

## TFP COMMIS DE CUISINE TITRE A FINALITE PROFESSIONNELLE DE NIVEAU 3

2024 TAUX DE CERTIFICATION : 94%

TAUX DE SATISFACTION : 92%

<b>Durée</b>	399 heures, soit 57 jours (parcours complet) <i>dont 280h en centre et 119h en entreprise</i>	<b>Tarif</b>	INTER : 8 400€ HT /pers (parcours complet) INTRA : nous contacter <i>Frais de certification inclus</i>
<b>Public visé</b>	Toute personne amenée à intervenir dans l'activité de cuisine et souhaitant obtenir son titre à finalité professionnelle de niveau 3 (TFP) Commis de cuisine	<b>Pré-requis</b>	Le candidat doit être capable de lire et comprendre des écrits simples, rédiger des informations élémentaires, effectuer des calculs et conversions de base, et s'exprimer clairement en français au sein d'un collectif de travail.
<b>Lieu</b>	<input checked="" type="checkbox"/> ASFOREST <input type="checkbox"/> en ligne <input checked="" type="checkbox"/> en entreprise <input type="checkbox"/> mixte	<b>Dates</b>	Prochaines dates nous contacter (parcours complet ou bloc de compétences)

**Devenir commis de cuisine, c'est faire ses premiers pas dans l'univers passionnant de la gastronomie.** Au cœur de la brigade, le commis prépare les produits, épluche, découpe, réalise les bases comme les fonds ou les sauces, et participe à la création de plats simples, sucrés ou salés. Il soigne la présentation des assiettes avant de les transmettre en salle. Il veille aussi à la bonne réception des marchandises, à leur rangement, et à l'hygiène irréprochable de son poste. C'est un métier polyvalent, dynamique, et formateur – la meilleure école pour évoluer en cuisine !

Pour en savoir plus sur ce parcours de formation, [contactez-nous](#).

### OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

Le parcours de formation permet d'acquérir les compétences attendues dans le référentiel de compétences constitutif du titre à finalité professionnelle (TFP) Commis de cuisine de niveau 3, reconnu par la branche professionnelle du secteur HCR ([RNCP 37859](#) – TFP Commis de cuisine – CERTIDEV – enregistrée le 19-07-2023 – échéance le 19-07-2028). Ces compétences sont regroupées en blocs de compétences. Elles seront évaluées tout au long de la formation suivant le référentiel de certification, en vue de la préparation de l'évaluation certificative et de l'obtention du TFP.

#### **Bloc 1 : Préparer son poste de travail et son activité au sein d'une cuisine dans le cadre d'une production culinaire**

- Adopter une posture professionnelle permettant de collaborer efficacement au sein d'un collectif de travail
- Communiquer de manière compréhensible avec son environnement de travail pour faciliter les transmissions d'information
- Appliquer les règles de sûreté sur son lieu de travail afin de veiller à sa protection et de réduire tous risques éventuels
- Préparer son poste de travail en respectant les consignes et les besoins de production tout en identifiant les informations relatives aux produits et pratiques alimentaires
- Appliquer les règles et principes d'hygiène et de sécurité alimentaire afin de préserver la santé des consommateurs lors de la préparation du poste de travail
- Nettoyer son poste de travail (après toute production) en appliquant les protocoles d'hygiène et de développement durable afin d'obtenir un espace de travail propre et sécurisé.
- Appliquer les règles de sécurité et santé au travail afin de veiller à sa sécurité et celles des autres

#### **Bloc 2 : Réaliser des préparations culinaires de base en respectant les consignes de production**

- Préparer et découper les produits selon les procédures et techniques en vigueur
- Réaliser les préparations culinaires de base (entrées, plats) en suivant les consignes afin de répondre aux impératifs de production
- Réaliser des desserts de restaurant de base en suivant les consignes afin de répondre aux impératifs de production

TOURISME / HOTELS / RESTAURANTS / CAFES / TRAITEURS / RETAIL

- Appliquer les règles d'hygiène et de sécurité alimentaire afin de préserver la santé des clients lors de la production culinaire
- Respecter le cadre de production afin de répondre aux exigences attendues en cuisine

### **Bloc 3 : Réceptionner et stocker des marchandises**

- Réceptionner les marchandises en tenant compte des exigences réglementaires et contractuelles afin de contrôler les produits
- Participer à l'approvisionnement des marchandises en estimant les produits nécessaires à la production afin de limiter le gaspillage
- Ranger les marchandises en appliquant des méthodes de stockage, de traçabilité et de gestion des déchets
- Appliquer les règles de sécurité et d'hygiène alimentaire lors du stockage des marchandises afin d'assurer la conformité sanitaire des produits
- Appliquer les règles de sécurité et santé au travail lors de la manipulation des marchandises afin de veiller à sa sécurité et celles des autres

Chaque bloc de compétences de la certification est évalué de manière autonome et la certification est réputée acquise dès lors que le candidat a validé les deux blocs de la certification.

## CONTENU DU PROGRAMME

**Test de positionnement** : évaluation des connaissances et compétences en amont de la formation.

### **1- Introduction pédagogique et administrative (7 heures)**

### **2- Bloc 1 : Préparer son poste de travail et son activité au sein d'une cuisine dans le cadre d'une production culinaire (49 heures)**

- Collaboration au sein d'un collectif de travail en adoptant une posture professionnelle et une communication adaptée tout en veillant aux règles de sûreté au travail (14 heures)
- Préparation du poste de travail selon les consignes de production et les règles d'hygiène et de sécurité sanitaire et de sécurité au travail (35 heures)

### **3- Bloc 2 : Réaliser des préparations culinaires de base en respectant les consignes de production (105 heures)**

- Réalisation des préparations culinaires de base salées et sucrées selon les procédures et techniques en vigueur et selon les consignes de production (77 heures)
- Réalisation des productions culinaires en respectant le cadre de production attendu et en appliquant les règles d'hygiène et sécurité sanitaire (28 heures)

### **4- Bloc 3 : Réceptionner et stocker des marchandises (35 heures)**

- Réception des produits et participation à l'approvisionnement des marchandises à partir des documents administratifs et en réalisant le suivi des mouvements de stocks (14 heures)
- Rangement des produits en tenant compte de méthode de stockage et en respectant les règles d'hygiène sanitaire et de sécurité au travail (21 heures)

### **5- Compétences clés et soft skills (49 heures)**

### **6- Stage en entreprise (119 heures)**

### **7- Evolution professionnelle (14 heures)**

- Valoriser de l'expérience acquise en formation et stage
- Structurer son évolution professionnelle : actualisation de CV, simulation d'entretien...

**Evaluations finales (réparties sur 21 heures à la fin du parcours de formation)** : évaluation de l'acquisition de l'ensemble des connaissances et compétences du parcours.

- Evaluation « blanche » Bloc 1, 2 et 3 : Préparation aux épreuves finales, mise en situation reconstituée, questionnaire, entretien complémentaire
- **Evaluation certificative Bloc 1 (1h)** : Etude de situation numérisée et questionnaire : 1h max.
- **Evaluation certificative Bloc 2 (5h10)** : Mise en situation reconstituée : 5h max - Préparation au choix : Entrée / dessert ou Plat / dessert ET Entretien avec le jury : 10 mn.

- **Evaluation certificative Bloc 3 (45mn)** : Etude de situation numérisée et questionnaire : 45 mn max.

**L'expérience métier ASFOREST, c'est une approche renforcée de la professionnalisation.** En complément du référentiel, la formation intègre un renforcement en compétences clés, un travail sur les soft skills essentiels en cuisine, ainsi qu'une sensibilisation à la démarche écoresponsable. Les stagiaires reçoivent également une attestation de formation spécifique à l'hygiène alimentaire en restauration commerciale et bénéficient d'une évaluation blanche pour se préparer sereinement aux épreuves finales. Une approche concrète et professionnalisante, en phase avec les attentes du secteur.

*Le nombre d'heures est donc donné à titre indicatif – il pourra être revu en fonction notamment des tests de positionnement dans une logique d'individualisation des parcours.*

En présentiel, l'alternance des temps théoriques et pratiques et des temps de pauses réguliers entre les séquences et suivant les activités pédagogiques favorisent la récupération mentale des participants, leur assimilation des connaissances et compétences, les interactions sociales entre les participants, et l'amélioration de leur performance en restant alertes et engagés tout au long de la formation.

## BLOCS DE COMPETENCES

A l'issue de la formation, le dossier du candidat est transmis à la commission paritaire du certificateur qui, en fonction des résultats, valide l'obtention du TFP dans son intégralité, ou d'une attestation de blocs de compétences le cas échéant. En 2024, ASFOREST a présenté 166 candidats, soit un taux de présentation à l'examen de 87%. 94% d'entre eux ont reçu une certification : 66% ont obtenu leur TFP Commis de cuisine et 28% au moins un bloc de compétences. 58% sont en activité en sortie de formation.

### **Parcours professionnels - Plusieurs types d'évolution sont envisageables :**

- En continuant d'exercer le même métier : la diversité des entreprises du secteur (taille, catégorie, localisation géographique,...) offre de très nombreuses possibilités aussi bien en France qu'à l'étranger.
- En exerçant le même métier mais dans un contexte différent : structure collective ou restauration traditionnelle par exemple.
- Au sein du secteur en se dirigeant vers un autre métier : cuisinier par exemple.

En 2022, le certificateur affichait 999 certifiés avec un taux d'insertion global à 6 mois de 72% et un taux d'insertion dans le métier visé à 6 mois de 58%.

## METHODES MOBILISEES

- **Utilisation de méthodes pédagogiques expositives, interrogatives et actives variées qui permettent d'enrichir l'expérience d'apprentissage, rendant la formation efficace et agréable pour les participants** (engagement, adaptation aux différents styles d'apprentissage, stimulation de la créativité, réduction de la fatigue cognitive, acquisition, développement et actualisation des connaissances et compétences...) : apports théoriques, travaux de groupe, études de cas, jeux de rôle, ateliers pratiques, discussions dirigées, apprentissage par projet, démonstrations, brainstorming, feedback, évaluations...
- **Supports et ressources pédagogiques qui permettent de créer des environnements d'apprentissage riches et variés répondant aux besoins et aux préférences des participants** : présentation, tableau blanc, affiches, graphiques, fiches de travail, brochures, articles, études de cas, jeux éducatifs, parc informatique avec les licences logiciels nécessaires, sondages, quiz, vidéo tutoriel, écran de projection, applications web, plateforme en ligne...
- **Accompagnement et assistance pédagogiques permettant de structurer l'apprentissage et de le rendre interactif et soutenant, grâce à l'animation de l'ensemble des séquences par un formateur référent** : accueil en formation, introduction, suivi individualisé, adaptation aux besoins, encadrement du groupe, encouragement, gestion du stress, utilisation de ressources pédagogiques, activités pratiques, évaluations, feedback, suivi post-formation...

## MODALITES TECHNIQUES ET D'ACCES

- **Accès à la formation** : Les participants peuvent s'inscrire auprès de nos équipes dans la limite des places disponibles jusqu'à la veille de la formation ; l'employeur doit néanmoins tenir compte des délais imposés par un tiers payeur le cas échéant.

- **Assistance** : L'assistance technique et administrative en amont et au démarrage de la formation est assurée par notre équipe administrative et de coordination (convention, convocation, règlement intérieur, accueil physique...). Elle reste également disponible du lundi au vendredi de 9h à 18h au cours et post-formation par mail et téléphone pour assurer le suivi de l'exécution (attestation, facturation, réclamations...). Si l'aide n'est pas immédiate, une réponse est apportée dans les 48h ouvrées.
- **Lieu, équipements et matériel** : Les espaces de formation ASFOREST, entièrement équipés (écrans, tableaux blancs, parc informatique, accès internet, cuisine d'application...), sont aménagés pour favoriser l'interaction et le confort des participants, dans des locaux accessibles aux personnes à mobilité réduite. Si la formation se déroule en dehors du centre de formation (dans l'entreprise par exemple), l'employeur s'engage à mettre à disposition de ses salariés tous les moyens nécessaires pour suivre sa formation dans les bonnes conditions.
- **Accessibilité** : Nous invitons tous les participants à nous faire part de toute demande d'adaptation afin que nous puissions y répondre en amont de l'entrée en formation. Confidentialité garantie.

## MODALITES D'EVALUATION ET SUIVI DE L'ACTION

**Evaluations pédagogiques** : *Les coûts des évaluations et de certification sont inclus dans le coût global du parcours.*

- **Test de positionnement** : évaluation des connaissances et compétences en amont de la formation. Suivant l'ingénierie prévue par le certificateur CERTIDEV, une grille d'évaluation construite sur la base des capacités attendues dans les blocs de compétences pour l'obtention du TFP et un entretien permettent d'établir un positionnement préalable par rapport au référentiel de certification, d'ajuster le parcours de formation, notamment le nombre d'heure de chaque module) et de proposer un accompagnement individualisé.
- **Evaluation continue** : à la fin de chaque séquence pour validation des modules et/ou suivi et accompagnement individualisé pour l'acquisition des connaissances ou compétences non maîtrisées. L'évaluation continue des compétences est réalisée en étroite collaboration entre le formateur référent en centre et le tuteur en entreprise lors de l'alternance. Les modalités d'évaluation sont complémentaires et permettent une évaluation fine par capacité et compétence et globale par bloc de compétences. A minima une visite ou un échange téléphonique pourront être organisées avec le formateur.
- **Evaluation finale** : évaluation de l'acquisition de l'ensemble des connaissances et compétences du parcours. Suivant l'ingénierie prévue par le certificateur CERTIDEV, l'évaluation finale des compétences est réalisée par la commission d'évaluation composée d'un évaluateur pédagogique et d'un expert professionnel. Les épreuves « cœur de métier » sont de différentes natures : des mises en situations réelles ou reconstituées, des études de cas, des quizz et autres QCM, un entretien oral...

### Suivi post-formation :

- Le stagiaire reçoit une attestation de fin de formation et sur demande employeur un relevé de présence peut également être établi.
- Enquête de satisfaction auprès des participants (à chaud à l'issue de la formation et à froid 3 mois après la fin de la formation) et auprès des employeurs permettant de mesurer la qualité de la formation et l'atteinte des objectifs.
- Enquête emploi réalisée à 3, 6 et 24 mois après la fin de la formation, afin de suivre l'insertion professionnelle post-formation et de proposer des pistes parmi nos partenaires qui recrutent le cas échéant.
- Le dossier candidat est transmis à la commission paritaire du certificateur qui, suivant son calendrier, valide l'obtention du TFP, ou d'une attestation de blocs de compétences le cas échéant.

*mise à jour : 05/07/2026*

