



## Exploração de profissões

### Exemplo de Profissão: Cozinheiro

#### 1. PERCURSO ACADÉMICO

#### Área de Formação - **Técnico de Restauração (Cozinha / Pastelaria)**

Após a conclusão do 3º ciclo, prosseguir estudos num **Curso Profissional**.

Os cursos profissionais funcionam nas Escolas Secundárias e nas Escolas Profissionais, sendo possível aceder a estes apenas após a conclusão do **9º ano** de escolaridade.

Têm uma duração de 3 anos e permitem a obtenção de Diploma de conclusão do ensino secundário e Diploma de qualificação profissional de nível IV.

Estes cursos facilitam o **ingresso no mundo do trabalho**.

#### Componentes de Formação

- **Sociocultural** (com disciplinas comuns a todos os cursos – Português, Língua Estrangeira – I ou II, Área de Integração, Tecnologias de Informação e Comunicação (TIC) e Educação Física).
- **Científica** (com disciplinas variáveis consoante o curso) - disciplinas neste curso: Economia, Matemática e Psicologia.
- **Técnica** (com disciplinas variáveis consoante o curso, mas com a componente de Formação em Contexto de Trabalho comum a todos os cursos) - disciplinas neste curso: Comunicar em Francês, Serviços Específicos (Cozinha / Pastelaria), Tecnologia Alimentar, Formação em Contexto de Trabalho e Gestão e Controlo.

#### Avaliação

- Modular;
- Estágio;
- Prova de Aptidão Profissional (PAP): projeto que demonstrará as competências e saberes que desenvolveram ao longo da formação.

Apenas realizarão exames os alunos que, após a conclusão do curso profissional, pretendam ingressar diretamente numa licenciatura (Decreto-Lei nº 139/2012 de 5 Julho – Artigo 29º, ponto 4):



- Exame Nacional à disciplina de Português da componente de formação geral dos cursos científico-humanísticos;
- Exame Nacional a uma disciplina trienal da componente de formação específica (Matemática A / História A / Desenho A), escolhida de entre as que compõem os planos de estudos dos vários cursos científico-humanísticos.
- Exame Nacional a uma disciplina bienal da componente de formação específica, escolhida de entre as que compõem os planos de estudos dos vários cursos científico-humanísticos.

Caso não sejam realizados os exames nacionais de 12º ano, não é possível ingressar diretamente numa licenciatura, mas sim num **Curso Técnico Superior Profissional “CTeSP”** que permite obter Diploma de qualificação profissional de nível V e que, posteriormente, permite o acesso a uma licenciatura.

## 2. DESCRIÇÃO DA PROFISSÃO

### ***Técnico de Restauração (Cozinha / Pastelaria)***

O Técnico de Cozinha-Pastelaria é o profissional que, no domínio das normas de higiene e segurança alimentar, planifica e dirige os trabalhos de cozinha, colabora na estruturação de ementas, bem como prepara e confeciona refeições num enquadramento de especialidade, nomeadamente gastronomia regional portuguesa e internacional.

#### **O que faz?**

Planeia e prepara o serviço de cozinha de forma a possibilitar a confeção das refeições necessárias; Confeciona entradas, sopas, saladas, pratos de carne, de peixe, de marisco e de legumes, sobremesas e produtos de pastelaria; Prepara massas, cremes e recheios de pastelaria; Articula com o serviço de restaurante, com o objetivo de satisfazer os pedidos de refeições e colaborar em serviços especiais; Colabora na elaboração de cartas e ementas.

#### **Onde pode trabalhar?**

Em restaurantes e pastelarias, empresas de catering, restauração hospitalar e unidades hoteleiras.



### 3. REFLEXÃO

PROFISSÃO	ASPETOS POSITIVOS	ASPETOS NEGATIVOS	OPINIÃO
<b>Cozinheiro</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Poder cozinhar o dia inteiro, tal como adoro;</li><li>- Poder usar a minha criatividade na confeção dos pratos;</li><li>- Poder aprender e aprofundar conhecimentos acerca de novas receitas e ingredientes.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Ter que ter em consideração as características e pedidos dos clientes;</li><li>- Ter que lidar com a pressão do tempo para a confeção dos pratos.</li></ul>	<b>3</b>

Para dares a tua opinião escreve: **1 – Não gosto**

**2 – É indiferente**

**3 - Gosto**

### BIBLIOGRAFIA

<http://www.sefo.pt>

<http://geral.penafirme.edu.pt/>

<http://esbom-m.ccems.pt/>

<http://www.ipleiria.pt/cursos/course/type/tesp/>

<https://escolas.turismodeportugal.pt/escola/oeste/>

<http://www.ephtl.edu.pt/>