IES Las Salinas del Mar Menor

Código de centro: 30012896

LA MANGA DEL MAR MENOR - CARTAGENA

ANEXO XIII

Proyecto RMurcia SKILLS

2026-2027

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN 1
2. JUSTIFICACIÓN 1
3. OBJETIVOS 1
4. CONTENIDOS Y ACTIVIDADES 2
   4.1 Actuaciones 2
   4.2 Actividades 2
5. TEMPORALIZACIÓN 3
6. COORDINACIÓN Y RESPONSABLES 3
7. EVALUACIÓN Y SEGUIMIENTO 3

1. INTRODUCCIÓN

El presente anexo recoge la planificación, organización y diseño pedagógico del proyecto de preparación para el **Campeonato RMurciaSKILL Cocina 2027**, en el marco del compromiso del IES Las Salinas del Mar Menor con la excelencia académica y profesional en la Formación Profesional.

Mediante este plan, el tutor del Skill guiará a un alumno seleccionado del Ciclo Formativo de Técnico en Cocina y Gastronomía en un entrenamiento intensivo orientado a la competición regional que se celebrará en la localidad de Lorca los días 3 y 4. El proyecto integra el aprendizaje y perfeccionamiento de técnicas culinarias avanzadas, la gestión de la exigencia operativa, el control emocional y la resolución de frustraciones en entornos de alta presión.

2. JUSTIFICACIÓN

- **Necesidades detectadas:** La participación en campeonatos de FP (Skills) requiere un nivel de destreza técnica, rapidez, orden y control del estrés que supera los mínimos estandarizados del aula ordinaria. Se hace necesario un programa de mentoría y entrenamiento individualizado que profundice en el dominio técnico y el fortalecimiento psicológico/emocional del competidor.
- **Relación con el PEC y la PGA:** Se alinea con los objetivos de calidad, excelencia formativa, innovación y fomento de la empleabilidad del Proyecto Educativo de Centro (PEC) y la Programación General Anual (PGA) del IES Las Salinas del Mar Menor.
- Marco Legal y Normativo de referencia:
  - **Estatal:** *Ley Orgánica 2/2006 (LOE) modificada por la LOMLOE 3/2020; Ley Orgánica 3/2022 de ordenación e integración de la Formación Profesional; Real Decreto 659/2023; Real Decreto 1396/2007 (modificado por el RD 499/2024)*.
  - **Autonómico:** *Decreto 13/2026, de 5 de marzo; Orden de 28 de julio de 2026 de evaluación; Resolución de 4 de agosto de 2026 de organización del curso 2026-2027; y la Orden de 25 de septiembre de 2026 sobre currículos de FP en la Región de Murcia.*
  - **Sectorial:** *Reglamento (CE) n.º 852/2004 y RD 1021/2022 de higiene alimentaria (APPCC); Ley 31/1995 de Prevención de Riesgos Laborales.*

3. OBJETIVOS

Objetivos Generales

1. **Fomentar la excelencia** en el rendimiento técnico y actitudinal del alumnado participante en competiciones de Formación Profesional.
2. **Desarrollar competencias profesionales** transversales vinculadas al alto rendimiento.
3. **Promover la visibilidad de las enseñanzas** de Hostelería y Turismo del IES Las Salinas del Mar Menor en la Región de Murcia.

Objetivos Específicos

1. **Domina y perfecciona técnicas** de cocina básicas y avanzadas (cortes de precisión, deshuesado, fileteado, cocciones al vacío, emulsiones y emplatados de vanguardia).
2. **Optimizar el tiempo** de ejecución (*mise en place* y servicio) bajo los estándares formales de cata y valoración de los Skills.
3. **Desarrollar estrategias** de afrontamiento y resiliencia para gestionar la frustración, improvisar ante imprevistos y trabajar bajo presión constante.
4. **Aplicar de forma rigurosa la normativa** de higiene (APPCC), seguridad alimentaria y prevención de riesgos laborales durante todo el proceso de elaboración.

4. CONTENIDOS Y ACTIVIDADES

4.1 Actuaciones

Las actuaciones planificadas se estructuran en tres bloques formativos:

- **Bloque I: Perfeccionamiento Técnico Culinario:**
  - Tratamiento avanzado de materias primas (carnes, pescados, mariscos y vegetales).
  - Técnicas de conservación, envasado al vacío, abatimiento y cocción a baja temperatura.
  - Diseño y arquitectura del plato, técnicas modernas de emplatado, texturizantes y combinaciones organolépticas.
- **Bloque II: Gestión Operativa y Tiempos (*Mise en Place*):**
  - Planificación de diagramas de trabajo y escalado de tareas cronometradas.
  - Control del desperdicio (Zero Waste) y rendimiento útil de ingredientes.
- **Bloque III: Entrenamiento Emocional y Autocontrol:**
  - Dinámicas de simulación de situaciones desfavorables o fallos técnicos para entrenar la capacidad de reacción.
  - Autoevaluación del error y técnicas de gestión del estrés en directo.

4.2 Actividades

1. **Talleres intensivos de destreza técnica:** Sesiones prácticas en el aula-taller del centro centradas en el perfeccionamiento de cortes, despieces y elaboraciones de alta complejidad.
2. **Simulacros cronometrados ("Mochila de examen"):** Ensayos reales donde el alumno debe realizar la prueba completa asignada en la caja negra/mystery box dentro del tiempo límite establecido para el campeonato.
3. **Talleres de gestión emocional y comunicación:** Sesiones de retroalimentación (*feedback*) tras las pruebas simuladas para evaluar la tolerancia a la frustración y la toma de decisiones críticas.

5. TEMPORALIZACIÓN

Asistencia y competición en la sede del campeonato en Lorca durante los siguientes días:

- **2 de marzo** - Conocer el espacio y entorno de trabajo-
- **3 y 4 de marzo** –Días de competición-

6. COORDINACIÓN Y RESPONSABLES

- **Tutor:** Francisco Teruel Ballesta, responsable de la formación de prácticas de cocina.
- **Coordinador:** María López Giralda: responsable de la formación de prácticas de pastelería.
- **Equipo implicado: Departamento de cocina**

7. EVALUACIÓN Y SEGUIMIENTO

Indicadores de éxito

- **Grado de ejecución técnica:** Cumplimiento de las fichas técnicas e idoneidad organoléptica de las elaboraciones realizas.
- **Gestión del tiempo:** Finalización de los platos dentro de los tiempos estipulados en las bases de la competición.
- **Control de riesgos e higiene:** Puntuación impecable en aplicación de normas APPCC, orden y uso de EPIs.
- **Nivel de autocontrol emocional:** Indicador cualitativo sobre la capacidad del alumno para corregir desviaciones durante las simulaciones sin bloqueo ni frustración incapacitante.

Procedimientos de seguimiento

- **Diario de entrenamiento:** Registro de tiempos, mermas y áreas de mejora tras cada sesión práctica.
- **Rúbricas de corrección del Skill:** Evaluación mediante las mismas plantillas de puntuación que utilizará el jurado del campeonato en Lorca.
- **Reuniones de feedback tutor-alumno:** Análisis constructivo al término de cada ensayo para afianzar puntos fuertes y corregir deficiencias.
- **Memoria final:** Redacción de un informe de valoración tras la celebración del campeonato en Lorca para documentar el aprendizaje e incorporarlo a futuras ediciones.