1	2	3	4
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



APP5 Limpar utensilios e equipamentos usados para preelaborar e conservar alimentos e elaboracións culinarias, cos produtos e os métodos establecidos segundo a normativa hixiénico-sanitaria.

Indicadores de autoavaliación

1	2	3	4
---	---	---	---

- APS5.2 Limpar os utensilios e os equipamentos utilizados no proceso de preelaborar e conservar peixes, mariscos, aves e caza.
- APS5.3 Limpar os utensilios e os equipamentos utilizados no proceso de preparar e conservar canais de carne.
- APS5.4 Limpar os utensilios e os equipamentos utilizados no proceso de conservar e envasar xéneros e elaboracións culinarias.

<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

APP6 Manter os equipamentos de frío e calor implicados na preelaboración e na conservación das materias primas e elaboracións culinarias nas condicións de temperatura requiridas.

Indicadores de autoavaliación

1	2	3	4
---	---	---	---

- APS6.1 Manter os equipamentos de frío e, de ser o caso, os de calor durante a preelaboración e a conservación dos vexetais.
- APS6.2 Manter os equipamentos de frío e, de ser o caso, os de calor durante a preelaboración e conservación de peixes, mariscos, aves e caza.
- APS6.3 Manter os equipamentos de frío durante a preelaboración e a conservación dos canais e as pezas de carne.
- APS6.4 Manter os equipamentos de frío nas condicións de temperatura requiridas para conservar e envasar xéneros e elaboracións culinarias.

<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

APP7 Cortar en porcións as materias primas en cortes comerciais.

Indicadores de autoavaliación

1	2	3	4
---	---	---	---

- APS7.1 Racionar, cortar ou picar as materias primas en cortes comerciais.
- APS7.2 Seccionar os canais de carne en cortes comerciais seguindo as ordes de traballo recibidas.
- APS7.3 Aplicar ás pezas de carne as técnicas básicas de abrandadura, recorte, mechado, bridaxe e albardado, utilizando os equipamentos e as técnicas adecuadas, e tendo en conta a súa utilización posterior.
- APS7.4 Elaborar e manipular recheos, utilizando os equipamentos e as técnicas adecuadas, e tendo en conta a súa utilización posterior.

<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>