

## ESF VAHENDITEST RAHASTATAVA TÄISKASVANUTE TÄIENDUSKOOLITUSE ÕPPEKAVA

### 1. Üldandmed

Õppeasutus:	Haapsalu Kutsehariduskeskus
Õppekava nimetus: <i>(venekeelsetel kursustel nii eesti kui vene keeles):</i>	Koka täienduskoolitus – kala eeltöötlemine ja roogade valmistamine
Õppekavarühm: <i>(täiendus- koolituse standardi järgi)</i>	Kokandus
Õppekeel:	Eesti keel

### 2. Koolituse sihtgrupp ja õpiväljundid

**Sihtrühm ja selle kirjeldus ning õppe alustamise nõuded.** *Ära märkida milliste erialaoskuste, haridustaseme või vanusegrupi inimestele koolitus on mõeldud ning milline on optimaalne grupi suurus; ära tuua kas ja millised on nõuded õpingute alustamiseks.*

**Sihtrühm:** abikokad, kokad või teised erialase tasemehariduseta toitlustusteeninduses töötavad täiskasvanud, kes soovivad toiduvalmistamise valdkonnas oma teadmisi ning oskusi täiendada ja parandada. Aga ka erialaste oskusteta inimesed, kes soovivad töötada toitlustusettevõttes (sh nt hooajaliselt või ka osalise koormusega) või saada täiendavaid tööalaseid teadmisi.

**Optimaalne grupi suurus** on 13õppijat

**Õppe alustamise nõuded:** soovitav on seos toitlustusvaldkonnaga.

**Õpiväljundid.** *Õpiväljundid kirjeldatakse kompetentsidena, mis täpsustavad, millised teadmised, oskused ja hoiakud peab õppija omandama õppeprotsessi lõpuks.*

Koolituse lõpuks õppija:

- oskab valida erinevate kalaliikide vahel ja kasutada neid menüü koostamisel ja toidukordade planeerimisel
- roogib erinevaid Eesti vetest püütud kalu arvestades tööohutuse- ja toiduhügieeninõudeid
- valmistab toiduvalmistamise põhitehnoloogiaid kasutades, kvaliteedi ja toiduhügieeni nõuetele vastavaid roogasid kalast
- serveerib kalatoidud, lähtudes toitute serveerimise põhialustest ja kasutades loovust ning analüüsib erinevate toodete kvaliteeti leides vead ja nende tekkimise põhjused.

**Õpiväljundite seos kutsestandardi või tasemeõppe õppekavaga.** *Tuua ära vastav kutsestandard ning viide konkreetsetele kompetentsidele, mida koolitusega saavutatakse.*

**Kokk tase 4. Kompetentsusnõuded B.2.4. ja B.2.5.**

### **Põhjendus.** *Tuua põhjendus koolituse sihtrühma ja õpiväljundite valiku osas*

Õpiväljundid on seotud Kokk tase 4 kutsestandardiga. Sihtgrupi valik sõltub programmi eesmärkidest ning piirkonna eripärast. Täna on turismivaldkond ja teenindussektor kõige keerulisemas olukorras ning erialane täienduskoolitus aitab töötajatel püsida tööturul ning ettevõtjatel olla konkurentsivõimelised.

Kala on tooraine, mille populaarsus on erinevate tarbijagruppide hulgas kasvamas. Teisalt aga võib väita, et Haapsalu ja Läänemaa toitlustusasutustes on kalarogade valik pigem väike. Läänemaa ja Haapsalu mereäärne asukohta määrab juba selle, et meie toidukohtades võiks menüüs olla korralik valik kohaliku kala nõ erinevates võtmetes. Toitlustusettevõttes jääb kala planeerimine menüüsse probleemi taha, et ei osata töödelda ega kasutada õigeid võtteid. Ostetakse toorainena sisse kalleid fileesid, kuigi ise fileerimine on väga lihtne kui seda osata.

Oskamatus võib muuta roa hinna kalliks. Kliendi ootavad ja otsivad kuurortlinna toitlustusasutustest kalatoite. Kohalikust toorainest kalatoidud on eestlaste seas populaarsed. Neid kasutatakse palju lasteaedade, koolide, haiglate menüüdes ning loomulikult ka toitlustus- ja turismiettevõtete menüüdes. Kuid ettevõtjalt, klientidelt kooli täiskasvanud koka eriala õppijate praktika sooritamise käigus saadud tagasiside näitab, et probleemiks on kalarogade valmistamisel valed töövõtted ja seadmete kasutamine, mis toob kaasa tooraine raiskamise ning vähesed praktilised oskused mitmekülgsede ja tervislike kalarogade valmistamisel. Käesolev õppekava aitaks probleemi lahendamisele kaasa. Seetõttu on käesoleva koolituse läbiviimine töötavatele kokkadele või abikokkadele väga oluline.

### **3. Koolituse maht**

<b>Koolituse kogumaht</b> akadeemilistes tundides:	<b>40</b>
Kontaktõppe maht akadeemilistes tundides:	<b>40</b>
sh auditoorse töö maht akadeemilistes tundides: ( <i>õpe loengu, seminari, õppetunni või koolis määratud muus vormis</i> )	<b>8</b>
sh praktilise töö maht akadeemilistes tundides: ( <i>õpitud teadmiste ja oskuste rakendamine õppekeskkonnas</i> )	<b>32</b>
Koolitaja poolt tagasisidestatava iseseisva töö maht akadeemilistes tundides:	<b>0</b>

### **4. Koolituse sisu ja õppekeskkonna kirjeldus ning lõpetamise nõuded**

**Õppe sisu ja õppekeskkonna kirjeldus.** *Tuua sisu peamised teemad ja alateemad sh eristada auditoorne ja praktiline osa. Esitada õpiväljundite saavutamiseks vajaliku õppekeskkonna lühikirjeldus. Loetleda kursuse kohustuslikud õppematerjalid (nt õpikud vmt) kui need on olemas. Kui õppijalt nõutakse mingeid isiklikke õppevahendeid, tuua ka need välja.*

**Õppe sisu (40 õppetundi):**

- Tooraine tundmine (erinevad kalaliigid) ja selle kasutamise võimalused roogade valmistamisel lähtudes tervisliku toitumise põhimõtetest. (2 auditoorset tundi ja 15 praktilist tundi)
- Kalade eeltöötlemine ja töötlemine. Rookimine. (5 praktilist tundi)
- Seadmed ja töövahendid kalarooegade valmistamisel. Kuumtöötlus. (2 auditoorset tundi ja 5 praktilist tundi)
- Hügieeninõuded. Tehnoloogilise kaardi koostamine. (4 auditoorset tundi)
- Kalarooegade valmistamine ning serveerimine: eelroogade ja pearoogade valmistamine ja sobivate lisandite valmistamine ja serveerimine. Kvaliteet. (7 praktilist tundi)

**Õppekeskkonna kirjeldus:**

Toidu valmistamine toimub kooli õppeköögis. Õpe viiakse läbi kaasajastatud seadmete ja vahenditega õppeköögis (13 töökohta). Õppekööök on mõeldud tasemeõppe läbiviimiseks ja ruumid ning vahendid vastavad nõuetele. Õppetöö toimub individuaalselt, paaris ja ka grupitööna. Koolitusvahendid annab koolitaja. Õppeköögis on vahetusjalatsid kohustuslikud ning õppija peab arvestama koolituspäeva lõpus puhastus- ja koristustöödega.

Kõik õppeks vajalikud vahendid annavad koolitajad (õppija osaleb praktilises õppes oma riietes), kooli õpperuumid vastavad töötervishoiu ja tööohutuse nõuetele. Õppeks vajalikud vahendid ja õppematerjali annavad koolitajad.

**Õppemeetod:** aktiivne loeng ja praktiline töö. Vaatlus ja analüüs.

**Õppematerjalid koostab koolitaja.**

**Nõuded õppe lõpetamiseks, sh hindamismeetodid ja –kriteeriumid.** *Nõutav on vähemalt 70% kontakttundides osalemine ja õpiväljundite saavutamise hindamine. Õppijale väljastatakse õppe lõpetamise nõuete täitmisel tunnistus.*

**Lõpetajale väljastatakse:**

- Haapsalu KHK täienduskoolituse tunnistus, kui õpingute lõpetamise nõuded on täidetud. Nõutav on õpiväljundite hindamine ja vähemalt 70% ulatuses õppekava läbimine. Hindamine on mitmeeristav.

või

- tõend, kui õpitulemusi ei saavutatud, kuid õppija võttis osa õppetööst. Tõend väljastatakse vastavalt osaletud kontakttundide arvule.

Õppija läbib koolituse vähemalt 70% ulatuses ning sooritab praktilise töö.

Hindamismeetod	Hindamiskriteerium
Arutelu ja praktiline töö.	<p>Mitteeristav hindamine.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>valib erinevate kalaliikide vahel ja kasutada neid menüü koostamisel ja toidukordade planeerimisel</li> <li>roogib kalu arvestades tööohutuse- ja toiduhügieeninõudeid ning valmistab toiduvalmistamise põhitehnoloogiaid kasutades, kvaliteedi ja toiduhügieeni nõuetele vastava roa kalast</li> <li>serveerib kalatoidud, lähtudes toitade serveerimise põhialustest ja kasutades loovust ning analüüsib erinevate toodete kvaliteeti leides vead ja nende tekkimise põhjused</li> </ul>

## 5. Koolitaja andmed

**Koolitaja andmed.** *Tuua ära koolitaja ees- ja perenimi ning kursuse läbiviimiseks vajalikku kompetentsust näitav kvalifikatsioon või kompetentsi näitava õpi- või töökogemuse kirjeldus.*

### **Kaire Raba**

Tallinna Tehnikaülikool (1995) toitlustusettevõtte juhtimine ja töökorraldamine Lisainfo: Keemiateaduskonna lõpetanud insener-tehnoloog toitlustusvaldkonnas. Eesti Peakokkade Ühenduse koka kutseksamite hindamiskomisjoni liige

Teenistuskäik:

KR Food Consult OÜ juhatuse liige ja koolitaja

Nurme Bistroom, juhatuse liige, igapäevase töö juhtimine

Grand Holm Marina sadama restorani, juhatuse liige, manager

Karja Kuus OÜ juhatuse liige, restoran #Karjakuus

HKHK kutseõpetaja

### **Demo Kaev**

Demo lõpetas HKHK-s koka eriala 2007 aastal ja omab koka kutsekvalifikatsiooni.

Demo on olnud kokk terve oma tööelu, on töötanud väga erinevates toitlustussektorites – olnud restoranides kokk, aidanud välja töötada kalatööstust ja pidanud ise kohvikuid ning restorani. Osalenud mitmetel kutsevõistlustel ja saanud esimese koha vabariiklikel noorkokkade kutsevõistlusel.

On omandanud Soomes kalatehnoloogi kutse, lõpetanud Livia College in Finland 2011-2012

Töötanud paljudest tuntud Eesti restoranides kokana ja täiendanud ennast Itaalias Milanaos, töötades maailmakuulsa peakoka Paolo Sari käe all.

Karja Kuus OÜ restoran#Karjakuus osanik ja peakokk

Nurme Bistroom ja Catering peakokk

Rimi Eesti Food AS peakokk

**Õppekava koostaja:** *Kaire Raba, KR Food Consult OÜ, kaireraba@hotmail.com*