

2021 年沈阳都市圈职业院校技能大(中职学生组)

“中餐热菜”赛项规程

一、赛项名称

赛项编号：ZZXS-2130

赛项名称：中餐热菜

赛项组别：中职学生组

赛项归属：现代服务业

二、竞赛目的

本次大赛根据国家大力倡导爱惜粮食、节约粮食、保障粮食安全的大政方针而针对性组织。结合后疫情阶段餐饮业市场呈现的突出特点，倡导中等职业学校烹饪相关专业紧跟国家改革发展趋势，弘扬辽菜文化及新时期工匠精神，紧贴旅游服务类产业人才发展需要，以行业及市场需求为导向、职业技能为核心，引导中等职业院校的专业建设与课程改革，切实提高新时代餐饮烹饪行业中职人才质量的提升。

三、竞赛内容

中餐热菜赛项

（一）竞赛分为理论和实际操作考试两部分，其中理论考试占总成绩 20%，实际操作占总成绩 80%。

（二）赛项内容：本赛项分为规定菜品与规定主料菜品两部分组

成。规定菜品为根据现场提供指定原料制作锅包肉和鱼香肉丝两道菜品。规定主料菜品为根据现场提供主料任意制作一款菜肴，烹调方法与菜式不限。

（三）竞赛时间：90 分钟。规定菜品与规定主料菜品分别计时，规定菜品 40 分钟；规定主料菜品 50 分钟。

四、竞赛方式

（一）竞赛以个人赛方式进行

本赛项为个人赛。每单位每赛项限报 5 人，报名方式严格按照《2021 年沈阳职业院校技能大赛参赛报名办法》和大赛办相关通知执行。

（二）竞赛组织机构

大赛组委会，下设仲裁委员会、评判委员会和大赛办公室等机构。评判裁判组由有关烹饪专业行业大师专家组成，根据比赛人员情况建议由 5-7 人组成，设裁判长 1 名。

（三）抽签办法

1. 考务组统一安排时间、地点抽取场次、工位号。各代表队领队提前组织好学生进入抽签现场，由选手自己抽取场次、工位号。抽签时选手要携带身份证和参赛证。

2. 选手抽签结果，经工作人员确认后，将工位号填写在登记表上，并核对选手其他信息后在登记表上签字。选手要妥善保存好抽取的工位号，以备检查。

3. 为给选手创造良好的比赛环境，比赛进行时不安排现场观摩。

五、竞赛流程

（一）竞赛时间：90 分钟（2021 年 月 日 9:00—10:30）

（二）竞赛地点：

竞赛流程地点如下：

时间	内容	地点
7:30-8:00	各参赛选手报到	
8:00-8:30	参赛选手检录	
8:30-8:50	实操备考	
9:00-10:30	实操竞赛	
11:30-12:30	午餐	
11:00-11:40	菜品展示	
13:00-13:30	成绩发布	

六、竞赛赛卷

比赛时间共计 90 分钟，满分 100 分。规定菜品及规定主料菜分别计时，其中每道规定菜品各占总分 30%；规定主料菜占总分 40%。

（一）赛项内容：

1. 规定菜品：本赛项为根据现场提供指定原料制作锅包肉和鱼香肉丝两道菜品。现场为每名参赛选手提供如下原料：外脊肉（700 克左

右)、水发冬笋 50 克、水发木耳 30 克、胡萝卜 50 克、青椒 50 克、鸡蛋 1 只、葱姜蒜及香菜适量。菜品均使用现场提供指定餐具盛装。

2. 规定主料菜品：规定原料菜品为根据现场提供指定主料任意制作一款菜肴，烹调方法与菜式不限。现场为每名参赛选手提供鲤鱼一尾（800 克左右）其余辅料、特殊调味品及餐具自备。

（二）作品应表现刀工技术和烹调技巧，色、香、味、形、质、养俱佳，以味、质为主。

（三）必须用现场提供规定原料加工成菜，规定菜品不可另外自备主配料，违反规定者，将酌情扣分直至取消参赛资格。

（四）菜品一律不得使用美化菜肴用的饰物，违反规定者取消参赛资格。

（五）菜品限作一次，送评的主菜保证成菜数量及质量，位菜需制作六份，其中两份供评委品尝；如整条（个）制作则不需品尝碟。

（六）赛场提供基本用具（炒勺、手勺、漏勺、油桶），常用调料（盐、鸡精、料酒、白醋、老抽酱油、生抽酱油、白糖、郫县豆瓣酱、色拉油、淀粉、葱姜蒜香菜等），除此以外的特殊工具、特殊调味料均由参赛者自备。自备使用的特殊用具、盛器餐具等不得带任何标识，由参赛者在盘底作记号，以便赛后认领。

七、竞赛规则

（一）参赛选手应严格遵守赛场纪律，服从指挥，仪表端庄，讲文

明礼貌。各队之间应讲团结、友好、协作，避免各种矛盾发生。所有参赛人员服装自备，包括帽子、上衣、围裙、三角巾。选手需按要求佩戴参赛证。

（二）参赛选手提前 30 分钟到达检录处参加检录。比赛过程中，应严格遵守赛场纪律，服从大赛裁判长及评审小组组长的管理。比赛结束后，经评审小组组长确认后带好自己的工具，迅速撤离赛场。

（三）本次大赛将严格进行赛前检录，选手经检录后进入比赛场地指定区域，检录后不得擅自出入。

（四）比赛期间，除大赛办成员、裁判组成员、赛场允许的工作人员外，其余人员（包括各参赛队的领队、指导老师、随从人员和非允许工作人员等）一律不得进入赛场。

（五）新闻媒体等进入赛场必须经过大赛办允许，由专人陪同并且听从现场工作人员的安排和管理，不能影响比赛进行。

（六）选手到达比赛场地后应认真检查设备设施等用具，整个操作过程中须保持环境整洁，废弃物倒入指定垃圾桶，但不需要自行清理出比赛场地。

（七）参赛选手须服从现场裁判指挥。如有问题，应由指导教师在当天向大赛办提出陈述。选手不得与大赛工作人员直接交涉。

（八）大赛办将对选手资格进行严格认证。比赛严禁冒名顶替，弄虚作假。

（九）大赛提供各类基本设备，包括炉灶、冰箱、蒸箱、烤箱、工作台等，特殊设备需经提前申请，批准后方可带入。

八、竞赛环境

（一）竞赛环境安静、整洁，需设立紧急疏散通道及卫生服务站。

（二）各分项比赛场地均可同时容纳 20 人进行比赛，设备设施满足各项比赛要求。

（三）大赛要求设立独立的评分室，满足裁判员的打分需求。

（四）大赛根据需要设立展示区供参赛单位及选手交流。

九、技术规范

（一）操作过程

1. 操作流程（40 分）：技法得当，动作娴熟，流程合理，操作安全与规范。

2. 原料加工（20 分）：用料符合要求，操作熟练，加工规范。

3. 卫生安全（20 分）：操作区域整洁干净，注重卫生，废弃物处理得当，原料及作品保存合理。

4. 物尽其用（20 分）：用料合理、投料准确，注重节约。

（二）作品质量

1. 口味与质感（40 分）：调味得当，口味纯正，主味突出，无异味，质感符合应有要求，体现地方特色。

2. 工艺与火候（20 分）：成熟恰当，火候适宜，主辅料配比合理，

特点鲜明，区域技法明显。

3. 创意与实用（20分）：创意突出，设计合理，注重营养卫生，适合推广。

4. 形态与色泽（20分）：造型美观，色彩自然。

十、技术平台

现场提供满足省市级别大赛标准的场地及同时 20 个工位实操比赛，并配备专业灶具、工作台等专业设备设施。

中餐热菜赛项

序号	主要设备名称	数量（台）
1	双层工作台	12
2	双眼水槽	4
3	双头单尾燃气灶	20
4	四门冰柜	4
5	大勺及手勺	20

十一、成绩评定

（一）评判规则

依据技术规范，作品成绩分别由前场评分（操作过程评判）（20%）与后场评分（作品质量评判）（80%）组成，满分为 100 分。其中，前场评分由现场评委对每位选手现场操作表现进行评判；后场评分由评委对每位选手成品质量分别进行评判、各自打分。取平均分保留小数点后两

位。

（二）评分标准

1. 前场评分。按照操作流程（40分）、原料加工（20分）、卫生安全（20分）、物尽其用（20分）等方面进行评分。满分为100分。

①操作流程（40分，扣分幅度1-12分）：加工流程不合理扣1-4分；刀功不熟练扣1-4分；原料使用不合理扣1-4分。

②原料加工（20分，扣分幅度1-8分）：烹调流程不合理扣1-2分；勺功不熟练扣1-2分；烹调技法使用不当扣1-4分。

③安全卫生（20分，扣分幅度1-8分）：原料存放不合理扣1-2分；操作现场不整洁扣1-2分；餐、炊、用具不清洁扣1-2分；个人卫生不符合要求扣1-2分。

④物尽其用（20分，扣分幅度1-10分）：原料未用全扣1-5分；加工过程浪费较大扣1-5分。

2. 后场评分，按照口味与质感（40分）、工艺与火候（20分）、创意与实用（20分）、形态与色泽（20分）等方面进行评分。满分为100分。

①按照口味与质感（40分，扣分幅度1-20分）：口味不正扣1-10分；质感不准确扣1-10分。

②工艺与火候（20分，扣分幅度1-12分）：加工工艺不当扣1-6分；火候使用不合理扣1-6分。

③创意与实用（20分，扣分幅度1-12分）：创意不佳扣1-6分；无实用性扣1-6分。

④形态与色泽（20分，扣分幅度1-12分）：造型欠佳扣1-6分；色泽不佳扣1-6分，搭配不当扣1-4分。

3. 其他事项说明

①迟到15分钟者禁止入场，均作为自动放弃比赛处理。

②赛项扣分总数不超过该项目扣分幅度。

③实践操作超时均在该赛项的前场评分中作扣分处理，扣分标准：超时5分钟内扣1分，之后每超时1分钟扣1分。

（三）成绩计算

1. 采用操作过程评判与作品质量评判相结合。其中，操作过程由前场裁判员对每位选手的整体现场表现进行评判、各自打分，满分为100分。作品质量由后场裁判员对每位选手的作品分别进行评判、各自打分，满分分别为100分。在核定分数时取平均分计算。

2. 作品成绩分别由前场评分（操作过程评判）（20%）与后场评分（作品质量评判）（80%）组成，满分为100分。其中作品质量成绩由规定作品（60%）、规定主料作品（40%）组成。

3. 成绩审核方法：各项作品打分均由裁判员签字，现场工作人员对裁判员的成绩进行核对无误后送至统分室进行成绩录入。成绩录入完毕后，工作人员交换岗位进行核对，无误后按照各项成绩所占比例统计选

手最终成绩，并排名，打印完毕交至裁判长审核签字。

(四) 赛项打分单

1. 前场打分单

前 场 打 分 单	菜品名称:		
	工位号:		
	评分标准		得分
	操作流程 (40 分)	技法得当，动作娴熟，流程合理，投料准确， 操作安全与规范。	
	原料加工 (20 分)	用料符合要求，操作熟练，加工规范，原料利 用率高。	
	安全卫生 (20 分)	操作区域整洁干净，注重卫生，废弃物处理得 当，原料及作品存放合理。	
	物尽其用 (20 分)	用料合理、投料准确，注重节约。	
	总分		

2. 后场打分单

	菜品名称:		
	工位号:		
	评分标准		得分

后 场 打 分 单	口 味 与 质 感 (40 分)	调味得当，口味纯正，主味突出，无异味，质感符合应有要求，体现地方特色。	
	工 艺 与 火 候 (20 分)	成熟恰当，火候适宜，主辅料配比合理，特点鲜明，区域技法明显。	
	创 意 与 实 用 (20 分)	创意突出，设计合理，注重营养卫生，适合推广。	
	形 态 与 色 泽 (20 分)	造型美观，色彩自然。	
	总分		

十二、奖项设定

赛项设参赛个人一、二、三等奖。以赛项实际参赛选手总数为基数，一、二、三等奖获奖比例分别为 10%、20%、30%。

十三、赛场预案

(一) 停电应急处理预案

1. 如属于内部故障停电，值班人员应协助电工通过隔离故障点、倒闸操作，尽快恢复对本单位重要用电负荷的电力供应；若因线路发生故障，应立即启用备用线路。若外部故障停电，须拉开低压总开关和进线开关，防止来电后可能造成的设备损坏或人身伤害。并及时与供电部门联系，争取即刻送电。

2. 在停电期间，值班人员应加强警戒与巡视，及时通知相关人员处

理。在未通电前，严禁值班人员离开比赛场地。

3. 配备应急照明灯、必要的应急物资（处理内部电力故障需要的一些常用维修设备和材料）。

（二）安全事故应急处理预案

1. 发现安全事故发生，应立即向学校领导报告。如情况紧急，事态严重，可拨打 110 电话报警。发生火警，火灾现场应立即切断电源，拨打 119 电话报警；医疗急救电话 120。在现场的教职员工不得延误报警或不报警，否则将追究有关责任。

2. 当安全事故发生后，应急处理工作领导小组立即启动安全事故应急处理预案，组织人员赶赴现场，指挥抢险救助工作并保护好现场，防止事态扩大。

3. 当安全事故发生时，在场教职工应全力以赴参加抢救，组织好人员的撤退、疏散及物资的转移，以防止事态进一步扩大，减少损失。

4. 事故终止后，在场的领导应立即组织人员做好现场保护工作。现场保护人员在执行任务时应提高警惕，增强责任感，观察现场动态，掌握一切与事故和案件有关的信息，并及时汇报。

5. 事故发生后，安全事故应急处理工作领导小组应立即向大会大赛办和上级主管部门汇报事故发生的时间、地点、经过、处理等概况。

6. 当发生火灾事故，或需紧急救治时，应通知大门打开并保证大门畅通。当发生人为肆意破坏、捣乱，应通知大门关闭，杜绝人员出入。

同时立即报告学校有关主要领导。

7. 当发生安全事故，要有为应对、科学处理。事故终止，要组织人员进一步排查隐患，经大会大赛办同意后，方可继续比赛。

8. 本预案只适用于技能大赛期间发生的安全事故现场。

十四、赛项安全

为了确保比赛顺利举行，保证赛程安全、有序，预防及有效处理安全事故，强化安全责任，提供一个良好的赛场环境，特制定赛场突发事件应急处置预案。

（一）组织机构

成立由承办校校长任组长的安全领导小组，设副组长 1 人，成员若干。

（二）职责

负责本次技能大赛安全的全面工作。校办公室及烹饪系办具体落实并指导安全保卫组工作，负责具体落实安全措施、安全保卫组人员的调配以及车辆的停放安排；在应急情况下，做好协助协调工作。技能大赛的各参赛队负责人负本队人员的秩序、安全防范及安全应急处理。

（三）要求

1. 技能大赛前，安全保卫组应组织一次消防设施的全面检查，包括消防栓、灭火器、应急疏散标志等，消除安全隐患。比赛期间，做好校园安全保卫，防止火灾、盗窃现象发生，控制无关人员进入，确保与会

期间的人身财产安全。大赛活动结束当天，各职能部门要检查防火、防盗设施，检查水、电线路，关窗锁门。

2. 技能大赛前，认真检查用电线路，并备应急备用线路；比赛期间，电工应巡视用电线路及配电、开关；以便及时发现问题、解决问题。

3. 所有工作人员都要增强安全责任意识。防止拥挤、踩踏和人员失控，防止发生人身伤害事故。

4. 门卫要增强责任意识，严格检查进出车辆及人员，禁止与比赛无关的机动车进入校园；禁止闲杂人员进校，防止不法分子乘机混入校园内作案。发现异常情况，及时直接报告分管领导。

5. 在比赛期间，学校医务室校医生要坚守岗位，要做好常用药品、物品的检查储备。

十五、竞赛须知

（一）参赛队须知

1. 参赛队按照大赛赛程安排凭大赛办颁发的参赛证和有效身份证件参加比赛及相关活动。

2. 参赛选手及指导教师应自觉遵守赛场纪律，服从裁判、听从指挥、文明竞赛；选手及指导教师需持证进入赛场，禁止将通讯工具带入赛场。

（二）指导教师须知

1. 指导教师应该根据专业教学计划和赛项规程合理制定训练方案，认真指导选手训练，培养选手的综合职业能力和良好的职业素养，克服功利化思想，避免为赛而学、以赛代学。

2. 指导教师应该根据赛项规程要求做好参赛选手保险办理工作，并积极做好选手的安全教育。

3. 指导教师参加赛项观摩等活动，不得违反赛项规定进入赛场，干扰比赛正常进行。

4. 指导教师应自觉遵守大赛各项制度，尊重专家、裁判、仲裁及赛项承办单位工作人员。要引导和教育参赛选手对于认为有影响个人比赛成绩的裁判行为或设备故障，按照赛项指南规定和大赛制度与裁判、工作人员进行充分沟通或赛后提出申诉，不得在网络、微信群等各种媒体发表、传播有待核实信息和过激言论。对比赛过程中的争议问题，要按大赛制度规定程序处理，不得采取过激行为。

（三）参赛选手须知

1. 须服从领导，听从指挥，遵守赛场规则，按时接受检录。

2. 穿戴整洁，佩带参赛证。

3. 在比赛住宿期间应遵守相关法律法规，不得随意留宿外人或者擅自离队。

4. 选手进入比赛现场后可进行赛前准备，检查并确认比赛所需要的相关原材料、用具及实施设备等。

5. 独立完成操作，不得提前加工，不得多做挑选。严禁携带违禁器

物和手机及其他通讯工具进入赛场。

6. 不得在赛场喧哗、打斗。爱护场地的设施设备，爱护环境卫生，注意安全。损坏大赛设备照价赔偿。

7. 比赛期间设备出现问题时，参赛选手应提请现场评判人员检查确认，并服从评判人员及工作人员的统筹安排。

8. 当宣布比赛时间结束时，参赛选手须立即停止操作，如继续操作将被扣分。

9. 比赛结束做好清理工作，及时撤离赛场。

10. 服从比赛的评判结果，如有异议须由领队统一以书面形式向仲裁委员会提出。

(四) 工作人员须知

1. 工作人员必须统一佩戴由大赛办签发的相应证件，着装整齐。

2. 工作人员不得影响参赛选手比赛，不允许有影响比赛公平的行为。

3. 服从领导，听从指挥，以高度负责的精神、严肃认真的态度做好各项工作。

4. 熟悉比赛规程，认真遵守各项比赛规则和工作要求。

5. 坚守岗位，如有急事需要离开岗位时，应经领导同意，并做好工作衔接。

6. 严格遵守比赛纪律，如发现其他人员有违反比赛纪律的行为，应予以制止。情节严重的，应向比赛大赛办反映。

7. 发扬无私奉献和团结协作的精神，提供热情、优质服务。

十六、申诉与仲裁

（一）申诉

1. 参赛队对不符合竞赛规定的设备、工具、软件，有失公正的评判、奖励，以及对工作人员的违规行为等，均可提出申诉。

2. 申诉应在竞赛结束后 2 小时内提出，超时不予受理。申诉时，应按照规定程序由参赛队领队向相应赛项仲裁工作组递交书面申诉报告。报告应对申诉事件的现象、发生的时间、涉及到的人员、申诉依据与理由等进行充分、实事求是的叙述。事实依据不充分、仅凭主观臆断的申诉不予受理。申诉报告须有申诉的参赛选手、领队签名。

3. 赛项仲裁工作组收到申诉报告后，应根据申诉事由进行审查，2 小时内书面通知申诉方，告知申诉处理结果。

（二）仲裁

赛项设仲裁工作组，赛项仲裁工作组接受由代表队领队提出的对裁判结果的申诉。赛项仲裁工作组在接到申诉后的 2 小时内组织复议，并及时反馈复议结果，仲裁组的仲裁结果为最终结果。

十七、竞赛观摩

为给选手创造良好的比赛环境，比赛进行时不安排现场观摩。由大赛办统一安排在比赛结束后将根据比赛项目按代表队设立展台，展示各代表队参赛作品。由大赛办提供展台，各代表队可自行布置展台，突出特

色。比赛期间，评委将对部分参赛作品进行复审，未经同意，各参赛队不得自行撤去作品等。

十八、竞赛直播

本次大赛在实践实操各赛项测试过程以及菜品展示过程都做全程直播，以便仲裁、成绩复议及资源转化使用。

十九、资源转化

为促进烹饪工艺教学交流，引领中职学校烹饪专业教育教学改革；推动中职学校培养适应餐饮产业发展需要的技能型人才。提高科学创新和学以致用等方面的技巧与能力，大赛组委会将本次大赛的菜肴作品的相关视频及照片转换成影像、ppt 的电子材料，供各学校在教学中使用。