

# 2023年培训课教案 高师培训教案(通用9篇)

作为一名老师，常常要根据教学需要编写教案，教案是教学活动的依据，有着重要的地位。既然教案这么重要，那到底该怎么写一篇优质的教案呢？下面是我给大家整理的教案范文，欢迎大家阅读分享借鉴，希望对大家能够有所帮助。

## 培训课教案篇一

1. 高等学校管理体制：指与高等教育管理活动有关的组织制度的体系，主要包括高等教育组织结构的设置、组织机构间的隶属关系，以及相互见的指责、权限的划分等。

2. 高等教育学制：指一个国家的各级各类学校的系统，它包括：有哪些种类的学校，这些学校由谁来主办和管理，学校的性质和任务是什么，实际的入学条件、修业年限以及各级各类学校的关系如何等等。

3. 学位制度：既国家为保证学术的严肃性通过建立明确的衡量标准从而对相应学术程度的受教育者授予一定称号的制度。

4. 课程：有狭义和广义之分，狭义的课程是指被列入教学计划的各种科目及其在教学计划中的地位和开设顺序的总和。广义的课程是指为学生的全面发展而设计的一切条件和一切活动的总和。

2、如何改革高校毕业生就业制度？1) 加快毕业生就业市场建设步伐，建立和完善全国性的毕业生就业市场和就业指导信息服务体系。2) 加强和深化以用人制度改革为重点的综合配套制度改革，改善就业环境，促进毕业生的顺利就业。3) 进一步调整改善高等学校的学科专业结构和人才培养模式、推进高等教育结构改革和人才培养模式、推进高等教育结构

改革和培养模式转变。4) 加强高等学校的毕业生就业指导和服务机构建设，注重发挥高等学校毕业生就业中介服务的重要作用。

#### 4、高校教师劳动的特点：

（一）与所有教师劳动的共同特点：无私性，示范性，迟效性与长效性

（二）高校教师劳动的特殊性：劳动的专业性，劳动对象的高层次性，劳动的时空延续性

6、高校教师的个体素质；1) 正确的政治方向和高尚的道德情操。2) 扎实的基础知识和合理的知识结构3) 优秀的教学能力和出色的科研能力。

#### 7、课程分类的依据：

1、根据与专业职能的关系，分为基础课，专业基础课和专业课

2、根据课程对某一专业的适应性和相关性，分为必修课和选修课。

3、根据学习理论知识还是训练操作技能，分为理论性课程和实践性课程。

4、根据学时或学生人数，分为大中小微型课程。

5、根据课程有无具体明确的计划分为显性课程和隐性课程。

8、课程建设包括：1) 师资队伍建设2) 教学内容3) 教学资源4) 教材5) 设备、设施和实验专业内涵建设包括：1专业培养目标建设，通过调研，使专业培养目标符合学科发展趋势。符合经济社会发展需要。符合人才成长规律。2专业课程体系，

内容，方法建设。围绕培养目标调整优化课程体系。充实更新课程内容，改进课程教学方法。3专业教师队伍建设。优化教师队伍结构，包括年龄，学历，学位，职称等方面的结构。4专业设施建设。5专业管理建设。

三、1、结合实际，谈谈我国高等学校内部管理体制存在的问题及其改革方向。存在问题：校院系或校系间权力结构不尽合理，行政权力过于向校集中，一定程度上抑制了基层自主发展的能力，特别是学院制尚在探索之中，学院的行政权力有待大力加强；校职能部门机构臃肿，造成人力资源浪费，并且相互之间还存在职责不清，相互推诿的现象，致使工作效率低下；另外，行政管理部門包得过多，统得过死的现象还有待进一步改进。改革方向：1) 要进一步调整高校行政管理的权利机构，适当实行权利中心的下移，扩大学院以及系的自主权，做到权责统一，增强基层灵活应变的能力2) 校级职能部门必须进一步精简机构、人员，提高办事效率。加强制度建设，实行规范化的管理；同时要转变校机关职能，提高人员的素质和服务意识，加强制度建设，实行规范化的管理3) 加大改革力度，推动包括职称评定与职务聘任、分配制度和人员的聘用及考核等人事制度的改革，努力建立富有竞争和活力特征的高校人事制度4) 实行高校后勤的社会化，转变后勤部门的行政管理职能，实行后勤服务部门的企业化、产业化、市场化，使之成为独立的、自主经营、自负盈亏的实体。

特色具体表现为：适应教育对象的身心发展规律和价值追求；能充分利用和发挥有利于培养高质量人才的条件；能有机组合多种教育教学方式，形成合力。专业特色具有相对性。在现实中，有的学校追求专业特色面面俱到，实际上是一种理想。专业特色具有动态性，在某一时期具有特色，在另一时期就可能失去特色。因为经济社会发展对人才的素质和规格的要求是变化的，科学技术的发展对科学变化影响是巨大的。专业特色具有积淀性。高水平高素质教师队伍的造就，优良专业传统和培养方式的形成，具有前瞻性，科学性专业理念

的树立，都要靠积淀。相对性，动态性并不排斥积淀性，相反，只有内含不懈追求才能保证在相对性，动态性的特色竞争中取胜。

## 培训课教案篇二

幼儿园教育工作应该坚持体、智、德、美诸方面的教育互相渗透，有机结合。合理地综合组织各方面的教育内容，为幼儿提供活动和表现能力的机会与条件。下面就是小编给大家带来的2019幼儿园教师培训工作总结模板，希望能帮助到大家！

### 2019幼儿园教师培训工作总结模板一

三天的幼儿园教师培训，我有幸参与其中，在这短短三天的培训，我们观摩了许多幼儿园骨干教师的课，并进行交流与研讨，拓宽了学习的视野，更新了教育观念，理论的应用水平与教学的创新能力得到提升。

社会在发展，科技在进步，也就要求教育的不断更新，走可持续性发展之路。我们乡镇中心幼儿园教师之路该如何走？作为教师又该如何做？面对这场深刻而全方位的教育改革，我们需要不断学习与创新，这是我们教师教育教学的生命力所在。面对飞速发展的教育，要使自己在专业道路上不断成长，就应努力走教学与科研相结合的学术道路。

这一点对我的启发很深。的确，面对不断更新的教育观念，面对发展的时代，面对变化的孩子，教育需要不断更新，教育需要研究型的教师，只有不断地研究教育教学中的问题，才能提高工作效益，才能提升自身的教育教学素养。

这次基层幼儿园教师培训，我们更进一步了解和掌握了课改的发展方向和目标，使我的教育教学观念进一步得到更新，真是受益匪浅。下面是我通过培训获得的几个方面的体会：

广泛学习科学的教育理论。县幼儿园园长在幼儿教育科学理论方面的阐述简要精辟，为我们的教学实践起了提纲挈领的作用，为我们的教育科学理论注入了源头活水，他们又结合幼儿园实际工作让我们了解如何在幼儿园进行教学工作。

幼儿园教育工作应该坚持体、智、德、美诸方面的教育互相渗透，有机结合。遵循幼儿身心发展的规律，符合幼儿的年龄特点，注重个体差异，因人施教，引导幼儿个性健康发展。幼儿教育要面向全体幼儿，热爱幼儿，坚持积极鼓励，启发诱导。合理地综合组织各方面的教育内容，并渗透于幼儿一日生活的各项活动中，充分发挥各种教育手段的交互作用。创设与教育相适应的良好环境，为幼儿提供活动和表现能力的机会与条件。以游戏为基本活动，寓教育于各项活动中。

教师的职业是相通的，热爱事业，热爱孩子是第一位的。幼儿不同于小学，孩子的自我保护能力差，是一生品德行为形成的最佳时期，好模仿，是非观念在萌芽时期等特点要求我们幼儿教师要有更高尚的人格魅力，要正直，和善，温柔，可爱，要因可爱而美丽动人。我们既要做到母亲般的关爱，又要做到高于母亲的教育，从思想上、品质上给予渗透影响，教育他们使他们是非概念清晰，引导他们能关爱别人，带动他们积极乐观开朗，实事求是使他们诚实，幼儿教师要有“敬业、乐业、专业、创业”的精神，要公正地爱每一个孩子，我们带给他们的应该是最美好，最公正，最无私的爱。

学习技能技巧，提高个人能力。这次的培训还给我们安排了县幼儿园部分骨干教师的示范课，跟着县幼儿园领导和骨干教师学习，我们获得了很大帮助。

老师的体育教育示范课让我们目不暇接。在她手里，简单的一张报纸摇身一变就成了很好的教育资源，成了孩子们游戏的体育用品。一会儿让孩子们把报纸穿在身上跑，和报纸比赛，一会儿把报纸揉成小纸团投掷。孩子们玩的乐此不疲。整个教学都在活动中完成，遵循幼儿的身心发展规律，符合

幼儿的心理特点，值得我们去认真研究与学习。

老师结合她自己幼儿园美术教育实践，给我们上了一节美术示范课。使我们学到了一些幼儿园美术教学的方法、美术教学的手段，让我们知道美术活动是丰富多彩的，单单一个制作画框就有很多讲究，例如画图的要领，颜色搭配等。

老师的舞蹈示范课给了我们很大的启示，她结合舞蹈实例，边播放音乐边示范讲解，使我们在幼儿舞蹈方面拓展了视野，把握最新教学动态。

通过这次培训我知道了要转变教育思想、教育理念。先进的教育思想、理念是我们基层幼儿教师必须思考的问题。在活动中，教育思想直接促进或制约着我们教学方法的选定和设计，同时决定着活动的质量和效果。在设计活动的时候，往往我们考虑到的只是“我该如何教”，而忽视了“幼儿如何去学”的问题。其实作为幼儿教师，引导作用是要充分发挥的，但引导的目的主要是为了幼儿，通过这种引导，让幼儿学会自己去学习，去探索。

有人说过：开展好一次活动，不仅是知识信息的传播过程，更是一个心灵交汇的心理场。如果教师在活动中的表现只是平平淡淡，没有激情，那么幼儿的情绪也不会特别高涨。因此我觉得在活动中激发幼儿的情感，教师自我的情感体现是非常重要的，这直接影响到了活动的成功与否。

三天的幼儿教师培训结束了，但留给我的却是深深的回忆，是一笔宝贵的财富。牛顿曾经说过：“我之所以成功是因为我站在了巨人的肩膀上。”这些成功的经验为我今后的教育教学奠定了良好的基础，缩短了探索真理的路途。

## 2019幼儿园教师培训工作总结模板二

本学期，我园根据上级部门关于加强师资队伍建设的要

《纲要》和《3—6岁儿童学习与发展指南》精神为指导，根据本园实际，加强了理论与实践的引领，加强了“教”与“学”的研究，对本园教师进行了自身修养、教学水平、业务研究、教科研水平和新的教育教学理念等各方面培训工作，取得了良好的培训效果，现总结如下：

## 一、抓师资队伍建设和提高保教质量

### (一) 以师德建设为先导，不断规范师德师风。

狠抓师德师风建设工作，切实把“学高为师，身正为范”落实到保教日常工作中，树立良好的师德形象。

1. 组织教师学习《幼儿园教师日常行为规范》、《十五不准》、《教师职业道德规范》，认真贯彻落实上级部门的有关要求，明确教师工作职责与行为规范。

2. 认真落实了《区铜川一幼师德师风考核细则》，将师德师风纳入教师月考核重点内容，要求教师以师德为先，严格遵守幼儿园教师行为规范。

3. 组织开展了“视频回放，自我反思活动”，让老师们通过“照镜子”来“正衣冠”。

4. 组织教师开展了“幸福教师”演讲活动，提高幸福指数。

### (二) 立足自培，加强外训，不断强化教师专业水平。

1. 通过园本培训、进班指导、观摩课、教研等形式提升教师队伍水平。合理利用业务学习，根据教师的不同层次与需求组织开展内容丰富、形式多样的园本培训活动，让教师在不断学习中探索职业内涵，提高专业水平。其中重点落实如下：一是扎实开展集体备课活动；二是落实部分教师技能培训工作(教师风采大赛)。通过培训促使教师在原有基础上有显著

提升，同时参加了区级青年教师基本功大赛活动；三是加大进班指导力度，从而了解各班教学常规、教师的课程驾驭能力、环境创设方面进行针对性的指导和帮助。

2. 鼓励教师多阅读有关幼教专业方面的书籍，不断获取新的教育信息和其他方面的一些信息，把所学的理论与实践相结合，并于4月份组织教师读书分享活动，每位老师结合自己的工作与生活，畅谈自己的读书感悟，收获颇多，让我们把读书学习作为人生的必修课。

3. 邀请了有关专家、区教研员走进幼儿园，为我院课程建设、课题研究、教研做专题指导，共促教科研发展。具体有：师德培训、亿童体能、二次培训(学习)、摄影培训、音乐游戏、鄂尔多斯市园长能力提升班二次培训等。

4. 为教师提供外出观摩和理论学习的机会，有计划的组织教师参加本地区的培训活动，教师认真学习，吸取他人先进经验，了解新的教育策略、方法，通过学习、交流，让教师在学习活动中进步和成长，具体培训：参加上海南京名师游戏化教学成果博览会、幼儿园区域个别化学习专题研讨、区一幼幼儿个别化区域观摩、国培、鄂尔多斯市园长挂职交流学习等。

5. 教师课堂。继续开展了教师舞蹈、美术、弹唱、体育教师课堂，本学期，老师们在教师课堂中认真学习，舞蹈方面，学习蒙古舞组合；美术方面，体验不同材料制作的乐趣，并掌握相应的技法，而且利用美术教师课堂活动，更换了2号楼环廊创设；体育方面，通过玩各种游戏：生命旅途、星球大战、攻守到、快乐传递，为老师们建立相互信任的平台，并在工作忙碌之余放松心情，提高了老师们的幸福指数；弹唱方面，提供新的儿歌曲目，老师们先轻唱儿歌，然后由教师边谈边唱，最后进行考核。

6. 师徒结对活动。在全园范围内继续开展了青年教师拜师结

对活动，要求区级优秀骨干教师5名徒弟；区级骨干教师3名徒弟；园级骨干、成熟教师1名徒弟，结合结对计划，开展了带教指导活动，师徒共同成长。培养目标主要以师傅指导徒弟教学活动、家长工作、听评课、观察幼儿为主，让徒弟在原有的水平基础上有所提高。

## 二、加强教研力度，提高教学质量

### 1. 抓好集体备课，发挥团队作用。

每个年级组隔周一次集中备课，鼓励老师们分析教材，挖掘教材，针对不明确的，有异议的地方，互相探讨、相互指导，改变教学策略；根据幼儿的不同发展水平，设计不同的教学形式。有效地解决一些实际问题，教育教学水平有了一定的提高。

### 2. 一课三研，促成长。

落实了课堂三部曲“备课、上课和活动反思”。根据教材内容，老师们发挥群策群力的功效，通过反复的磨课，研讨，逐步完善教学设计与组织，老师们也在不断的观摩、反思与实践中提高自己，同时也营造了一种积极向上的教学研讨氛围。

### 3. 深入区域游戏，跟进问题反思研究。

#### a主题教学和区域活动的相互融合。

每个主题活动实施前一周，教研组长组织教师对本主题活动课程进行了讨论、分析与调整，进行及时研讨，制定出适合本班幼儿实际的主题计划。本学期我们的主题背景下区域材料的投放也通过每次集体备课活动产生，实现了区域主题与教学主题相融合的目标。同时通过教科研我们鼓励教师不断学习，掌握新的教育教学方法，练就扎实的基本功，整合各

科教学的能力。

**b**营造研讨氛围，加强区域研究。

回头看”、讲故事的形式，来呈现视频内容，在“回头看”的过程中，老师们找出材料的核心经验、观察材料投放是否合适、教师如何介入、尝试分析幼儿行为背后的原因，这只是我们区域观察方法的一个开始，相信在今后的落实中越做月细。系列教研活动展现了老师们优秀的教研能力也体现了集体智慧的强大，我们一定会不忘初心，为了孩子继续努力前行。

4. 优化课堂教学，提高教学质量。

为加快我园师资队伍建设，促进教师专业成长，促进我园教师队伍整体素质和教育教学质量的全面提高，6月份我们进行了全园教师教学观摩活动。老师们在课堂中注重激发幼儿的主动性、创造性，尽可能地提供各种材料、教具，让幼儿看、摸、想、做中获得经验，获得丰富的感性认识。这次观摩活动老师们展示出了老师们的教学水平，对于课堂的各个环节的把握越来越有条不紊，切实提升了老师们课堂的驾驭能力。

三、不断反思，促进成长

虽然我园的培训工作卓有成效，但也存在不足，如规划与计划之间还存在着一定的矛盾；各类培训内容的衔接落实上还有待于我们进一步思考，在课程实施中，大部分教师的水平处于实践操作层面，研究、总结的能力相对薄弱；教师在进行教学活动实践之后，反思的能力欠缺。

教师培训是个系统工程，需要我们不断努力，勇于探索，让终身学习的观念深植每位教职工的心中。在下学期的工作中，我们更应加强学习指导与督促管理，激励教师不断学习进取，提高综合综合素质，进一步丰富培训形式和内容，促进培训

实效性，促进幼儿园教师培训和管理工作更是一个台阶。

## 2019幼儿园教师培训工作总结模板三

本学期我，园根据上级部门关于加强师资队伍建设的要  
求，以《纲要》和《指南》精神为指导，根据本园实际，加强了理论与实践的引领，加强了“教”与“学”的研究，对本园教师进行了为期一年的教师自身修养、教学水平、业务研究、教科研水平和新的教育教学理念等各方面培训工作，取得了良好的培训效果，现总结如下：

### 一、主要工作进展与成效

(一)、以师德学习为出发点，开展生动的师德教育活动，加强师德建设

师德是一切教育教学活动开展的灵魂与前提。师德培训是我们开展园本培训的一个重要抓手：一年来，我园坚持以师德建设为中心，以提高教师综合素质为目标，“做家长满意的教师”师德演讲比赛，让我们的教师爱满心间并诸如教育教学以活力。力争形成爱生敬业、乐于奉献、团结协作、教书育人的职业道德。同时，并认真的组织教师学习教育教学法规，经常组织教师进行思想汇报、交流和座谈会，净化教师的思想和言行，坚决杜绝做有损师德的事。

同时，提高教师的安全意识，有高度的责任感，教师真正做到为人师表、身正为范，用实际行动去赢得社会的赞誉，家长的尊敬和信赖。还开展了“说说身边的师德故事”专题系列学习，通过对具体案例分析使教师受到启发，并让教师在工作中反思，通过教学实践，加强教师对创新精神和实践能力的认识理解。

(二)、积极响应《教师素质年实施方案》，不断探索开拓新路，全面培养注重实效

1、读书活动。本学期我园对教师一如既往的要求，要求教师在一年度里需自主阅读3本教育理论书籍并写读后感。在本学期，教师至少要完成一本理论书籍的读后感。

2、博客开设。我园教研组率先开设了博客，而今年又新增了两名教师开设博客，朱菲菲和林智老师，同时也达到了上级要求的每年新增2%的要求，博客的开设提高了教师的学习能力和写作能力。

3、新教师的基本功升级活动。本学期我园对未满三年的7位新教师进行了基本功考核，考核内容为三字、三课。现场给内容写三字：钢笔字、毛笔字、粉笔字，三课：每位教师制作一份课件，课件的领域为数学，而且必须是自己本年段的教学内容；平时的日常教学，其他教师可以随时进行推门听课活动；还有一课就是要向全园教师进行展示活动课，本学期至少两次的展示活动。

4、中年教师基本功升级活动。我园中年教师有王清平和吴建乐两位教师，本学期升级活动安排为现场设计教案活动，我们提供题目、领域，让他们俩现场写出教案，当场上交。

5、形式多样的教研活动。幼儿教师是幼儿园教学中的骨干力量，是全面实施素质教育的生力军，是高素质的幼儿教师，对她们的培养应当是全方位的培养。因此在培训前，首先制定了较为全面的培训计划，使教师能在培训中得到全面的提高，有了可靠的保证。

以岗位培训为载体，围绕各种活动，注重抓好教师的校本培训。每2周组织一次年段教研活动，从教学实际出发，集体协作，发现问题，研究问题，解决问题。早期阅读教学采用普通话二甲的专门教师负责的形式，并且在一个学期每个年段定一个活动进行专题研讨。让教师在研讨中提高，让幼儿在活动中体验。继续进行《湖岭家乡美》农村园本课程开发市级课题研究，让幼儿在《竹子、牛排》、《湖岭工艺品》、

《春种秋收》等湖岭特色教育活动中得到良好的爱家乡教育；安排的送教下乡、全片区的幼儿教学研讨会；每学期都组织开展公开课观摩课活动，通过听课、评课，两个学期的说课评比等引导教师拓展教学新思路、新方法。每周早期阅读与课题研究各一次观摩课，并组织教师自评、互评，通过积极组织安排园内园外业务学习、技能培训和各种形式的岗位练兵活动，加强教师专业理论知识的学习和技能训练，加强其它技能锻炼：上半年开展了自弹自唱比赛、撰写说课稿、上学期的学区环境创设评比、本学期幼儿园环境创设比赛、教师讲故事比赛、教师早操比赛年轻教师简笔画比赛等教师技能内活动，以提高教师对自身技能的重视和再修炼。

采取走出去、请进来的方式加强教师学习：4月份邀请了市教育学区周维敏老师进行《如何有效实施早期阅读》的专题讲；4月份我园老师赴进行为期4天的美术教学培训，回园后向全体教师做学习报告；6月份分批参加了市幼儿园《早期阅读》优质课评比暨听课活动；暑期陈美珍教师参加国际象棋培训，并在本学期让全体教师参加陈美珍主持的培训；9月份邀请温州名校长周维平老师做《研究幼儿》课题知识专题讲座；10月份吴林芬教师参加第二届学科中心组考核并在接下来2年内参加各类学习；十一月师赴杭州参加岗位培训；12月分教师赴南京参加高级研修班学习；十月份教师参加瑞安的《与指南同行》的研讨会学习；全体教师参加进修进学校的幼儿园教师全员培训活动等等各类的学习活动开阔了老师的视野、增长了见识，老教师们组织教学活动中教学的形式，并开始尝试创新教学了。新教师通过入职培训和以老带新，跟踪指导，公开活动评析等方式使其尽快适应工作，扎实工作，创新工作，进一步提高骨干教师的专业素质、研究和解决问题的能力。

## 2019幼儿园教师培训工作总结模板四

转眼间，这次的幼儿园教师培训已经结束，很荣幸自己能够参加这次的培训学习，这次的培训充实而富有意义，使我受益匪浅，让我如幼苗般得到了滋养，此次培训理论与实例结

合，课程丰富多样，从全方位地精心诠释了成为一名优秀的幼儿教师。经过五天的学习，收获颇多，谈谈自己的一点学习体会。

## 一、幼儿教师培养终身学习的理念

我们的生活日新月异，随着社会的不断发展，教育理念也在不断更新。为了适应孩子的求知需求，我们要不断学习，随时补充自己的能量，给自己充电。如果只靠原来在学校学的那点东西，远远不能满足孩子的需求，日积月累就会被社会所淘汰。对孩子也是一件痛苦的事，更是一件不负责任的事。

过去，我们是领着孩子在学习，现在我们是和孩子一起学习，如果我们不把自己的知识的海洋装满，怎么能满足孩子那一条条求知欲旺盛的小河？教师的业务素质很重要，现在的教育对幼儿教师的要求很高，琴棋书画，歌舞情乐，只有高素质的人才能更适用这个岗位。所以，我们每天至少学习一篇教学方面的文章，每天练练基本功，让自己在幼教领域不至于落后。

## 二、广泛学习幼儿教育理论，提升教学技能

县幼儿园的院长详细深入的为我们解读了《幼儿园教育指导纲要》，为我们的教学实践起了提纲挈领的作用，为我们的教育科学理论注入了源头活水，其他几位教学经验丰富的骨干教师又结合幼儿教育的五大领域特点，为我们详细、生动的讲解了课程特点及教学活动设计、组织与指导，让我们了解如何在幼儿园进行教学工作。

## 三、教师应具备良好的师德和职业道德

德高为师，身正是范，师德是一个教师的灵魂。能否成为一个好教师，要有“捧着一颗心来，不带半根草走”的精神。热爱、尊重、理解幼儿是幼儿教师必须具备的职业道德核心。

爱是儿童正常成长的必要条件，我们要学会理解、关爱幼儿。

#### 四、教师必须具备较高的业务素质

要实施创新教育理念，创新型教师必须具备以下几种业务素质：

(1)有丰富的知识结构，这是教师发挥创造性的基本保证。

(2)有较高的管理艺术。管理包括两方面，一是班级的整体管理，二是针对每个学生的个别指导。

(3)有丰富的感情。教师声情并茂的朗诵，热情洋溢的赞赏以及在与学生接触时的仪态、表情和举止所表现出的积极情感能随时地激发、调动学生的热情，激发学生的学习动机，学生因“亲其师而信其教”，变苦学为乐学，单纯的知识传授变成了双向的情感交流，使教者亦乐、学者亦乐。

总之，经过此次培训，我懂得了很多的道理，学到很多知识，认识了很多朋友。在今后的工作和生活中我要不断努力，学以致用为孩子上好课，成为孩子的好朋友。

### 培训课教案篇三

我们无法离开饮食，且饮食在我们的生活中出现的频率越来越频繁，作为一名厨师长工作总结应该怎么写?下面就是小编给大家带来的2020厨师长个人工作总结模板，希望能帮助到大家!

#### 2020厨师长个人工作总结模板一

在广大同事的支持下，作为一名厨师长，我始终坚持以身作则，高标准、严要求，团结和带领广大食堂员工，为顾客提供了精美的菜肴和优质的服务;为实现食堂经济利益和社会效

益，勤勤恳恳、兢兢业业。现将一年来的具体工作总结如下：

## 一、经营方面

我在各位领导的指导下集思广益、制定较合理的经营计划。如：根据顾客的消费心理，我们推出一些绿色食品和野生食品；根据季节性原料供应特点，我们推出一些特价菜。等等。

## 二、管理方面

以人为本，我结合员工实际情况加强素质教育，每天都对员工进行有针对性的厨艺培训，并经常激励他们把工作看作是自己的事业。经过努力，员工整体素质得以提高，如注重仪表、遵守厨房规章制度等；有些员工甚至还开始自己琢磨新菜谱。现在，我们已经形成了一个和谐、优质、高效、创新的团队。

## 三、质量方面

菜肴质量是食堂得以生存发展的核心竞争力。作为厨师长，我严把质量关。我们对每道菜都制作了一个投料标准及制作程序单，做菜时严格按照标准执行，确保每道菜的色、香、味稳定；我们还认真听取前厅员工意见及宾客反馈，总结每日出品问题，并在每日例会中及时改进不足；我们还经常更新菜谱，动脑筋、想办法、变花样，确保回头客每次都可以尝到新口味。

## 四、卫生方面

严格执行《食品卫生安全法》，认真抓好食品卫生安全工作，把好食品加工的各个环节。按规定，每个员工都必须对各自的卫生区负责，同时，由我进行不定期检查；其次，规定食品原料必须分类存放，分别处理，厨房用具也必须存放在固定位置；另外，厨房、保鲜柜、冷冻箱等原料存放地也进行定期

的温度和湿度测量。我们利用一切可以利用的力量，确保食品卫生安全，防止顾客食物中毒，造成不必要的后果。

## 五、成本方面

在保证菜肴质量的情况下，降低成本，让利顾客，始终是我们追求的一个重要目标。作为厨师长，我也总结出一些降低成本的新方法。如：掌握库存状况，坚决执行“先进先出”原则，把存货时间较长的原料尽快销售出去；研制无成本菜品，把主菜的剩余原料做成托式菜品，以降低成本；还让每位员工都知道自己所用原料的单价，每日估算所用原料的价值，这样就吧成本控制落实到每个员工身上，使所有厨房员工都关心成本，从而达到效益化。

综上所述，在本年度，通过团队的共同努力，我们在厨房经营管理方面取得了显著成效；在菜品创新、菜肴质量、成本控制、员工素质提高等方面都取得相当高的成绩。当然，我们也还存在不足，比如，受甲流和金融危机的影响，消费者就餐的品味与档次下降，这使我们的年收入受到一定程度的影响。但面对不可抗力，我们需研制更加物美价廉的佳肴来招揽顾客，程度的增加年收入，从而达到转危为机的良好效果。从这个事件上，我也深感我肩负工作的挑战性与创新性。今后，我一定会带领我的团队不断接受挑战、勇于创新，烹饪更精美的菜肴。

辞旧迎新之际，我们将在20xx年的基础上，继续加强经营管理、质量卫生监控和成本控制，同时要改进自己的工作思路，考察新的菜品，加快菜肴的创新，从而寻求在20xx年创造更好的经济效益和社会效益。

xx会将会给我们带来又一次的发展机遇。与此同时，周边酒楼和饭店的与日俱增也使得20xx年餐饮业的竞争更加白热化。但是，我相信，在各位领导和同仁的指导和帮助下，我们的团队一定能够抓住机遇，迎接挑战，走向一个收获的20xx!

## 2020厨师长个人工作总结模板二

### 一、经营方面：

我在各位领导的指导下集思广益、制定较合理的经营计划。如：根据顾客的消费心理，我们推出一些绿色食品和野生食品。根据季节性原料供应特点，我们推出一些特价菜。等等。

二、管理方面：以人为本，我结合员工实际情况加强素质教育，每天都对员工进行有针对性的厨艺培训，并经常激励他们把工作看作是自己的事业。经过努力，员工整体素质得以提高，如注重仪表、遵守厨房规章制度等。有些员工甚至还开始自己琢磨新菜谱。现在，我们已经形成了一个和谐、优质、高效、创新的团队。

### 三、质量方面：

菜肴质量是食堂得以生存发展的核心竞争力。作为厨师长，我严把质量关。我们对每道菜都制作了一个投料标准及制作程序单，做菜时严格按照标准执行，确保每道菜的色、香、味稳定。我们还认真听取前厅员工意见及宾客反馈，总结每日出品问题，并在每日例会中及时改进不足。我们还经常更新菜谱，动脑筋、想办法、变花样，确保回头客每次都可以尝到新口味。

### 四、卫生方面：

严格执行《食品卫生安全法》，认真抓好食品卫生安全工作，把好食品加工的各个环节。按规定，每个员工都必须对各自的卫生区负责，同时，由我进行不定期检查。其次，规定食品原料必须分类存放，分别处理，厨房用具也必须存放在固定位置。另外，厨房、保鲜柜、冷冻箱等原料存放地也进行定期的温度和湿度测量。我们利用一切可以利用的力量，确保食品卫生安全，防止顾客食物中毒，造成不必要的后果。

## 五、成本方面：

在保证菜肴质量的情况下，降低成本，让利顾客，始终是我们追求的一个重要目标。作为厨师长，我也总结出一些降低成本的新方法。如：掌握库存状况，坚决执行“先进先出”原则，把存货时间较长的原料尽快销售出去。研制无成本菜品，把主菜的剩余原料做成托式菜品，以降低成本。还让每位员工都知道自己所用原料的单价，每日估算所用原料的价值，这样就把成本控制落实到每个员工身上，使所有厨房员工都关心成本，从而达到效益最大化。

综上所述，在本年度，通过团队的共同努力，我们在厨房经营管理方面取得了显著成效。在菜品创新、菜肴质量、成本控制、员工素质提高等方面都取得相当高的成绩。当然，我们也还存在不足，比如，受甲流和金融危机的影响，消费者就餐的品味与档次下降，这使我们的年收入受到一定程度的影响。但面对不可抗力，我们需研制更加物美价廉的佳肴来招揽顾客，最大程度的增加年收入，从而达到转危为机的良好效果。从这个事件上，我也深感我肩负工作的挑战性与创新性。今后，我一定会带领我的团队不断接受挑战、勇于创新，烹饪更精美的菜肴。

辞旧迎新之际，我们将在xx年的基础上，继续加强经营管理、质量卫生监控和成本控制，同时要改进自己的工作思路，考察新的菜品，加快菜肴的创新，从而寻求在xx年创造更好的经济效益和社会效益。

我相信，在各位领导和同仁的指导和帮助下，我们的团队一定能够抓住机遇，迎接挑战，走向一个收获的xx!

## 2020厨师长个人工作总结模板三

厨师的工作涉及大家的吃喝等一些具体问题，被人们认为是“出力不讨好的工作”。在这种情况下，我没有因为自己虽

然做了很多工作但得不到大家的认可而懊悔，而是尽心尽力地搞好各项服务。加强各方面的管理，并不断为大家创造良好的服务条件，为逐步走向规范化管理和优质服务工作奠定了良好的基础。我在抓好各项管理的同时，还在改变模式、转变服务态度、提高服务质量方面做了大量工作。我始终坚持以人为本的服务理念，采取了多种服务方式，尽量为大家提供便利条件，使大家在食堂就餐就犹如回到“家”的感觉，为了再新的一年能够更好的完成本职工作，我对上一年的工作进行了总结。

## 一、强化理论和业务学习，不断提高自身综合素质

我重视加强理论和业务知识学习，在工作中，坚持一边工作一边学习，不断提高自身综合素质水平。一是认真学习工作业务知识，重点学习饮食烹调和提高食品质量的方法研究。二是认真学习知识，结合自己工作实际特点，利用闲余时间，选择性地开展学习，通过学习，进一步增强党员意识和为人民服务观念。

## 二、努力工作，按时完成工作任务

在过去的一年中，我树立与增强为人民服务的思想。按时上下班，保证按时开餐，遵守劳动纪律及食堂的一切规章制度，服从工作调配，爱护集体财物，做好集体和个人卫生，努力完成本职工作。菜肴质量是厨师得以生存发展的核心竞争力，因此在饮食烹调上，我严格按食品操作规程进行工作，保证安全、卫生。做到制作的主食，合乎质量要求，大小均匀，掌握火候。副食要做到拣、洗干净，切菜认真，丁、块、丝分明。配菜美观，色型好看，炒菜味美，咸淡适中，同时我还认真听取就餐人员的意见，总结不足，并在下次烹调中及时改进。在服务上，我做到优质、高效，对就餐人员态度和蔼，说话和气。不说粗话，不骂人，团结一致，做好伙食工作。

在食品卫生上。我严格遵守食堂卫生制度，严格执行《食品卫生法》，防止“病从口入”，防止食品污染和有害物质对就餐人员的危害，保障大家的身体健康。成品存放实行“四隔离”；生与熟隔离；成品与半成品隔离；食品与杂品、药品隔离；食物与天然冰隔离。个人卫生做到勤洗手、剪指甲；勤洗澡、理发；勤换工作服。放置食品的橱柜、货架时刻保持清洁，无霉斑、鼠迹。每天定时冲洗操作间灶具和地面，认真擦拭餐厅地面和桌椅，严格保证操作间地面、门窗、以及周边环境卫生。

食堂所承担的工作任务零碎而繁杂，但每一项工作都与公司的整体工作和工作人员的切身利益息息相关。为了不影响正常工作运转，我都能够服从领导的安排，不讲条件，全力以赴搞好食堂工作。在工作上我勤勤恳恳，认真负责，任劳任怨，积极履行自己的工作职责。展望新的一年我会以更加倍的努力和更大的热情严格在领导的指导下完成自己的本职工作。

尽管如此，回顾过去的一年，我还存在许多不足：服务意识不强，有时也还有考虑不周，服务不到的地方；有时因急躁与个别员工发生意见冲突；节约意识还不够强等等。

展望新的一年我会加倍的努力和更大的热情严格在领导的指导下尽力改正缺点，克服困难，弥补不足，做好自己的本职工作。

## 2020厨师长个人工作总结模板四

在各位领导的指导下，在广大同仁的支持下，作为一名厨师长，我始终坚持以身作则，高标准、严要求，团结和带领广大厨房员工，努力为顾客提供精美的菜肴和优质的服务。为实现公司经济效益和社会效益，勤勤恳恳、兢兢业业。现将这几个月来的具体工作，作个总结，向大家汇报如下：

## 一、加强培训教育，提升员工素质。

公司的规章制度，我经常在例会上向厨房员工提及、宣读，旨在要求大家都养成遵守公司制度的习惯。结合员工实际情况，我加强对员工进行有针对性的厨艺培训，并经常激励他们把工作看作是自己的事业。经过我的努力和大家的积极配合，厨房员工整体素质得以提高，遵守公司及厨房的规章制度、保持良好的个人卫生和仪表、钻研烹饪技术等行为，基本上都成了厨房员工的自觉行为。现在，一个和谐、优质、高效、创新的团队已经初步形成。

## 二、注重销售导向、加强质量管理。

菜肴是产品，产品只有在销售出去才能创造效益，好的产品才能创造好的效益。因而，我在平时工作中就很注重厨房员工销售意识的培养，我们要注重全局，不能只盯着做菜这一道工序，更应该关注菜肴能否顺利销售，关注顾客消费后的感受。我们要增加营业收入，我们要提供优质的服务，那菜肴口味当然要好、质量当然要跟得上。菜肴质量是食堂得以生存发展的核心竞争力。作为厨师长，我严把质量关。我们对每道菜都制作了一个投料标准及制作程序单，做菜时严格按照标准执行，确保每道菜的色、香、味稳定。我们认真听取前厅员工意见及顾客反馈，总结每日成品问题，并在次日例会中及时研讨，改进不足。我们在努力，我们要使顾客对我们的菜肴产生一种如情人般的眷恋，一种剪不断、理还乱的思念之情。

## 三、加强卫生管理，落实消防要求。

我们严格执行《食品卫生安全法》，认真抓好食品卫生安全工作，把好食品加工的各个环节。首先，每个员工都必须对各自的卫生区负责，确保卫生区干净、整洁。其次，规定食品原料必须分类存放，分别处理，厨房用具也必须存放在固定位置。防火工作，历来是厨房工作的重点之一。为落实消

防要求，我要求所有员工必须做到“人离火熄、电断、气关”。我们还定期检查厨房的燃气管路，防止因泄露而引发火灾事故，经常检查各类电器的电源线，防止跑电漏电引发各类消防或电击安全事故。我们严格按照要求，确保食品卫生安全和消防安全，为公司安全经济运行提供应有的保障。

#### 四、加强节料节能，严格成本控制。

在保证菜肴质量的情况下，降低成本，始终是我们的一个重要目标。作为厨师长，我也总结出一些降低成本的方法。如：掌握库存状况，坚决执行“先进先出”原则，把存货时间较长的原料尽快销售出去。落实节约厨房用水、用电、用气的举措。还让每位员工都知道自己所用原料的单价，每日估算所用原料的价值。通过以上措施，把成本控制落实到每个员工身上，使所有厨房员工都关心成本、控制成本，从而达到效益最大化。

综上所述，在本年度，通过团队的共同努力，我们在厨房综合管理、员工素质、菜肴质量、卫生安全、成本控制等方面都取得一定成绩。当然，我们也还存在不足，比如，对市场需求变化的掌握不够及时，时鲜产品的推出滞后，厨房管理还没有形成系统等。

在新的一年里，我将带领我的团队，在20xx年的基础上，继续加强教育培训、质量卫生安全监控和成本控制。同时我要改进自己的工作思路，及时把握市场动向，考察新的菜品，加快菜肴的创新。加强厨房管理的基础建设，努力使管理形成体系，从而寻求在新一年内创造更好的经济效益和品牌效益。

周边酒楼和饭店的与日俱增，必将使得20xx年餐饮业的竞争更加白热化。但是，我相信，在各位领导和同仁的指导和帮助下，我们的团队一定能够抓住机遇，迎接挑战。20xx年必将有一个全新的收获！

# 培训课教案篇四

二级建造师培训教案

二级建造师培训教案

2z101000 施工管理概论 基础理论知识，项目管理、组织论、风险管理、工程监理、施工企业管理。

核心——动态控制原理

动态控制原理是项目目标控制的基本方法论。

2z101010 掌握项目目标控制的动态控制原理及其应用

2z101011 项目目标控制的动态控制原理

项目实施过程中主客观条件的变化是绝对的，不变则是相对的；在项目实施过程中必须随着情况的变化进行项目目标的动态控制。

第一步，项目目标动态控制的准备工作；分解目标，确定计划值。

第二步，在实施过程中对项目目标进行动态跟踪和控制；

收集目标的实际值，定期比较；

如有偏差，则采取纠偏措施进行纠偏。

第三步，如有必要（不合理或无法实现）进行目标的调整，目标调整后控

制过程再回复到上述的第一步。

精心收集

精心编辑

精致阅读

如需请下载！

演讲稿 工作总结 调研报告 讲话稿 事迹材料 心得体会 策划方案

在项目目标动态控制时要进行大量数据的处理。

采用计算机辅助的手段可高效，及时而准确。

动态控制的纠偏措施：

1. 组织措施。
2. 管理措施（包括合同措施）。

如调整进度管理的方法和手段，管理和强化合同管理

3. 经济措施。
4. 技术措施。

如调整设计、改进施工方法和改变施工机具。

组织论的一个重要结论是：组织是目标能否实现的决定性因素。应充分重

视组织措施对项目目标控制的作用。

项目目标动态控制的核心是：定期地进行项目目标的计划值

和实际值的比

较，当发现项目目标偏离时采取纠偏措施。

应重视事前的主动控制，即事前分析可能导致项目目标偏离的各种影响因素，并针对这些影响因素采取有效的预防措施。

2z101012 动态控制原理的应用

精心收集

精心编辑

精致阅读

如需请下载！

演讲稿 工作总结 调研报告 讲话稿 事迹材料 心得体会 策划方案

运用动态控制原理进行项目目标控制将有利于项目目标的实现，并有利于促进施工和管理科学化的进程。

运用动态控制原理控制施工进度的步骤：

1. 施工进度目标逐层分解。
2. 对目标进行动态跟踪和控制。

收集施工进度实际值

定期比较：一般项目控制周期为一个月，对于重要项目，控制周期可

定为一旬或一周等

以里程碑事件的进度目标值或细化的进度目标值作为进度的计划值，则进度的实际值是相对于里程碑事件或再细化的分项工作的实际进度。

发现进度的偏差，采取措施纠偏

3. 必要时调整施工进度目标。

运用动态控制原理控制施工进度的步骤：

1. 成本目标逐层分解

2. 动态跟踪

收集施工成本的实际值

定期比较

：控制周期为一个月

相对于工程合同价而言，施工成本规划的成本值是实际值

3. 纠偏

运用动态控制原理控制施工进度的步骤同上。

精心收集

精心编辑

精致阅读

如需请下载！

演讲稿 工作总结 调研报告 讲话稿 事迹材料 心得体会 策

## 划方案

质量目标不仅是各分部分项工程的施工质量，还包括材料、半成品、成品和有关设备等的质量。

在施工开展前，首先分解质量目标。

2z101020 掌握施工企业项目经理的工作性质、任务和责任

2z101021 施工企业项目经理的工作性质

业项目经理资质核准，由注册建造师代替，并设立过渡期”。

过渡的时间定为 5 年。过渡期满后，大、中型工程项目施工的项目经

理必须由取得建造师注册证书的人员担任；取得建造师注册证书的人员是

否担任工程项目施工的项目经理，由企业决定。

项目经理岗位是保证工程项目建设质量、安全、工期的重要岗位。

项目经理是指受企业法定代表人委托对工程项目施工过程全面负责的项目管理者，是建筑施工企业法定代表人在工程项目上的代表人。

精心收集

精心编辑

精致阅读

如需请下载！

演讲稿 工作总结 调研报告 讲话稿 事迹材料 心得体会 策划方案

国际上项目经理的地位作用：

是项目管理班子的负责人（领导人）但不一定是法定代表人的代表人。他的任务仅限于支持项目管理工作，主要是项目目标的控制和组织协调。

2z101022 施工企业项目经理的任务

严格执行国家法律法规、合同条款等；

与本企业法定代表人签订项目承包合同，并在企业法定代表人授权范围内，行使

精心收集

精心编辑

精致阅读

如需请下载！

## 培训课教案篇五

一、为什么要对农村集体聚餐进行管理？

中国是个人情社会。儒家人情主义以血缘亲情为根基，并普遍适用于社会关系领域，而中国近2000年封闭的农耕经济为人情主义的生存发展提供了天然的土壤，不断积累沉淀，形成了独特的中国式人情文化。

随着我国经济发展和人民生活水平的提高，婚丧嫁娶、乔迁

祝寿、子女升学等红白喜事的人情往来越来越多，集体聚餐就是这种人情往来的一个重要表现形式。

城市里的聚餐因为上规模的餐饮单位自身管理较为规范，且各级食品药品监管频次较高，出现食品安全问题的概率较小。而农村的集体聚餐活动，大部分设在农民家中，卫生条件、设施设备较差，原料采购索证索票意识淡漠，厨师等人员食品安全意识淡薄，大量使用外购凉菜，存在较大的安全隐患。近年来由于农村集体聚餐引发的食物中毒事件时有发生，媒体多有报道，人民群众广泛关注。由于《食品安全法》及配套法规政策对农村集体聚餐活动食品安全缺乏具体规定，造成管理上的真空，因此有必要针对农村集体聚餐活动的食品安全进行专门的管理。

## 二、农村集体聚餐的定义

是指在家庭或非食品经营场所举办的一次就餐人数在50人以上，并主要由乡村厨师、流动餐车或举办者自行承担加工烹饪的婚丧嫁娶、乔迁祝寿、子女升学等农村集体聚餐活动。

## 三、农村集体聚餐要实行报告登记制度

对农村集体聚餐的监管主要体现在事前及全过程的检查指导，如果聚餐的主办者或者承办者不提前报告，我们的基层监管人员无法及时获知聚餐信息，不能及时进行监督检查，不能对农村集体聚餐进行有效监管。在登记报告时我们还要与聚餐举办者签订《农村集体聚餐食品安全承诺书》，提醒主办者相关注意事项，避免发生食品安全事件。

## 四、登记报告的程序

聚餐人数50人（含50人）以上的由举办者或承办者提前3天向本村食品安全协管员报告。报告内容包括举办人、承办者基本情况、聚餐时间、地点、人数和人员来源、场地卫生条件、

菜谱等。村食品安全协管员对信息进行登记后，与聚餐举办者签订《农村集体聚餐食品安全承诺书》，报告所在地食品药品监督管理所。

就餐人数在100人（含100人）以下的聚餐活动，由本村食品安全协管员进行现场指导；就餐人数在100人以上的由所在地食品药品监管部门派监督员进行现场指导。

现场指导人员应提前一天对聚餐活动所用食品原料的采购、储存、加工以及厨师健康状况、环境卫生、加工设施等进行现场检查，填写《农村集体聚餐现场检查指导意见书》，对存在的食品安全隐患提出整改意见。发现聚餐加工场所卫生条件较差或设施设备不能满足食品安全需要的，督促指导整改；严重不符合食品安全要求的，禁止举办集体聚餐活动。

## 五、对乡村厨师的要求

乡村厨师是具体操作者，他的自身健康关系着整个餐饮活动的安全。所以我们要求乡村厨师每年必须进行健康检查，取得健康合格证明后方可上岗。凡患有痢疾、伤寒、病毒性肝炎等消化道疾病，活动性肺结核、化脓性或者渗出性皮肤病以及其他有碍食品安全疾病的，不得承办农村集体聚餐。还应参加食品药品监督管理部门组织的培训，掌握相关食品安全要求和食品安全法律法规知识。在卫生方面，对乡村厨师和帮厨人员也有一些基本的要求，比如有发热、腹泻症状或患有化脓性、渗出性皮肤病、咽部炎症等有碍食品安全疾病的人员不得帮厨；操作时应穿戴整洁的工作衣帽，头发不外露，不留长指甲、不涂指甲油，不佩戴饰物；操作过程中应保持手部清洁，手部受到污染后应及时清洗；不得有面对食品打喷嚏、咳嗽及其他有碍食品安全的行为等，尽量消除食品安全隐患。

## 六、对环境和设施的要求

因农村集体聚餐是在家庭或非食品经营场所举办的，可能只是临时用于聚餐，这样我们就要对聚餐场所的环境和设施有一些基本的要求，以保证符合食品安全加工要求，比如农村集体聚餐活动举办场所应事先进行环境清扫，消除老鼠、蟑螂、蚊蝇及其孳生条件，保持环境整洁；储存食品的场所严禁存放有毒、有害物品等等。

七、要求从证照齐全的食品生产经营企业或市场采购食品 不仅要求从证照齐全的食品生产经营企业或市场采购食品，而且要求采购符合质量标准和安全要求的食品，并索取有效购货凭证。一是从证照齐全的食品生产经营企业或市场采购的食品质量相对比较有保证，二是万一出现食品安全事件，能够根据购货凭证进行有效追溯。可以使用自产食品，但自产食品应符合相应的食品安全要求。

## 八、关于食品留样和如何留样

留样是为了发生食品安全事件时能及时查明食物中毒原因，以便对症施治，同时追究责任。

留样食品应按品种分别盛放于清洗消毒后的密闭容器内，冷藏存放48小时以上，每个品种留样量不少于100克，并记录留样食品名称、留样量、留样时间、留样人员等。

使用非统一供应居民生活用水的，应对用水进行留样。

## 九、万一出现食物中毒情况，应该怎么办？

聚餐人员出现恶心、呕吐、腹痛、腹泻等食物中毒或疑似食物中毒症状，举办者或承办者应及时将患者送往就近的医疗机构进行就诊，并及时报告所在村食品安全协管员，同时向镇人民政府和镇食品药品监督管理所报告，必要时可越级报告。

# 食品安全知识讲解

## 食品安全常识

1、购买食物时，注意食品包装有无生产厂家、生产日期，是否过保质期，食品原料、营养成分是否标明，有无qs标识，不能购买三无产品。

2、打开食品包装，检查食品是否具有它应有的感官性状。不能食用腐败变质、油脂酸败、霉变、生虫、污秽不洁、混有异物或者其他感官性状异常的食品，若蛋白质类食品发粘，渍脂类食品有嚎味，碳水化合物有发酵的气味或饮料有异常沉淀物等等均不能食用。

3、不到无证摊贩处购买盒饭或食物，减少食物中毒的隐患。

4、注意个人卫生，饭前便后洗手，自己的餐具洗净消毒，不用不洁容器盛装食品，不乱扔垃圾防止蚊蝇孳生。

5、少吃油炸、油煎食品 什么是食品掺假、掺杂和伪造？

(1) “掺假”是指食品中添加了廉价或没有营养价值的物品，或从食品中抽去了有营养的物质或替换进次等物质，从而降低了质量，如蜂蜜中加入转化糖，巧克力饼干加入了色素，全脂奶粉中抽掉脂肪等。

(2) “掺杂”即在食品中加入一些杂物，如腐竹中加入硅酸钠或硼砂；辣椒粉中加入了红砖木等。

(3) “伪造”是指包装标识或产品说明与内容物不符。掺假、掺杂、伪造的食品，一般应由工商行政部门处理。对影响营养卫生的，应由卫生行政部门依法进行处理。

禁止生产经营的食品包括哪些种类？

(2) 含有毒、有害物质或者被有毒、有害物质污染，可能对人体健康有害的；

(3) 含有致病性寄生虫、微生物，或者微生物毒素含量超过国家限定标准的；

(6) 容器包装污秽不洁、严重破损或者运输工具不洁造成污染的；

(7) 掺假、掺杂、伪造、，影响营养、卫生的； 食品储存应注意哪些问题？应建立出入库制度,做到先进先出;各类食品分类存放,标志明显,防止交叉污染;做到离墙离地,做到“四防”：防霉或防腐、防鼠、防虫、防蝇。

如何清洗果蔬上的残留农药？

(1) 水洗浸泡法 (2) 清洗后碱水浸泡法 (3) 去皮法 (4) 储存法 (5) 加热法

如何采购食用油,应索取哪些证件? 采购食用油时,一定要采购标有“qs”标志的桶装食用油,若采购散装食用油,极易购买到泔水油及问题食用油,质量得不到保障。应索取的证件有:销售商的卫生许可证、工商营业执照、食用油的“质量检测报告”复印件。若不按要求对食用油进行采购和索证,一经油出了问题,找不到销售商,责任由自己全负。

哪些原因可导致食物中毒等食源性疾病发生?

(1) 冷藏方法不正确,如将煮熟的食品长时间存放于室温下冷却,把大块食物贮存于冰柜中,或冷藏温度不够。(2) 从烹调到食用间隔时间太长,使细菌有足够的繁殖时间。(3) 烹调或加热方法不正确,加热不彻底,食物中心温度低于70℃。(4) 由病原携带者或感染者加工食品。(5) 使用受污染的生食品或原辅料。(6) 生熟食品交叉污染。(7)

在室温条件下解冻食物。（8）厨房设备、餐具清洗、消毒方法不正确。（9）使用了来源不安全的食物。（10）加工制备后的食物受污染。

八种常见的饮食卫生误区如下：

- 1、好热闹喜聚餐非
- 2、用白纸包食物
- 3、用酒消毒碗筷
- 4、抹布清洗不及时
- 5、用卫生纸擦拭餐具
- 6、用毛巾擦干餐具或水果
- 7、将变质食物煮沸后再吃
- 8、把水果烂掉的部分剝掉再吃

## 培训课教案篇六

做好的年终的工作总结，对于一家企业的发展起着至关重要的作用，也是公司能否长久发展的关键，难么，今天小编就给大家整理了五篇优秀的企业工作总结，希望对大家的工作和学习有所帮助，欢迎阅读！

### 第一篇：企业工作总结

回顾这半年来的工作，我在公司领导及各位同事的支持与帮助下，严格要求自己，按照公司的要求，较好地完成了自己的本职工作，企业工作总结。通过半年来的学习与工作，工

作模式上有了新的突破，工作方式有了较大的改变，现将半年来的工作情况总结如下：

一、办公室的日常管理工作。办公室对我来说是一个全新的工作领域。作为办公室的负责人，自己清醒地认识到，办公室是总经理室直接领导下的综合管理机构，是承上启下、沟通内外、协调左右、联系四面八方的枢纽，推动各项工作朝着既定目标前进的中心。办公室的工作千头万绪，在文件起草、提供调研资料、数量都要为决策提供一些有益的资料，数据。有文书处理、档案管理、文件批转、会议安排、迎来送往及用车管理等。面对繁杂琐碎的大量事务性工作，自我强化工作意识，注意加快工作节奏，提高工作效率，冷静办理各项事务，力求周全、准确、适度，避免疏漏和差错，至今基本做到了事事有着落。

1、理顺关系，办理公司有关证件。公司成立伊始，各项工作几乎都是从头开始，需要办理相关的手续及证件。我利用自己在xx部门工作多年，部门熟、人际关系较融洽的优势，积极为公司办理各类证件。通过多方努力，我只用了月余时间，办好了xxx证书、项目立项手续xxxx产权证产等。充分发挥综合部门的协调作用。

2、及时了解xxxxx情况，为领导决策提供依据。作为xxxxx企业，土地交付是重中之重。由于xxx的拆迁和我公司开发进度有密切关联，为了早日取得土地，公司成立土地交付工作小组。我作小组成员之一，利用一切有利资源，采取有效措施，到xx□xx拆迁办等单位，积极和有关人员交流、沟通，及时将所了解的拆迁信息、工作进度、问题反馈到总经理室，公司领导在最短时间内掌握了xxxxxx及拆迁工作的进展，并在此基础上进一步安排交付工作。

3、积极响应公司号召，深入开展市场调研工作。根据公司(0x号办公会议精神要求，我针对目前xx房地产的发展情况

及房屋租售价格、市场需求、发展趋势等做了详细的市场调查。先后到土地、建设、房管部门详细了解近年房地产开发各项数据指标，走访了一些商业部门如xx□xx又到xx花园□xx花园□xx小区调查这些物业的租售情况。就x号地块区位优势提出“商业为主、住宅为辅、凸现区位、统筹兼顾”开发个人设想。

4、认真做好公司的文字工作。草拟综合性文件和报告等文字工作，负责办公会议的记录、整理和会议纪要提炼，并负责对会议有关决议的实施，工作总结《企业工作总结》。认真做好公司有关文件的收发、登记、分递、文印和督办工作；公司所有的文件、审批表、协议书整理归档入册，做好资料归档工作。配合领导在制订的各项规章制度基础上进一步补充、完善各项规章制度。及时传达贯彻公司有关会议、文件、批示精神。

5、落实公司人事、劳资管理工作。组织落实公司的劳动、人事、工资管理和员工的考勤控制监督工作，根据人事管理制度与聘用员工签订了劳动合同，按照有关规定，到劳动管理部门办好缴纳社保(养老保险、失业保险、医疗保险)的各项手续。体现公司的规范性，解决员工的后顾之忧。

6、切实抓好公司的福利、企业管理的日常工作。按照预算审批制度，组织落实公司办公设施、宿舍用品、劳保福利等商品的采购、调配和实物管理工作。办公室装修完毕后，在x月份按照审批权限完成了购置办公用品、通讯、复印机、电脑等设备的配置工作。切实做好公司通讯费、招待费、水电费、车辆使用及馈赠品登记手续，严格按照程序核定使用标准。

7、做好公司董事会及其他各种会议的后勤服务工作。董事会在xxxx召开期间，认真做好会场布置、食宿安排工作。落实好各种会议的会前准备、会议资料等工作。

二、加强自身学习，提高业务水平由于感到自己身上的担子

很重，而自己的学识、能力和阅历与其任职都有一定的距离，所以总不敢掉以轻心，总在学习，向书本学习、向周围的领导学习，向同事学习，这样下来感觉自己半年来还是有了一定的进步。经过不断学习、不断积累，已具备了办公室工作经验，能够比较从容地处理日常工作中出现的各类问题，在组织管理能力、综合分析能力、协调办事能力和文字言语表达能力等方面，经过半年的锻炼都有了很大的提高，保证了本岗位各项工作的正常运行，能够以正确的态度对待各项工作任务，热爱本职工作，认真努力贯彻到实际工作中去。积极提高自身各项业务素质，争取工作的主动性，具备较强的专业心，责任心，努力提高工作效率和工作质量。

三、存在的问题和今后努力方向半年来，本人能敬业爱岗、创造性地开展工作，取得了一些成绩，但也存在一些问题和不足，主要表现在：第一，办公室主任对我而言是一个新的岗位，许多工作我都是边干边摸索，以致工作起来不能游刃有余，工作效率有待进一步提高；第二，有些工作还不够过细，一些工作协调的不是十分到位；第三，自己的理论水平还不太适应公司工作的要求。在新的一年里，自己决心认真提高业务、工作水平，为公司经济跨越式发展，贡献自己应该贡献的力量。我想我应努力做到：第一，加强学习，拓宽知识面。努力学习房产专业知识和相关法律常识。加强对房地产发展脉络、走向的了解，加强周围环境、同行业发展的了解、学习，要对公司的统筹规划、当前情况做到心中有数；第二，本着实事求是的原则，做到上情下达、下情上报；真正做好领导的助手；第三，注重本部门的工作作风建设，加强管理，团结一致，勤奋工作，形成良好的部门工作氛围。不断改进办公室对其他部门的支持能力、服务水平。遵守公司内部规章制度，维护公司利益，积极为公司创造更高价值，力争取得更大的工作成绩。

## 第二篇：企业工作总结

### 一、全国烤漆、膜压销售业绩汇报

1. 全国全年目标32万平方，其中：华东区70000平方，华中区01400平方，西南区57000平方，东北区39000平方，华南区37000平方，西北区22014平方，华北区25000平方，外贸2014平方。

2. 实际完成上半年度共138503平方，去年完成105572，比去年同期增长31%(含工程)，不含工程完成121815，比去年同期增长20%，其中华东区上半年完成32014平方，累计完成42%，华中区上半年完成22803平方，累计完成率30.8%，西南区上半年完成20147平方，累计完成率40.0%，东北区上半年完成10358平方，累计完成率41.8%，华南区上半年完成12834平方，累计完成率34.8%，西北区上半年完成8953平方，累计完成率40.7%，华北区上半年完成0023平方，累计完成率20.5%。

## 二、业绩分析

排名前30名的客户销量为77000平方，占销售量50%，排名前50名的客户销量为90148平方，占销售量的05%。上半年度排名前二十名的客户有：成都德贝，\*\*澳都，沈阳格瑞澜，西安得宝，厦门金牌，太原奇美，合肥美佳，南京东方邦太，广州蓝谷，大连汇欣，余姚帅康，郑州意大利宝，长沙捷西，长沙巨迪，苏州摩登，合肥志邦，南通金美达，成都倍特，佛山尚朋堂，长春芳百。其中合肥志邦，成都倍特，佛山尚朋堂为上半年排进前20名的新客户。这说明一个方向，就是我们市场部的重点要把80%的精力花在20%的客户上，80%的订单量来自于20%的客户上。

## 三、下半年度完成目标的计划与措施

下半年最低目标还需完成18.15万平方的烤漆、膜压销售量，这对我们市场人员的推广能力，三四级市场深挖都是一个挑战，所以我们首先从市场推广的角度作如下措施：

3. 聚焦产品。重点推广我司四大系列产品，一二级市场产品

主要以明星型，利润型防御性产品为主，三四级市场产品主要以体验型，明星型产品为主，提升订单量。

4. 聚焦市场。继续巩固一二级市场客户的订单主导。大力发展三四级市场新客户的开发，采用遍地撒网式的搜集客户合作，然后再筛选，确定合作产品并市场保护。

5. 聚焦工程。重点搜集工程单来填充销售目标的达成。就目前工厂的实际产能，烤漆工程每月还可以增加1000平方，膜压还可以增加2014-3000平方。所以工程首先要确定好交货期，让工艺简单的先做，复杂的后做。

6. 聚焦服务。以客户的需求为导向，建立并完善营销部服务体系，后勤服务生产，生产服务销售，销售服务客户。

### 第三篇：企业工作总结

#### 一、201\*年各项工作完成情况总结

10. 其他：完成领导干部、员工乙肝疫苗体检及疫苗接种工作；

#### 二、存在问题分析

3、工程维修方面：涉及公司内部各部门办事流程长慢、维修进度慢、费用高；

#### 三、改进措施

3、工程维修方面：可以找外委单位承包，由我们自行主控。

### 第四篇：企业工作总结

在繁忙的工作中不知不觉又一个月过去了，回顾这一个月的工作历程，作为安都机电企业的每一名员工，我们深深感到

安都机电企业之蓬勃发展的热气，安都机电人之拼搏的精神。  
先对8月份工作总结如下：

## 1、工作业绩方面

这个月业绩不好，机床与配件销售量都没上。去主要原因是：

(1)自己工作没有做好，客户回访不太及时，对信息的管理不明确

(2)一些常买普通设备交货期太长，合同签订到货期又不能太短导致一些合同不能签

(3)客户群太小，能百分之百买设备找我的客户太少。这主要是没能取得客户的足够信任

(4)手里没有大客户，许多大客户都能够建立关系，在多次的回访后客户依然冷淡导致自己信心不足。但是我会一直坚持下去，在发掘大客户这块一定会下大力气。

## 2、资金回笼方面

由于自己的销售量不好，资金回笼方面没有大的拖欠。有一些配件款客户还没有付清，我会9月中旬把这些配件款交给公司。

## 3、工作态度方面

能较好的做的公司多规定的制度，态度端正。对自己所代表的公司形象有一个清楚的认识，凡事以大局为重。在工作能与同事齐心协力；在生活中能与同事打成一片。

## 4、客户管理方面

每天能及时将自己当天所跑的客户、得到的信息记录下来，

但是没有往奥丁软件里输，我会尽快买台电脑以免在这方面掉队。但是对客户的分类管理做的不好，对于一些客户的信息没有等级的分类安排。对即将过去的八月份我深感自责，为了把自己的业绩做上去，完成公司的业务量，体现自己的价值。所以对以后的工作做如下安排：

(1)加强与客户的沟通联系，多想办法，建立起良好的合作关系；

(5)积极参加与公司组织的各种活动。

我一定要加强自己的业务能力，提升自己的工作热忱，绝不掉队！希望我们的安都机电越来越强大！

## 第五篇：企业工作总结

又是一年辞旧迎新时，回首过去的一年，倍感时间的紧迫。在这匆匆忙忙，平平凡凡的一年中，我们大家一起勤勤奋奋，踏踏实实，平平安安地又度过了一年。我们一起经历了一段磨砺和考验。无论对公司的工作还是我们每个员工自身的成长来说，都是成长和壮大的一年。我们在安全生产，公司制度建设，员工培养等方面作出了可喜的成绩。首先我代表公司董事长及各位领导，向一年来辛苦工作的各位员工表示感谢。同时我也在此代表各位员工，向一年来带领全体员工一起为公司的发展，为了每个员工的平安幸福殚精竭虑的xxx表示衷心的感谢和诚挚的祝福。下面我代表公司就xxxx年的工作总结如下：

### 一、安全管理

第二是把确保安全生产当作首要和重点问题来抓，利用工地每周的生产例会，把安全意识时刻贯穿到每名职工的头脑之中，安全措施层层到位。生产安全方面，工地今年着重即时解决生产现场出现的安全隐患，要求值班员全程跟班生产，班前班中班后要随时检查和反映解决生产现场的安全隐患，并

做好详细记录，总体来看这项措施对工地的安全生产作用突出，效果良好。

第三是抓好工地的安全防火工作。这项工作同样是我们全年安全生产工作的重点，工地配备了消防灭火器材，由于责任到位，防范措施得当，全年未发生火险事故。

第四方面，交通安全是各项安全工作中的重中之重，在后勤车辆管理上，我们认真执行出车领导负责制，要求每名司机做到严格按照指令，严格控制外出用车，从管车、派车到驾车，严格遵守纪律。坚持外运车辆班前会制度，保证了全公司交通安全工作的安全局面。

第五方面，对发生的安全事故坚持事故分析会制度，坚持做到三不放过。通过事故分析会，员工安全防范意思大大增强。通过全公司的共同努力，去年在生产、服务等各岗位均未发生人身伤害事故，全年发生设备损伤事故一起，比往年生产事故率大大降低，员工安全生产意识得到了显著提高。二、生产任务完成情况：

全年完成的生产任务情况如下：

略....三、设备维护及管理

略.....四、组织管理及员工管理

在全年的生产工作中也暴露出了一些我们的不足和问题，存在的问题主要有以下几个方面：

2. 个别员工安全意识有待提高，存在不能接受别人的事故教训，不能很好地借鉴和接受以往的经验教训。

3. 各岗位工作程序的规范性不强，标准化程度不高。

4. 员工遵守规章制度的自觉性不够强，违反规定的现象时有发生；

以上几个方面都是需要我们在今后的工作中加以改进克服和提高的方面。各位员工，新的一年来到了，对我们来说成绩已经成为过去，我们必须面对新的机遇和挑战，我相信在xxx的带领下，在全体员工的团结努力下，我们一定能够抓住机遇，战胜困难，迎接挑战。我坚信我们的明天会更好！

## 培训课教案篇七

第一课时：

上课时长：一小时半至两小时 环境要求：室内课桌式教学

女士的化妆技巧及男士的服饰要求

接待宾客的礼仪（走廊，楼梯，电梯，客厅的引导方法）开关门的礼仪 手礼）

第二课时：

上课时长：一个半小时至两小时 环境要求：室内课桌式教学

十. 会议桌位及花卉摆放参考图片（宁卧庄政府会议实景照片）

第三课时：

3. 放置音乐的设备配合兰州

1、坐姿

2、走姿

3、站姿

4、蹲姿 主讲：

## 培训课教案篇八

核心提示：厨师培训学校，学厨师当然要找川菜厨师培训学校。选最好的川菜厨师培训学校，首选成都新东方烹饪学校。

成都新东方烹饪学校——中国川菜厨师培训第一品牌！成都新东方学校简介：

成都新东方烹饪学校是规模庞大、全国闻名的川厨人才培训基地，学校师资力量雄厚，拥有一支以素质高、技术强、教学精而著称的川菜高级烹调师、高级技师为骨干的专业教师队伍，教学质量始终如一，名列全国前茅。学校教学设施先进，自成立以来学校先后建立了宽敞明亮的实习大厅7间、演示大厅33间、切配大厅5间、标准化的理论教室66间、现代化的互动式模拟餐厅4间、电脑微机房、投影室等完善的基础硬件设施，增添了大型不锈钢炉灶具120台、切配台60台等一流的教学设施设备。随着国内、国际旅游餐饮业的繁荣，学校将加大资金投放、创新办学，使我们的硬件设施引领市场，不断提高教学质量，为社会培养更多的复合型厨师人才。

成都新东方烹饪学校

中国新东方烹饪教育始于1988年，隶属于全国著名的新华教育集团，是中国烹饪教育第一品牌、中国最大的专业烹饪教育机构。

二十多年来，新东方烹饪教育继承和发扬了博大精深的中华美食文化，融汇川、湘、粤、徽、鲁、苏、闽、浙等各大菜系的精髓，秉承“汇集天下名菜，培养厨师精英”的办学宗

旨，先后在北京、安徽、四川、广州、湖南、江西、江苏、云南、贵州、河南、山东、河北等省会城市建立了十余所烹饪教育院校，共为社会培养和输送了30多万名优秀的烹饪人才。

目前，新东方烹饪教育设有川菜金牌大厨精英、职业经理人、行政总厨、川式火锅、西餐、西点、中式面点师、川菜流行菜、川式冷菜卤烤、食品雕刻、花式调酒、考证辅导等五十多个专业，常年在校生达5万余人；并于2003年率先在北京成立了烹饪教育研究院，对中国各种经典菜系进行研发。

21世纪，厨师已经成为十大高薪职业之一。作为厨师人才的摇篮——新东方烹饪教育，将继续锐意进取、开拓创新，积极研究和打造特色的专业体系、先进的教育理念和完善的人才培养模式，为中国烹饪教育做出应有的贡献。

## 成都新东方烹饪学校专业设置

### 王牌专业

二年制川菜金牌大厨精英专业 两年制川菜大厨专业 特色专业

考证辅导班（初、中、高）职业经理人班 行政总厨班 成都新东方烹饪学校师资

成都新东方烹饪学校——中国川菜烹饪教育第一品牌，致力于烹饪教育二十余年，学校师资力量雄厚，拥有一支以素质高、技术强、教学精而著称的川菜高级烹调师、高级技师为骨干的专业教师队伍，他们曾经都是各大餐饮集团的厨师长和行政总厨技术精湛、学术造诣深厚。既有在同行中知名度很高的专家学者，又有一批奋发进取、厨界新秀的中青年教师，并都是参加国家级或省级烹饪大赛获奖者。

## 成都新东方硬件设施

成都新东方烹饪学校坐落在天府之国成都市，环境优美，设备一流，09年投资上千万元建成现代大学式校园（有配套洗漱间的标准化学生公寓、塑胶篮球场、乒乓球桌等），教学设施先进，按照五星级宾馆酒店厨房要求标准配置，不锈钢灶具120台，标准化理论教室33间，示范大厅33间，实习大厅7间，拥有高档宾馆酒店的模拟实习工厂4间，以及现代化的多媒体教室、机房等。是全国规模最大的烹饪技能教育院校。

新东方双流校区 实操演示大厅

塑胶篮球场

校园一瞥 不锈钢炉灶

新东方互动式模拟餐厅

学生寝室 学生食堂

成都方就业优势

2004年到2009年以来,我国的餐饮业发展非常迅速,餐饮业营业额连续5年实现两位数高速增长,预计未来餐饮业将保持17%以上速度发展,餐饮行业发展前景看好,可以说我国正迎来一个餐饮业大发展的时期,市场潜力巨大,前景非常广阔,长期发展趋势良好。

作为业界楷模,成都新东方烹饪学校的就业优势尤其明显;一方面学校狠抓综合素质的培养,把技能教育和素质教育有机结合起来,着力培养“有知识、有技能”的复合型人才;另一方面学校在成都、北京、上海、深圳、广州、南京、长沙、合肥、杭州、宁波、沈阳、昆明、贵阳、重庆、西安、武汉、

福州、郑州、济南、石家庄等三十多所城市设有就业办事处，就业网络庞大，为毕业生提供了优质可靠的就业服务。学员就业层次高、待遇好。我校两年制优秀毕业生月薪2000元左右，优秀毕业学员年薪几十万的都有，例如两年制专业的汤艳军现任印度尼西亚中餐部行政总厨，年薪24万；两年制专业的李建现任深圳毛家饭店行政总厨，年薪100万。新东方学子扎实的技能和工作能力受到用人单位的高度赞赏。

全国就业网络

## 培训课教案篇九

周河九年制学校

周河九年制学校厨师培训手册

第一章 厨师从业人员的基本要求

第一节

厨师从业人员的职业道德和个人修养

一、厨师职业道德

职业道德是职业人员从事职业活动必须遵守的职业规范，又是本行业对社会应该承担的基本责任和义务。

二、厨师个人修养

不骄不傲，要善于取他人之长，补己之短。此外，还应该爱岗敬业，刻苦钻研，不断的交流，养成天天求进步的好习惯。

三、养成良好的心理素质

厨师不良情绪的形成通常由两种因素：（1）来自司厨者本身的因素。

（2）来自外界的因素。

## 第二节

### 厨师从业人员的个人卫生与自律

#### 一、个人卫生

1. 要经常保持双手的清洁。

2. 不随便乱扔乱丢杂物、垃圾，用完工具、空袋等要及时清理。 3. 不得在作业时间抽烟，不随地吐痰、对着食品咳嗽、打喷嚏。 4. 不要在操作间及其周围吃饭，不要随便将案板当凳子坐。 5. 工作时不带戒子等珠宝首饰物，不涂指甲油，不把私人物品带入操作场所。

6. 要勤洗澡、勤换内衣、勤理发、勤剪指甲和刮胡子。 7. 在烹调操作时，不搔头抓耳。

8. 饮食从业人员上岗前，必须经过严格的身体检查，身体健康的才能上岗工作。

9. 要按时接受健康检查，按时接受预防疫苗注射。

#### 二、卫生意识

食品卫生不仅影响食用者的身体健康，也关系到餐饮企业的声

誉和经济效益，甚至影响到厨师个人的前途。

## 第三节 严格执行食品

## 卫生“五四制”

4. 不用手拿食品，不用废纸、污物包装食品；

二、成品（食物）存放实行“四隔离”： 1. 生与熟隔离；  
2. 成品与半成品隔离； 3. 食品与杂物、药物隔离； 4. 食品与私人用品隔离。

三、用（食）具实行“四过关”：

1. 洗；

2. 刷； 3. 冲；

4. 消毒； 。

四、环境卫生采用“四定”办法 1. 定人； 2. 定物； 3. 定时间； 4. 定质量；

五、个人卫生做到“四勤” 1. 勤洗手、剪指甲； 2. 勤洗澡、理发； 3. 勤洗衣服、被褥； 4. 勤换工作服。

## 第四节

### 健康 状况4

二、保证餐饮卫生的基本原则 1. 关键控制原则：餐饮业卫生要求很多，必须狠抓关键控制环节的卫生要求，要在“洗消、温度、时间”6个字上下工夫。2. 食品的加工量与加工条件相吻合原则：食品加工量超过加工设备的承受能力时，难以做到按卫生要求加工，极易造成食品污染，引起食物中毒。

三、着装卫生要求

四、成为优秀厨师应急备的资质

## 第二章

### 烹饪营养与

### 卫生知识

#### 第一节 营养与健康的关系

##### 一、营养及营养价值

脂肪是供给热能的重要来源，在人体内起保护内脏器官，防止体温过分散失，并有润滑皮肤、促进脂溶性维生素的吸收等作用。食物中的动物油、肥肉、奶油等是动物性脂肪的主要来源，花生油、豆油、菜籽油和芝麻油等则是植物性脂肪的主要来源。缺少脂肪时，容易患脂溶性维生素缺乏症。

### 3. 碳水化合物（糖）

（1）钙：钙是构成骨骼和牙齿的主要原料，也是促成血液凝固和继持其他正常生理机能的主要物质之一。食物中的海产品类含钙最丰富，如虾皮、海带、紫菜等。豆类中以黄豆和豆制品含钙量最多。绿叶蔬菜中以菠菜、芹菜、油菜、雪里蕻等含钙量较多。幼儿缺钙，发育迟缓，以致形成佝偻病（俗称罗圈腿、鸡胸）；孕妇缺钙容易的骨质软化症，还可能使胎儿形成先天的软骨症或是生下来就变成畸形。

（2）铁：铁是构成红血球的主要成分，食物中，以动物的肝脏、瘦肉、血液及谷类、豆类、海带、黑木耳、芝麻酱、绿叶蔬菜等，含铁量最丰富。缺少铁容易得贫血病。

碘，易得甲状腺肿大症，俗称“大脖子”。

##### 5. 维生素

（1）维生素a□它可促进体内组织蛋白质的合成，加速和长发

育。

还能参与眼球内视紫质的合成或再生，维持正常视觉。

(2) 维生素b<sub>1</sub>它可分为b

1<sub>1</sub>b

2<sub>1</sub>b

6<sub>1</sub>b

1、能预防治疗脚气病，增进食欲，帮助消化和促进碳水化合物的代谢<sub>1</sub>b<sub>2</sub>用来维持肌体健康，促进生长发育。

(3) 维生素c<sub>1</sub>能促进肌体新陈代谢，增加对疾病的抵抗力，具

有解毒作用。

6. 水

水是维持人体正常生理活动的重要营养物质之一，是运输营养物质和废物的工具。

二、食物的消化和吸收：消化道各部位的消化功能 1. 消化道的运动

消化道有许多腺体，他们具有分泌功能。这些腺体或存在于粘膜中，或为独立存在的器官（唾液腺、肝、胰腺）。这些腺体的分泌液含有许多消化酶。覆盖于整个消化道的粘液具有润滑作用，可保护消化道免受食物的机械损伤。

第二节 不同年龄人群的营养需求

## 一、幼儿期营养需求

幼儿期一般指的是学龄前的儿童，这是关系人的一身智力和体格发育好坏的关键生理时期。在这过程中，他们的升高体重增加、器官分化、机能逐渐成熟，身体的量变和质变同时进行。

根据幼儿特点，要合理规划，重点补充热量、蛋白质、脂肪、钙、锌和维生素a

## 二、儿童、青少年期营养需求

儿童（6、7岁~

11、12岁）和青少年（

11、12岁~

18、19岁）是两个年龄组。这是其包括了青春发育阶段。此期是由儿童发育至成人的过渡时期，也可称为是性成熟阶段。在形态、生理、生化、内分泌以及行为等方面都发生着急骤的变化，是人一生中生长发育最重要的阶段。

## 三、更年期营养需求

更年期是人类由壮年向老年过度的一个必经阶段，此期是一个复杂的内分泌变化过程，机体处于神经内分泌系统的调节和适应阶段。女性更年期一般在45~55岁之间，更年过程为2~3年。男性更年期一般在55~65岁之间，更年过程较长。由于女性更年过程短促，故受性腺功能变化而引起的代谢变化较为明显。

## 第三节 合理营养与烹调

一、合理营养的原则 1. 因人制宜选用食物营养

二、烹调与营养素的关系 1. 烹调对食物消化吸收的影响；  
2. 烹调对营养素的影响；

3. 烹调加工过程中可能产生的有害因素；

烹调方法造成的营养损失有三种情况：

(1) 煮、蒸、氽、烫、涮等烹调方法属于以水、以水蒸气为传热导体的湿热法；

(2) 烤、烙、熏等烹制方法均属干热法； (3) 炒、煎、炸，均属油热法；

6. 正确使用烹调方法；

五、烹调卫生

选料要新鲜，严禁在操作时吸烟，锅上的水蒸气妨碍了视线，要用手把蒸汽扇开，不要用口去吹，以免唾液溅到锅里去。做好的制品，应当避免手指和制品接触。生制品和熟制品，应当严格分开，避免互相接触。

六、制品保存 1. 高温： (1) 煮沸；

(2) 蒸；

2. 冷藏：制品一般可以放在冰箱或冰柜里暂时保存。

七、餐具消毒

第四节

二、食物中毒的预防措施 1. 细菌性食物中毒的预防 (1) 沙

门菌食物中毒：

食物中毒及预防

预防沙门菌食物中毒的方法是不买病畜禽肉（一般将肉加热到内部温度达80度时，即可杀死沙门菌），不吃变质的臭（坏）蛋或散蛋黄；（2）嗜盐菌食物中毒：

嗜盐菌食物中毒的主要症状为呕吐、腹痛、腹泻、水样便，部分病人发冷、发热，重者出现脱水、血压下降等症状；（3）葡萄球菌食物中毒：

吃了被葡萄球菌肠毒素污染的食物后，就会发生恶心、剧烈呕吐、腹痛、腹泻等现象，严重影响身体健康；（4）柔霉毒素中毒：

植物性食物中毒可采取以下预防措施：（1）厨房只可食用以证明无毒的植物性原料；

（2）白果（银杏仁）要加热成熟，不可多食，更不可生食；

（3）马铃薯发芽发青部位有龙葵素毒素，加工时应将其去除干净；（4）苦杏仁、黑斑甘薯、鲜黄花菜及未腌透的咸菜不能使用；（5）扁豆、四季豆等，要彻底加热食用； 3. 动物性食物中毒的预防 可采用以下预防措施：

（1）死甲鱼、死贝类海产品不能食；（2）河豚鱼有毒，不能食用；