

渭南市首届职业技能大赛

烹饪（中餐）、舞蹈表演赛项竞赛规程

一、赛项名称

赛项名称：渭南市首届职业技能大赛

赛项组别：1、职工组：烹饪（中餐）

2、学生组：舞蹈表演

二、竞赛目标

深入贯彻党的二十大精神，全面落实习近平总书记关于技能人才领域工作方面的重要论述和重要指示精神，紧紧围绕市委市政府人才工作决策部署，着眼于技能人才培养和选拔，创新竞赛形式，丰富竞赛内容，提高竞赛质量，不断提升我市技能人才队伍建设质量，大力营造崇尚技能、尊重人才的良好社会氛围，为加快建设现代化“技能渭南”提供技能人才支撑。服务人的全面发展、服务经济社会发展、服务国家发展战略。检验参赛选手的现场设计与应变能力规范操作水平及创新能力水平和水平，激发意识与实践成才热情。促进学校专业人才培养模式、课程设置、课程标准建设、师资队伍建设、实习实训基地建设、评价体系建设等方面的深度探索、改革和创新。

三、竞赛内容

一）烹饪（中餐）

（1）以陕菜风味为主，要凸显陕菜特色文化和独特的地方传统风味特色，突出“农家”和“家常”特色。

（2）食材选用绿色、环保、健康，以老百姓餐桌上常见的食材

为主，禁止使用海参、鲍鱼、鱼翅、燕窝等高档原料。禁止使用国家禁用的动植物原料，不准使用人工色素，违者取消选手比赛成绩。

(3) 菜点加工工艺源于传统制作方法，相对简单，便于掌握，方便居家烹调学习，能向大众普及推广。

(4) 参赛菜品均需在场内独立制作，特殊情况须事先向组委会申请场外加工。

二) 舞蹈表演

比赛形式为独舞，分两轮进行：

第一轮比赛：专业拓展能力（动作模仿）

参赛选手分小组进行，每组 5 位选手。由小组代表抽签决定每组模仿的动作和播放的音乐。每组动作和音乐不相同。重点考察选手的专业拓展和创造能力。

1. 动作模仿：评委教师根据现场抽签情况视频播放一组舞蹈动作，时间 30 秒以内。视频播放 3 遍后，选手当场完整模仿该组动作 1 遍。视频播放过程中选手可以跟随模仿。模仿动作均为中国民族民间舞或古典舞素材，不超教学范围。

2. 即兴表演：根据抽签现场播放一段音乐，时间约 30 秒。音乐共播放 3 遍。播放音乐时，选手可以跟随音乐试做动作；播放第 3 遍时，选手根据音乐即兴表演舞蹈。

第二轮比赛：剧目演

自选中国舞（民族民间、古典、当代）剧目片段一个，现场表演时间 2.5-3 分钟，重点考察选手的舞蹈表现和舞台实践能力。

剧目须选自公演过的中国舞成品剧目，与教学相结合。推荐从参加“荷花奖”舞蹈比赛、全国“桃李杯”舞蹈比赛或“cctv 舞蹈比赛”的优秀教学剧目中选择。如有原创剧目需提前与组委会联系说明，原创剧目不单独设立奖项。

四、竞赛方式

本次大赛设组委会，组委会办公室设在渭南轨道交通运输高级技工学校教务处办公室。大赛组委会将聘请专家担任评委，组成专家评审委员会。

一）烹饪（中餐）

评审委员会将按照组委会确定的评分标准，分别从口味与质感、工艺与火候、色泽与形态、营养与卫生、创意与实用等方面进行评判打分。

1、参赛选手需在 60 分钟内按 10 人量，完成“规定菜 1 道”、“自选菜 2 道一热一冷拼”，现场制作。

（1）“规定菜”，由选手现场抽签确定，原料、调料由组委会提供。

（2）“自选菜 2 道一热一品”，食材不限，选手自由发挥。参赛选手自备食材和餐具，大赛组委会只提供常规调料。

2、“规定菜”和“自选菜”均要按 10 人量制作，另用尝碟 3 人量供评委品尝，整形菜品不另加尝碟。

3、选手所得总分计分办法：规定菜总分 50 分，自选菜总分 50 分，前场 10 分，选手总得分为三者之和。

4、前场扣分说明：

一是：超时扣分，每超 5 分钟扣 1 分，最多扣 3 分。二是：卫生扣分，制做现场清理不干净，操作环节不符合要求，最多扣 3 分。三是：不听从现场监理人员的安排，违反比赛规则，最多扣 4 分。

5、比赛前 2 天抽号确定比赛具体时间。

6、赛场提供物品

厨房用具：炒勺、炸锅、手勺、油桶、墩子、调料盒、一般餐盘、饭碗、汤碗。

调配料：酱油、醋、料酒、精盐、味精、淀粉、葱、姜、蒜、胡

椒粉、色拉油、白糖、鸡蛋。

二) 舞蹈表演

(一) 本赛项为个人项目, 由各学校组队参加。

每学校限报 2 人。每名参赛选手指定 1 名指导教师。各代表队设领队 1 名, 全权负责代表队参赛事务的领导和协调工作。

(二) 参赛选手必须为渭南市中等职业学校艺术及相关专业的 2021 年全日制在籍学生, 参赛不分年级, 报名参赛选手 2006 年 7 月 31 日以后出生, 高职院校需为在校五年制一、二、三年级学生。

(三) 报到参赛时, 参赛选手只需携带身份证到竞赛赛点接受参赛资格核查。竞赛赛点根据大赛报名系统中的参赛选手报名情况, 对实际参赛选手进行参赛资格核查, 未通过资格审查的选手, 不能参加比赛。各参赛代表队报名参赛选手通过资格审查后, 不得无故更换参赛选手。若因特殊情况要更换参赛选手, 须经上级主管部门同意后, 方可更换参赛选手。

五、竞赛流程

一) 烹饪(中餐)

| 日期 | 项目 | 内容 | 具体时间 | 备注 |
|----------|------------|------------------|-------------|------------------------------------|
| 6 月 19 日 | 烹饪 (中餐) | 报到 | 14:00-15:30 | 烹饪(中餐)选手持身份证、报名表到报到, 核对信息, 领取参赛资料。 |
| | | 评委会 | 14:30-15:30 | 烹饪实习室。 |
| | | 参赛选手参加, 赛前说明会 | 15:30-16:30 | 参赛选手参加。渭南轨道交通学校会议中心。 |
| | | 抽签 | 15:30-16:30 | 选手抽签 |
| 6 月 20 日 | 烹饪(中餐) | 烹饪(中餐) | 8:00-13:00 | 分组比赛。 |
| | | 烹饪(中餐) | 14:00-17:30 | 菜品展示 |
| 6 月 21 日 | 烹饪(中餐) | 整理资料 | 8:00-10:00 | 汇总成绩 |
| | | 闭幕式 | 10:00-11:30 | |

二) 舞蹈表演

| 日期 | 项目 | 内容 | 具体时间 | 备注 |
|-------|-------|-----------------------|-------------|-------------------------------|
| 6月19日 | 中国舞表演 | 报到 | 14:00-15:30 | 中国舞选手持身份证、报名表到报到,核对信息,领取参赛资料。 |
| | | 评委会 | 14:30-15:30 | 渭南轨道运输学校会议中心。 |
| | | 中国舞领队、指导教师、参赛选手,赛前说明会 | 15:30-16:30 | 参赛选手、指导教师、领队参加。渭南轨道运输学校会议中心。 |
| | | 中国舞抽签 | 15:30-16:30 | 指导教师或者领队抽签 |
| 6月20日 | | 专业能力扩展比赛中国舞剧目表演 | 8:00-13:00 | 专业能力拓展比赛按照五人一组的顺序进行分组比赛。 |
| | | 中国舞剧目表演 | 14:00-17:30 | 个人舞蹈剧目展示 |
| 6月21日 | | 整理资料 | 8:00-10:00 | 汇总成绩 |
| | | 闭幕式 | 10:00-11:30 | |

六、竞赛规则

一) 烹饪(中餐)

1. 参赛选手应年满20周岁以上、法定退休年龄以内,可按属地原则(在当地学习或工作满1年以上)报名参赛。

2. 职工项目参赛选手应具备在域内院校就职的在校教师。

3. 已获得“中华技能大奖”、“全国技术能手”等荣誉称号人员,不再以选手身份参赛。

4. 报名方式:报名采取在各赛点现场报名(网上报名)的方式进行,以各县市区为单位组团参赛(市级各部门、市属企业以单位集体报名参赛),每个竞赛项目每个参赛单位可选派1-3名(队)参赛选

手。报名时，各参赛单位将《2024年渭南市首届职业技能大赛参赛选手情况表（报名表）》pdf版加盖公章，发到各赛点联系人指定邮箱。

5. 参赛选手着装：所有参赛选手着工作服、戴工作帽、服装要求整洁、无油渍污渍。

6. 佩带组委会颁发的有效证件，进入赛场后服从监理人员的指挥，不准高声喧哗。

7. 现场禁止吸烟，不准随地吐痰，不得乱扔下脚料。

8. 不准使用其他选手的原料及半成品。

9. 比赛结束时必须做好清理收尾工作。

10. 迟到15分钟按自动弃权处理。

二）舞蹈表演

（一）参赛队须知

1. 参赛队名称统一使用规定的地区代表队名称，不使用学校或其他组织、团体名称；不接受跨校组队报名。

2. 参赛队员在报名获得审核确认后，原则上不再更换，如筹备过程中，队员因故不能参赛，所在地区主管部门需出具书面说明并按相关规定补充人员并接受审核；竞赛开始后，参赛队不得更换参赛队员，允许队员缺席比赛。

3. 参赛队按照大赛赛程安排，凭有效证件，按时参加检录和竞赛，如不能按时参赛以自动弃权处理。凭大赛组委会颁发的参赛证和有效身份证件参加比赛及相关活动。

4. 参赛队员统一着装，须符合安全生产及竞赛要求。

5. 参赛队员应自觉遵守赛场纪律，服从裁判、听从指挥、文明竞赛；持证进入赛场，禁止将通讯工具、自编电子或文字资料带入赛场。

6. 比赛过程中，选手休息、饮水或去卫生间等所用时间，一律计

算在操作时间内。

7. 参赛队欲提前结束比赛，应向裁判员举手示意，比赛终止时间由裁判员记录，参赛队结束比赛后不得再进行任何操作。

8. 参赛选手参加实际操作竞赛前，应由参赛校进行安全教育。如发现问 题应及时解决，无法解决的问题应及时向裁判员报告，裁判员视情况予以判定，并协调处理。对选手未发现的安全隐患或违章操作行为，裁判员应 及时指出并予以纠正。

(二) 指导教师须知

1. 指导教师经报名、审核后确定，一经确定不得更换。允许指导教师缺席比赛。

2. 指导教师在进入比赛现场观摩时，应遵守赛场管理须知和赛场纪律。

3. 准时参加赛前领队会议，并认真传达落实会议精神，确保准确及时召 集本队人员按时到达赛场。

4. 熟悉竞赛规程和赛项须知，领队负责做好本参赛队比赛期间的管理与组织工作。

5. 各参赛队领队、指导教师在比赛期间需保持通信畅通。

6. 贯彻执行大赛各项规定，各参赛队领队、指导教师在比赛前和比赛期间不允许私自接触裁判、与裁判谈论与比赛有关的内容，不得以任何形式影响裁判人员的评判。

(三) 参赛选手须知

1. 严格遵守技能竞赛规则、技能竞赛纪律和安全操作规程，尊重裁判和赛场工作人员，自觉维护赛场秩序。

2. 佩带参赛证件进入比赛场地，并接受裁判的检查。

3. 进入赛场前须将手机等通讯工具交赛场相关人员妥善保管。选手不得 携带任何纸质资料、通讯工具、电子书、存储设备、照相及

录像设备等进 赛场，若一经发现取消参赛资格。

4. 选手在收到开赛信号前不得开始或启动操作，竞赛过程中不得擅自离开赛场。竞赛结束时间到达，应立即比赛，不得拖延竞赛时间。竞赛完成后必须按裁判要求迅速离开赛场，不得在赛场内滞留。

5. 严禁作弊行为。

6. 爱护竞赛场所的设备、仪器等，不得人为损坏竞赛用仪器设备。

7. 比赛过程中，参赛选手须严格遵守操作过程和相关准则，保证设备及人身安全，并接受裁判员的监督和警示；若因设备故障导致选手中断或终止比赛，由大赛裁判长视具体情况做出裁决。

8. 在比赛过程中，参赛选手由于操作失误导致设备不能正常工作，或造成安全事故不能进行比赛的，将被终止比赛。

（四）工作人员须知

1. 工作人员必须服从统一领导，严格遵守竞赛纪律及时间安排，严守工作岗位，不得无故离岗。

2. 工作人员必须着装整齐，统一佩戴由大赛组委会签发的相应证件，精神饱满、热情服务。

3. 熟悉赛项指南，严格按照工作程序和有关规定办事，遇突发事件，按照安全工作预案，组织指挥人员疏散，确保人员安全。

4. 工作人员未经允许不得随意进入比赛现场。

5. 赛场内保持安静，不准吸烟。

6. 各赛场除裁判、赛场配备的工作人员以外，其他人员在竞赛时未经允许不得进入赛场。

7. 新闻媒体等进入赛场必须经过大赛组委会允许，并且听从现场工作人员的安排和管理，不能影响竞赛进行。

8. 负责各自赛区的裁判员和工作人员不得随意进入其它赛区。

七、技术规范

(一) 烹饪（中餐）

1. 教育部职业教育与成人教育司颁发的《中等职业学校专业教学标准—旅游大类》中餐类专业教学标准。

2. 人力资源和社会保障部职业技能鉴定中心制订的中式烹调师中级工(四级)以及中式面点师中级工(四级)国家职业技能标准。

3. 世界厨师联合会烹饪赛事评判办法，以及世界技能大赛、IKA世界奥林匹克烹饪大赛、中餐世界锦标赛等国际赛事相关技术规范。

(二) 舞蹈表演

1. 更衣化妆候场室 1 个。

2. 备赛室 1 个。

3. 比赛场地 1 个。

八、技术环境

(一) 竞赛环境

1、选手比赛在相应项目的操作室进行，赛场内配备中式面点制作操作室、冷拼与雕刻制作操作室、评分室备检录处、选手休息室等。

2、竞赛环境安静、整洁，设立紧急疏散通道、消防等。

3、所有竞赛场地均需设有容纳 40 人同时比赛的工赛各种必需设备设施。

4、比赛场地内设评判室，满足所有裁判员同时进行。

5、菜品展示、比赛均在实习室，并配有相应的设施设备。

6、剧目表演、动作模仿比赛场地均在舞台，并配有相应的设施设备（舞台、音响、灯光）。

（二）技术平台

| 序号 | 主要设备、工具名称 | 能源类型 |
|----|------------------|-------|
| 1 | 中餐炒炉 | 燃气 |
| 2 | 双耳锅 | 燃气 |
| 3 | 烤箱(公用) | 电能 |
| 4 | 蒸灶或万能蒸烤箱 | 电能/燃气 |
| 5 | 冷藏冰柜 | 电能 |
| 6 | 汤炉(公用) | 电能 |
| 7 | 操作台 | 燃气 |
| 8 | 木质墩头、白色塑料墩头和五色砧板 | |
| 9 | 案板、蒸锅、炸锅 | |
| 10 | 水池 | |

九、赛项安全

（一）安全操作要求

1. 参赛选手和裁判进入赛场，须统一着工作服，严禁在比赛现场抽烟、禁止拨打手机或接听来电。

2. 参赛选手必须在确保人身安全和设备安全的前提下开始操作。开始操作前，必须举手示意裁判员对比赛设备及工具进行安全检查，经同意后方可进行实际操作。

3. 各赛场除裁判、赛场配备的工作人员以外，其他人员在竞赛时未经允许不得进入赛场。

4. 新闻媒体等进入赛场必须经过大赛组委会允许，并且听从现场工作人员的安排和管理，不能影响竞赛进行。

5. 比赛期间，若突遇停电、停水等突发状况，应及时通知裁判，冷静处置。

(二) 赛场安全保障

1. 操作赛场配备防火防爆及其他安全设施。
2. 赛场提供稳定的水、电、气源和供电应急设备，并有保安、消防、设备维修和电力抢险人员待命，以防突发事件。
3. 赛场设维修服务、医疗、生活补给站等公共服务区，为选手和赛场人员提供服务。
4. 成立比赛期间突发事件处理指挥工作小组，并制定竞赛现场应急救援预案。
5. 负责各自赛区的裁判员和工作人员不得随意进入其它赛区。

一) 评分标准

比赛分数设置为百分制，参赛选手的最后总得分由每项比赛得分按不同权重计算后相加而成。

二) 评分方法

1. 比赛评分遵循科学合理、切实严谨、公平公正的原则，既全面衡量，又突出重点；既重视基础水平和质量，又重视综合表现、应用能力；专业性与职业性相结合。

2. 评分采取由评审委员会当场集体评分的方法。评委会由 4 人组成，每位评委独立评分；由专门人员在统一时间收取评分表；去掉一个最高分和一个最低分后，计算得出其它分数的平均分，即为选手的比赛得分。

3. 分数采用百分制。每项比赛内容满分均为 100 分。参赛选手的最后总得分，由每项比赛得分，按不同权重计算后相加而成。

三) 评分细则

1、烹饪（中餐）

凉菜、热菜菜品展示；依据选手的专业素质、技术技巧、对作品的艺术表现能力和整体配合水平、以及作品的难度等因素，确定标准，

综合评分，凉菜占总分的 50%，热菜占总分的 50%。

烹饪（中餐）评分细则

| 比赛项目 | 评分标准 | 分值 | 备注 |
|--------|---------------------------------------|----|----|
| 凉菜菜品展示 | 菜品具有创新性，可推广性。 | 10 | |
| | 刀工精细，刀面整体均匀，薄厚适中，整体造型由六等份扇面组成，收口成宝塔型。 | 10 | |
| | 色、香、味、形、质符合要求。 | 20 | |
| | 拼盘手法细腻，色彩艳丽协调，点缀装饰适度。 | 10 | |
| 热菜菜品展示 | 制作具有本地特色的品种或风味特色品种。 | 10 | |
| | 色泽要诱人，香气要扑鼻，味道要鲜美，造型要美观。 | 15 | |
| | 在传统的基础上，加入创新的元素，使菜肴更具特色。 | 10 | |
| | 从装盘到上桌的整体呈现效果，要体现出中式烹饪的精致和美感。 | 15 | |

2、舞蹈表演

1. 舞蹈剧目表演；依据选手的专业素质、技术技巧、对作品的艺术表现能力和整体配合水平、以及作品的难度等因素，确定标准，综合评分，占总分的 70%。（附件 1）

2. 专业拓展能力（动作模仿）考察；依据选手动作模仿的质量，是否连贯、完整、准确，模仿和学习能力，占总分的 30%。

舞蹈表演评分细则

| 比赛项目 | 评分标准 | 分值 | 备注 |
|--------|--------------------------------|-----|----|
| 舞蹈剧目表演 | 具有出色的表演能力，能完整的刻画形象，舞蹈风格特点把握准确。 | 40分 | |
| | 服装造型符合舞蹈表演形式，舞蹈妆容得体、形象。 | 10分 | |
| | 表演过程中动作流畅协调，具有强烈的表现力和技巧性。 | 20分 | |
| 专业拓展能力 | 具有出色的应变风格把握能力，有精准的表达音乐感受的表演水平。 | 15分 | |
| | 舞蹈表现力，模仿力，学习能力。 | 15分 | |

十、奖项设置

按照《2023年全国职业院校技能大赛制度汇编》之《奖惩办法》的相关制度，阐述本赛项奖项设定方法，包括选手奖励、团队奖励、指导教师奖励

1、设参赛选手个人一、二、三等奖。以参赛选手总数为基数，其中一等奖占10%，二等奖占20%，三等奖占30%（小数点后四舍五入）。

2、设优秀指导教师奖。获得一、二、三等奖的参赛选手指导教师由大赛组委会颁发优秀指导教师证书。

3、等级证书或其他奖项

①：晋升级技能等级。按照陕人社圣(2022)147号文件在职业技能类竞赛中获得金、银、铜的选手由主办单位和市人力资源社会保障局根据规定，按照竞赛名次予以晋升级技能等级证书。

②：办理等级证书。职工组给予10人以内参赛选手获得金牌的选手颁发高级工证书，已具有高级工证书的晋升为技师；20人及以上参赛选手，给予获得金牌选手颁发高级工证书，已具有高级工的晋升技师，获得银牌、铜牌选手颁发中级工证书，已具有中级工晋升高级工；学生组获得金、银、铜牌颁发中级工证书。

③：其他奖励：对作出突出贡献的代表团以及协办、技术支持、赞助等单位，颁发“渭南市首届职业技能大赛突出贡献单位”奖牌；对大赛组织工作中表现突出的个人，颁发“渭南市第一届职业技能大赛优秀工作者”证书；对大赛执裁工作中表现突出的裁判员，颁发“渭南市首届职业技能大赛优秀裁判员”证书；对获得各赛项前3名选手的指导教师（教练），颁发“渭南市首届职业技能大赛优秀指导教师（教练）”证书。

十一、申诉与仲裁

按照《2023年全国职业院校技能大赛制度汇编》之《监督仲裁工作管理办法》的相关制度。本赛项在比赛过程中若出现有失公正或有关人员违规等现象，代表队领队可在比赛结束后2小时之内向仲裁组提出书面申诉。

大赛采取两级仲裁机制。赛项设仲裁工作组，赛区设仲裁委员会。大赛执委会办公室选派人员参加赛区仲裁委员会工作。

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。

十二、竞赛观摩

大赛设置的竞赛项目、内容和具体要求充分体现行业发展人才技

能需求，引领渭南中等职业职业学校科学设置课程内容、创新教学模式。比赛全程进行图片、视频采集及记录，形成共享性职业教育信息化资源。大赛主办方拥有对比赛现场视频、图片的使用权和发布权，其余人员不得将现场图片和视频用于商业用途或消息发布，一经发现大赛主办方将有权通过法律程序追究相关人员责任。