主题一学习任务2 轻托（2）—重托

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **授课学周** | 第1周 | **课时** | 总第5-6课时 |
| **授课课题** | 主题一学习任务2 轻托（2）—重托 |
| **授课地点** | 中餐实训室 | **授课类型** | 新授实训课 |
| **授课班级** |  |
| **教学方法** | 讲授法、演示法、讨论法、练习法 |
| **教学目标** | 知识目标：掌握重托的操作要领和方法；掌握重托的操作规范。能力目标：能标准的做到重托站立并且手势姿态到位；能运用重托进行理盘、装盘、起盘、行走、卸盘操作。素质目标：培养学生的岗位职业素养；培养学生的团队合作精神，体会学习的乐趣。 |
| **教学重点** | 托盘站立并且手势姿态到位；能运用轻托进行理盘、起盘、行走、放盘操作。 |
| **教学难点** | 托盘的平稳性、托举重量。 |
| **思政融合** | ‌强调托盘服务中的细心、‌耐心与责任感，‌培养学生严谨的职业态度，‌如轻拿轻放、‌保持托盘平稳等，‌体现对工作的尊重与负责。‌‌强调托盘服务中的安全注意事项，‌如避免超载、‌保持托盘平稳等，‌培养学生的安全意识与自我保护能力。‌‌‌ |
| **教学资源** | 教案、微课资源、案例、方形塑胶防滑托盘、砖头、餐盘、汤盘等 |
| 教学内容和教学活动设计 |
| **教学环节（时间）** | **教学内容** | **教师****活动** | **学生****活动** | **设计意图** |
| 课前准备 | 查找重托使用视频，总结重托的操作方法。 | 教师提前一周将任务发布在学习平台中，并要求课代表随时提醒学生。 | 学生利用自习时间完成教师任务。 | 让学生都能成为资料的搜集者与整理者。 |
| 导入环节（5min） | 播放传菜员托送老鸭煲的视频。思考：如何托送较重的菜品和物品？ | 提问导入，引导学生对本节课程的学习兴趣。 | 学生交流讨论，思考并回答问题。 | 激发学生学习兴趣，导入新课 |
| 检验新知（10min） | 思考：1.重托的操作方法？2.怎样能保证重托的安全？ | 教师与学生相互交流，解答学生疑惑。 | 学生首先分组自行分析内容，最后由每组派出代表回答，给与适当加分。 | 让学生成为课堂的主体，成为问题的分析者与解答者，增强他们的兴趣。 |
| 讲解新知(15min) | 播放重托操作流程的微课视频。知识讲解：重托是托载较重的菜点和物品时使用的方法，所托质量一般为 10 kg左右。操作方法如下：1.理盘将物品合理摆放在托盘内，要求托起后，将重心靠近身体。2.起盘双手将托盘移至工作台外，用右手拿住托盘的一边，左手伸开五指托住盘底，待掌握好重心后，用右手协助左手向上托起；同时，左手向上弯曲臂肘，向左后方旋转180°，擎托于肩外上方，做到盘底不搁肩，盘前不靠嘴，盘后不靠发，右手自然垂下或扶住托盘的前内角。3.行走上身挺直，两肩放平，行走时步伐轻快，肩不倾斜，身不摇晃，掌握重心，保持平稳，动作和表情要轻松、自然。4.放盘屈膝直腰，放下托盘。 | 教师要求学生掌握重托的操作方法。 | 学生交流，与老师互动，解答疑问。 | 提高学生对知识的记忆以及对出现的问题得以改正。 |
| 操作示范(15min) | 1.教师进行重托站立的示范，并讲解训练要求及使用器材的情况：；2.教师进行理盘、起盘、行走、放盘，并讲解训练要求及使用器材的情况。 | 教师实操示范，规范动作要领。 | 学生对实践操作有直观的认识，进一步加深印象。 | 旨在让学生进一步理解重托操作规范。 |
| 课间10分钟休息 |
| 任务设定（5min） | 1.完成重托的站立，手势到位，姿态动作标准；2.完成重托的理盘、起盘、行走、放盘的过程，掌握重托操作流程。 | 布置任务 | 思考任务分工。 | 学生相互配合完成任务，提高学生的团队协作能力。 |
| 分组练习(30min) | 1.分组练习，小组中1人进行重托站立的练习，其他人观看和纠错，并轮流练习；2.分组练习，小组中1人进行重托操作流程的练习，其他人观看和纠错，并轮流练习。 | 教师对各个小组的练习过程进行指导。 | 学生交流与合作学习，老师在学生操作中给与纠正。 | 使学生熟练掌握轻托操作方法。 |
| 评价(5min) | 教师对学生小组练习情况进行评价，总结学生在练习过程容易出现的问题，提出改进方法和指导建议。 | 教师评价，评出课上练习成绩，评出最优小组。 | 学生互评。 | 外部评价与自我评价相结合，强调自我评价和自我反思。 |
| 课堂小结(3min) | 对本节课的内容进行总结，回顾餐厅服务常用托盘的种类、用途和规格、轻托的操作方法、动作要领。 | 教师引导学生对课堂总结。 | 学生进行本次课的课堂总结。 | 对所学内容进行回顾，加深理解。 |
| 布置作业(2min) | 课后进行托书本训练。 | 教师布置课后任务。 | 学生完成课后任务。 | 增强学生臂力，提高端托平稳性。 |
| 板书设计 | 重托所托质量一般为10 kg左右。重托操作方法：1.理盘2.起盘3.行走4.放盘 |
| 教学反思 |  |