

# PREPARACIÓN DE OPOSICIONES

---

AYUDANTE DE COCINA

---

JCCM



**integra**  
oposiciones

[HTTPS://WWW.INTEGRAOPOSICIONES.COM](https://www.integraoposiciones.com)

## Información

PUEDES ACCEDER A NUESTRO PERÍODO DE PRUEBA GRATUITO DE 7 DÍAS A TRAVÉS DEL SIGUIENTE ENLACE:  
<https://www.integraoposiciones.com/solicitar-semana-de-prueba/>

### Descripción del Perfil

El ayudante de cocina asistirá en el proceso de producción de comidas. Se encargará del acondicionar y preparar a las materias primas de acuerdo a su orden de trabajo y elaborará preparaciones culinarias básicas bajo la supervisión de su superior. Será parte de sus funciones, también ordenar las materias primas en almacenes secos, fríos y congelados. Asimismo, se ocupará del mantenimiento higiénico-sanitario de las instalaciones y del equipamiento gastronómico.

Es decir, se encargan de la pre-elaboración de alimentos, preparación y presentación de elaboraciones culinarias sencillas, así como de la asistencia al cocinero/a en la preparación de elaboraciones más complejas, ejecutando y aplicando operaciones, técnicas y normas básicas de manipulación, preparación y conservación de alimentos según lo establecido en el lugar de trabajo.

Son tareas fundamentales de esta categoría:

- Elaboración y condimentación de menús sencillos.
- Cuidado del buen orden de utensilios y menaje.
- Colaboración con el Cocinero en la vigilancia de la limpieza de las dependencias, instalaciones y maquinaria, así como su buen funcionamiento.
- Limpieza de los utensilios empleados para el trabajo, ayudados, en su caso, por el Personal de Limpieza y Servicios Domésticos.
- Cuidado del encendido de cocinas, planchas y fogones.
- Mantenimiento y cuidado de la temperatura en frigoríficos, y su limpieza.
- Preparación, despiece, pelado y tratamiento de alimentos.
- Traslado desde el almacén hasta cocina de los productos necesarios en ésta.
- Otras relacionadas con su puesto de trabajo, y que, como consecuencia de las necesidades del servicio, le puedan ser requeridas.

### Descripción de la Oposición

#### Características

- **Oposición:** Ayudante de Cocina
- **Organismo:** Junta de Comunidades de Castilla La Mancha
- **Tipo de Personal:** Personal Laboral Grupo IV
- **Plazas:** 31
- **Sistema de Selección:** Concurso-Oposición.
- **¿Qué estudios debes tener?:** Técnico en Cocina y Gastronomía
- **Estado:** Próxima convocatoria (Una vez aprobadas las plazas que se suman de la OPE de 2020)



## Sistema de Selección

El sistema de selección será el de concurso-oposición, consistente en la celebración sucesiva de los sistemas de oposición y concurso.

La valoración del proceso selectivo se efectuará sobre una puntuación máxima de 100 puntos, distribuidos de forma que la valoración del total de los méritos en la fase de concurso constituye el 25% de la puntuación total del proceso selectivo, suponiendo, por tanto, la fase de oposición el 75% de dicha puntuación.

### *Fase de Oposición*

#### *Prueba Teórica*

Consistirá en contestar, en un tiempo máximo de 120 minutos, un cuestionario de preguntas sobre materias del programa con cuatro respuestas alternativas de las que sólo una de ellas será correcta. El cuestionario constará de 80 preguntas evaluables más 5 de reserva las cuales sustituirán por su orden correlativamente a aquellas preguntas que, en su caso, sean objeto de anulación. Las preguntas versarán sobre la totalidad del programa de la correspondiente categoría de Ayudante de Cocina.

La prueba teórica tendrá carácter eliminatorio y se calificará: de 0 a 40 puntos, siendo necesario para superarla obtener una puntuación mínima de 20 puntos. Las contestaciones erróneas se penalizarán con arreglo a la siguiente fórmula: Nº de aciertos – (Nº de errores/4), obteniendo así el número de respuestas netas acertadas.

#### *Prueba práctica*

Consistirá en la realización de una prueba situacional relacionada con las funciones propias de Ayudante de Cocina, a determinar por el Tribunal calificador y en el tiempo que el mismo establezca sin que en ningún caso pueda ser superior a sesenta minutos. El Tribunal valorará, entre otros aspectos, la destreza en la ejecución de las tareas planteadas. La prueba tendrá carácter eliminatorio y se calificará de 0 a 35 puntos, siendo necesario para superarla obtener una puntuación mínima de 17,5 puntos

La calificación de la fase de oposición vendrá determinada por la suma de la puntuación obtenida en las pruebas obligatorias que la componen, siendo necesario para superarla haber obtenido en cada una de ellas al menos la calificación mínima exigida.

### *Fase de concurso*

1. En esta fase, que no tendrá carácter eliminatorio, se valorarán:

- Los servicios prestados como personal laboral, en la administración de la Junta de Comunidades de Castilla-La Mancha, en puestos de trabajo adscritos a la categoría profesional en la que se ha solicitado participar.
- Los servicios prestados como personal funcionario y estatutario en la administración de la Junta de Comunidades de Castilla-La Mancha, siempre que sean del mismo nivel de titulación y su



cuerpo/escala o categoría profesional tengan asignadas funciones similares a la categoría profesional en la que se ha solicitado participar.

- Los servicios prestados como personal laboral en otras administraciones públicas, siempre que sean del mismo nivel de titulación y su categoría profesional tenga asignadas funciones similares a la Categoría Profesional en la que se ha solicitado participar.
- Los servicios prestados como personal funcionario y estatutario en otras administraciones públicas, siempre que sean del mismo nivel de titulación y su cuerpo/escala o categoría profesional tengan asignadas funciones similares a la categoría profesional en la que se ha solicitado participar.
- Los servicios prestados como personal laboral, funcionario o estatutario en cualquier administración pública en cuerpos, escalas o categorías que no tengan asignadas funciones similares a la categoría profesional en la que se ha solicitado participar.

2. Los servicios prestados conforme a lo dispuesto en esta base se valorarán de la siguiente manera:

- 0,0068 puntos por día de servicios efectivos prestados en la misma categoría profesional en la administración de la Junta de Comunidades de Castilla-La Mancha o en cualquier administración pública, hasta un máximo de 25 puntos.

- 0,0034 puntos por día de servicios efectivos prestados en distinta categoría profesional en la administración de la Junta de Comunidades de Castilla-La Mancha o en cualquier administración pública, hasta un máximo de 12,5 puntos.

3. Puntuación final del proceso selectivo. Vendrá determinada por la suma de puntuaciones obtenidas en las pruebas obligatorias de la fase de oposición y de la fase de concurso.

## Requisitos

a) Tener la nacionalidad española o de un Estado miembro de la Unión Europea. También podrán participar sus cónyuges, siempre que no estén separados/as de derecho, así como sus descendientes y los de sus cónyuges, siempre que no estén separados/as de derecho, menores de veintiún años o mayores de dicha edad que vivan a sus expensas. Igualmente, se extenderá a las personas incluidas en el ámbito de aplicación de los Tratados Internacionales celebrados por la Unión Europea y ratificados por España, en los que sea de aplicación la libre circulación de trabajadores y trabajadoras.

b) Tener cumplidos dieciséis años de edad y no exceder de la edad máxima de jubilación forzosa.

c) Estar en posesión de la titulación académica o equivalente que, en su caso, se especifique en el anexo I (**Técnico en Cocina y Gastronomía**) para la correspondiente categoría profesional, expedidas todas ellas por centros oficiales reconocidos, o estar en condiciones de obtenerlas en la fecha en que termine el plazo de presentación de solicitudes. En el caso de titulaciones obtenidas en el extranjero deberá acreditarse su homologación por el Ministerio de Educación y Formación Profesional o cualquier otro órgano de la administración competente para ello. Este requisito no será de aplicación a las personas aspirantes que hubieran obtenido el reconocimiento de su cualificación profesional, en el ámbito de las profesiones reguladas, al amparo de las disposiciones de Derecho Comunitario. A efectos de equivalencias con los títulos de Graduado en Educación Secundaria Obligatoria y de Bachiller o Técnico, deberá estarse a lo dispuesto en la Orden del Ministerio de Educación 1603/2009, de 10 de junio (BOE nº 146, de 17 de junio) por la que se



establecen las equivalencias con los títulos de Graduado en Educación Secundaria Obligatoria y de Bachiller regulados en la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación

- d) Reunir los requisitos específicos que figuran en el anexo I para la correspondiente categoría.
- e) Poseer la capacidad funcional para el desempeño de las tareas.
- f) No haber sido separada mediante expediente disciplinario del servicio de cualquiera de las Administraciones Públicas o de los órganos constitucionales o estatutarios de las Comunidades Autónomas, no hallarse en inhabilitación absoluta, ni hallarse en inhabilitación para el ejercicio de las funciones propias de la categoría profesional objeto de la convocatoria mediante sentencia firme o por haber sido despedido disciplinariamente de conformidad con lo previsto en el artículo 96.1 del Texto Refundido de la Ley del Estatuto Básico del Empleado Público aprobado mediante el Real Decreto Legislativo 5/2015, de 30 de octubre. En el caso de ser nacional de otro Estado, no hallarse inhabilitada en situación equivalente ni haber sido sometido/a la sanción disciplinaria o equivalente que impida, en su Estado, en los mismos términos el acceso al empleo público.
- g) No estar incursa en el Registro Central de Delincuentes Sexuales para las personas interesadas que participen a las categorías que impliquen contacto habitual con menores en los centros o puestos de trabajo de acuerdo con la Resolución de 13/09/2016 de la Dirección General de la Función Pública, para la aplicación del artículo 13.5 de la Ley Orgánica 1/1996, de 15 de enero de Protección Jurídica del Menor.

Estos requisitos deberán poseerse el día de finalización del plazo de presentación de solicitudes y mantenerse hasta el momento de la toma de posesión como personal laboral fijo.

## Más información

El temario de Ayudante de Cocina se compone de 16 temas.

Según consta en la Resolución de 11/02/2019 toda la información relativa a la presentación de solicitudes, requisitos de las personas participantes en el proceso selectivo, normas generales, tribunales, calendario y desarrollo del concurso-oposición estará disponible en:

- Portal de empleo público: <http://empleopublico.castillalamancha.es>
- Tablón de anuncios de sede electrónica: [www.jccm.es](http://www.jccm.es) (apartado publicaciones).
- Para recabar informacional también a través de: teléfono 012 (si es desde una localidad) y 925274552 (para todo el territorio español) o a través del correo electrónico ([oposiciones.ear@jccm.es](mailto:oposiciones.ear@jccm.es)).

## Docentes

### Teresa Asensio Villar

Funcionaria de carrera. Diplomada en Empresas y Actividades Turísticas, Técnico Superior en Dirección de Cocina y Técnico Superior en Realización de Audiovisuales y Espectáculos. Profesora de Formación Profesional de la especialidad de Cocina y Pastelería de la Junta de Comunidades de Castilla La Mancha. Experiencia profesional como docente durante catorce años para la Junta de Comunidades de Castilla La Mancha y la Comunidad de Madrid.



## Antonio Montes Oviedo

Diplomado en Magisterio por la Universidad de Castilla la Mancha, Técnico Superior en Dirección de Cocina y diversos cursos de especialización tanto de didáctica-pedagogía como de cocina y pastelería. Docente de Cocina y Pastelería en la Junta de Comunidades De Castilla la Mancha desde hace 5 años.

## Begoña Batanero Bachiller

Funcionaria de carrera. Diplomada en Empresas y Actividades Turísticas. Profesora de secundaria en la especialidad de Hostelería y Turismo. Experiencia profesional como docente, veintiséis años en la Junta de Comunidades de Castilla la Mancha. He desarrollado diversos proyectos educativos relacionados con la gastronomía (Proyecto de truficultura con empresa local), el turismo (guías de turismo) y el medioambiente, (I Congreso científico escolar Glackma).

## Javier Merino

Grado Superior de Hostelería y Turismo (Restauración). Grado Superior de Administración y Finanzas. Trabajando en Hospital Universitario General Ciudad Real como Jefe de Equipo de Cocina desde 2018 y en diversos Hospitales desde 2013. Docente en distintos cursos de Ayudante de Cocina desde 2013.

## Pilar Farelo

Licenciada en Derecho, Graduada en Educación Social, Máster del Profesorado en Educación Secundaria Obligatoria, Bachillerato y Formación Profesional e Idiomas. Máster en Igualdad de Género. Formación Agentes de Igualdad. Máster en Prevención de Riesgos Laborales. Actualmente Orientadora Laboral en cursos de Formación PLUS (JCCM), y Grado Superior de Formación Profesional. Docente en cursos monográficos del Área Integrada SESCAM de Talavera de la Reina y diferentes Instituciones Públicas.

## Metodología

Para lograr los mejores resultados, seguimos una planificación estructurada y rigurosa que asegure continuidad en el estudio del alumno y afianzamiento de los contenidos. Se trabajará con una metodología activa y participativa que facilite la interacción, fomente la responsabilidad sobre el aprendizaje, asegure la motivación, favorezca la modificación o adquisición de nuevas actitudes, posibilite el desarrollo de habilidades y potencie la evaluación como un proceso de retroalimentación continua.

A principios de cada mes, el alumno recibirá el **temario impreso** correspondiente a esa mensualidad en su domicilio. A su vez, durante toda la preparación y hasta fecha de examen estará disponible el aula virtual, donde encontrarán las **diapositivas** de todos los temas, **autoevaluaciones** extensas de cada tema, así como el material complementario y los **simulacros de examen** para afianzar los contenidos estudiados hasta el momento. También disponen de **tutorías** a través de la plataforma para que los alumnos puedan mantener contacto directo con todos los docentes.



## Modalidad Online

Incluye videos explicativos de todos los contenidos de los temas, para asegurar un proceso completo de estudio. ¿Qué incluye?

- **Acceso al aula virtual ilimitado.**
- **Temario elaborado personalmente por nuestros docentes** que se enviará impreso a tu domicilio siempre a principios de cada mes.
- Se incluyen multitud **de simulacros**, que podrás realizar a través de la plataforma.
- Multitud de **autoevaluaciones de cada tema** para realizar un repaso constante y eficaz.
- **Clases** explicativas y dinámicas.
- **Tutoría** personalizada semanal.
- **Diapositivas** con los apartados más relevantes de cada uno de los temas.
- **Asesoramiento** continuo sobre; las estrategias a seguir en las distintas pruebas, el desarrollo de las mismas, etc.
- **Material Complementario** que cada mes el docente entregará como complemento al temario y apoyo a los contenidos.
- **Asesoramiento psicológico** para llevar una buena organización y metodología de estudio

## Calendario

La formación completa tendrá una duración de **8 meses**. Podrás encontrar el calendario con la distribución de los temas en el aula virtual.

## Temario

Tema 1.- Definición de ayudantes de cocina. Ubicación de la ocupación de ayudante de cocina. Funciones. Organigrama simple.

Tema 2.- Concepto de cocina. Condiciones físico-ambientales que debe reunir el local de cocina. Conceptos de limpieza y desinfección, proveedores y trazabilidad. Control de desperdicios.

Tema 3.- Normas de higiene para la elaboración, distribución y comercio de comidas preparadas. Concepto y utilidad de comidas-testigo.

Tema 4.- Definición de batería de cocina. Tipos de materiales de batería de cocina atendiendo a sus propiedades de combustibilidad e inalterabilidad. Conservación de la batería de cocina: necesidades y formas de conservación. Componentes de la batería de cocina: conceptos y tipos.

Tema 5.- Tecnología de la cocina. Maquinaria: generadores de calor, (gas propano, gas ciudad, electricidad), otros generadores de calor, generadores de frío y pequeña maquinaria.

Tema 6.- Herramientas de cocina: concepto, clases y utilidades. Prevención de riesgos.

Tema 7.- Terminología culinaria: concepto y términos (abrillantar, acaramelar, adobar, aromatizar, brasear, cocer al vapor, empanar, etc.).



Tema 8.- Concepto de conservación de géneros. Formas de conservación: medios físicos, químicos y biológicos.

Tema 9.- Técnicas para tratamiento y preparación inicial de los alimentos (lavado, corte, descongelación, etc.). Las contaminaciones cruzadas.

Tema 10.- Técnicas elementales para elaboración y preparación de guarniciones y complementos de los menús (verduras, ensaladas, patatas, etc.).

Tema 11.- Técnicas básicas para organización del comedor, preparación de las mesas y presentación de los alimentos.

Tema 12.- Clasificación de las técnicas de cocinado. Procedimientos por vía húmeda: cocción, guisado y frituras. Procedimientos por vía seca: asados.

Tema 13.- Los alimentos. Clases: hidratos de carbono, grasas y proteínas. Las alergias e intolerancias.

Tema 14.- Técnicas de higienización de dependencias y del menaje y útiles de cocina.

Tema 15.- Técnicas de manipulación y conservación de alimentos. Buenas Prácticas de Manipulación. Concepto de análisis de peligros.

Tema 16.- La igualdad efectiva de mujeres y hombres en el ámbito de las Administraciones Públicas. Políticas públicas de igualdad.

## Importe

**Matrícula:** 30€

**Mensualidad:** 70€ modalidad Online

**Descuento:** 12% para la afiliación de **STAS-CLM Intersindical**. ¡Solicita tu cupón antes de matricularte!

