

HAAPSALU KUTSEHARIDUSKESKUSE ÕPPEKAVA						
<b>Õppekavarühm</b>		Majutamine ja toitlustamine				
<b>Õppekava nimetus</b>		Abikokk				
		Cook assistant				
		Помощник повара				
<b>Õppekava kood EHS-es</b>		189158				
ESMAÕPPE ÕPPEKAVA					JÄTKUÕPPE ÕPPEKAVA	
EKR 2	EKR 3	EKR 4 kutsekesk- haridus	EKR 4	EKR 5	EKR 4	EKR 5
	X					
<b>Õppekava maht:</b> 120 EKAP						
<b>Õppekava koostamise alus:</b> Kutseharidusstandard, Vabariigi Valitsuse määrus nr 130, vastu võetud 26.08.2013, Kutsestandard "Abikokk, tase 3", vastu võetud Teeninduse Kutsenõukogu otsusega nr 11, 09.11.2017						
<b>Õppekava õpiväljundid:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Abikokk käitleb toidutooret ja toitu säästlikult, abistab kokka toitude valmistamisel ja serveerimisel ning töötab koka juhendamisel individuaalselt ja meeskonnatöona.</li> <li>Abikokk täidab enesekontrolli tegevusi, korraldab oma tööd ning planeerib aega.</li> <li>Abikokk eeltötleb toiduaineid, külmtötleb köögivilju, valmistab vastavalt juhendile köögivilja-, teravilja-, muna- ja pastatoite ja pagaritooteid, teeb koka juhendamisel abitöid toitude valmistamisel.</li> <li>Abikokk teeb puhastus- ja koristustöid kõikides tootmisruumides.</li> <li>Abikokk tegutseb ja käitub eetilisel, esteetiliselt ning muul sotsiaalselt heaks kiidetud viisil.</li> </ul>						
<b>Õppekava rakendamine:</b> Statsionaarne koolipõhine õpe						
<b>Nõuded õpingute alustamiseks:</b> Õppima asumisel haridusnõue puudub.						
<b>Nõuded õpingute lõpetamiseks:</b> Õpingud loetakse lõpetatuks pärast õppekava täitmist täies mahus ning selles kirjeldatud õpiväljundite saavutamist lävendi tasemel. Õpilane sooritab lõpueksami, kus õppija demonstreerib omandatud oskusi: Abikokk valmistab etteantud juhendi järgi etteantud aja jooksul 2 rooga, katab laua vastavalt koka korraldustele, vormistab portsjonid ning serveerib. Abikokk vastab vajadusel täiendavatele küsimustele. Õppijal on võimalik saada Abikokk EKR tase 3 kutse, kui tõestab kutseeksamil kõik vajaminevad kompetentsid.						
<b>Õpingute läbimisel omandatavad kvalifikatsioonid:</b> Abikokk 3.taseme vastavad kompetentsid						
<b>Õpingute osalisel läbimisel omandatavad kvalifikatsioonid:</b> puuduvad						
<b>Lõpetamisel väljastatavad dokumendid:</b> Kooli lõputunnistus ja hinneteleht						
<b>Õppekava struktuur</b> <b>Põhiõpingute moodulid (89 EKAP)</b>						
<i>Nimetus</i>	<i>Maht</i>	<i>Õpiväljundid</i>				
Majutamise ja toitlustamise valdkonna alused	2 EKAP	Mõtestab majutamise ja toitlustamise valdkonna erinevate ettevõtete äriideesid. Orienteerub valdkonna töötajale esitatavates nõuetes ja kutse omistamises ning eesmärgistab enda õppimist. Orienteerub kutseõppeasutuse õppekeskkonnas ja lähipiirkonnas.				
Karjääri planeerimine ja ettevõtluse alused	3 EKAP	Mõistab oma vastutust teadlike otsuste langetamisel elukestva karjääriplaneerimise protsessis. Mõistab meeskonnatöö olulisust ja käitub vastastikust suhtlemist toetaval viisil. Mõistab majanduse olemust ja majanduskeskkonna toimimist ning oma rolli selles, lähtuvalt elukestva õppe põhimõtetest. Saab aru oma õigustest ja kohustustest töökeskkonnas toimimisel.				
Toitlustamise alused	18 EKAP	valmistab toite ja jooke lähtuvalt tehnoloogiast, tagab tehnoloogiliste kaartide				

alusel toidu kvaliteedi, töötab ergonoomiliselt, ohutult ja säästlikult ning järgib hügieeninõudeid  
kasutab ja puhastab köögiseadmeid ning töövahendeid vastavalt kasutus- ja hooldusjuhendile lähtudes tööohutusnõuetest  
koostab juhendi alusel menüü vastavalt tervisliku toitumise põhimõtetele, menüü koostamise alustele lähtuvalt kliendi soovidest ja vajadustest selgitab esmaabi korraldust toitlustusettevõttes ning annab esmaabi kergemate vigastuste korral

Teeninduse alused	6 EKAP	Mõistab toitlustusteeninduse põhimõtteid ja kliendikeskse teeninduse põhimõtteid. Lahendab teenindusolukordi vastavalt etteantud ülesandele. Teeb ettevalmistused, teenindab kliente selvelaudades ja istumisega laudades.
Abikoka praktilise töö alused	30 EKAP	Valmistab juhendamisel kvaliteedinõuetele vastavaid toite ja jooke, järgides toitlustusettevõtte töökorralduse põhimõtteid. Töötab juhendamisel meeskonna liikmena lähtuvalt toitlustusettevõtte töökorraldusest ning tööohutuse ja ergonoomia põhimõtetest. Töötab juhendamisel teenindusruumides, lähtuvalt teenindamise põhitehnikatest ning kliendikeskse teenindamise põhimõtetest.
Abikoka praktika	30 EKAP	Planeerib praktikajuhendi alusel isikliku praktika eesmäärke. Tutvub praktikajuhendi alusel praktikaettevõtte kui organisatsiooniga ning toitlustusosakonna toimingutega. Töötab juhendamisel praktikaettevõttes ja meeskonnas, järgides ettevõtte töökorraldust. Töötab juhendamisel toitlustamises kasutatavate seadmete ja töövahenditega, järgib tööhügieeni - ja tööohutusnõudeid. Eeltöötleb juhendamisel toiduaineid, valmistab juhendamisel ettevõtte menüü olevaid lihtsamaid toite ja jooke, teeb puhastus- ja korrastustöid. teenindab juhendamisel kliente järgib klienditeeninduse põhimõtteid koostab juhendamisel praktikaaruande

Põhiõpinguid on 89 EKAP (sh 30 EKAP praktikat), valikõpinguid 30 EKAP, lõpueksamiks ettevalmistus 1 EKAP.

#### **Valikõpingute moodulid (30 EKAP)**

<i>Nimetus</i>	<i>Maht</i>	<i>Õpiväljundid</i>
Pagari- ja kondiitritööd	20 EKAP	mõistab erialaseid pagari- ja kondiitritöö termineid kirjeldab pagari- ja kondiitritöös kasutatavaid spetsiifilisi tooraineid valmistab ja serveerib tehnoloogiliste kaartide alusel pagari- ja kondiitritooteid, tagades toodete kvaliteedi
Toitlustamise alused ( integreeritud põhiõpingute Toitlustamise aluste mooduliga)	10 EKAP	valmistab toite ja jooke lähtuvalt tehnoloogiast, tagab tehnoloogiliste kaartide alusel toidu kvaliteedi, töötab ergonoomiliselt, ohutult ja säästlikult ning järgib hügieeninõudeid kasutab ja puhastab köögiseadmeid ning töövahendeid vastavalt kasutus- ja hooldusjuhendile lähtudes tööohutusnõuetest koostab juhendi alusel menüü vastavalt tervisliku toitumise põhimõtetele, menüü koostamise alustele lähtuvalt kliendi soovidest ja vajadustest selgitab esmaabi korraldust toitlustusettevõttes ning annab esmaabi kergemate vigastuste korral

Abikoka Praktika ( lisa põhiõpingute mooduli sama sisuga moodulile) 10 EKAP

#### **Valikõpingute valimise võimalused:**

Õpilasel on võimalik valida valikmooduleid teistest kooli õppekavadest või teisest koolist moodulite raames, mis toetavad eriala õpinguid. Valikõpingute valimine toimub Haapsalu Kutsehariduskeskuse õppekorralduseeskirjas sätestatud tingimustel.

#### **Lõputööd ja -eksamid (1 EKAP)**

Lõpueksam	1 EKAP	õppija valmistab etteantud juhendi järgi 2 lihtsat müügikõlbulikkku rooga , katab laua, vormistab portsjonid ning serveerib
-----------	--------	---

#### **Praktika:**

Põhiõpingutest moodustab praktika 0.00 EKAPit.

**Õppekava kontaktisik:**

Tiina Sootalu

õpetaja

Telefon 53736149, tiina.sootalu@hkhhk.edu.ee

**Märkused:**

Kooli õppekava ja moodulite rakenduskavad on kättesaadavad:

[https://hkhhk.siseveeb.ee/veebivormid/oppekavad/oppekava\\_pdf?oppekava=120](https://hkhhk.siseveeb.ee/veebivormid/oppekavad/oppekava_pdf?oppekava=120)

[https://hkhhk.siseveeb.ee/veebivormid/oppekavad/oppekava\\_pdf?oppekava=120&rakenduskavad=jah](https://hkhhk.siseveeb.ee/veebivormid/oppekavad/oppekava_pdf?oppekava=120&rakenduskavad=jah) (koos moodulite rakenduskavadega)

## Abikokk

Õppekava moodulite nimetused ja mahud(EKAP)	Maht kokku	1. õppeaasta	2. õppeaasta
<b>Põhiõpingute moodulid</b>	<b>89</b>	<b>45</b>	<b>44</b>
Majutamise ja toitlustamise valdkonna alused	2	2	
Karjääri planeerimine ja ettevõtluse alused	3	1	2
Toitlustamise alused	18	10	8
Teeninduse alused	6	2	4
Abikoka praktilise töö alused	30	15	15
Abikoka praktika	30	15	15
<b>Valikõpingute moodulid</b>	<b>30</b>	<b>15</b>	<b>15</b>
Pagari- ja kondiitritööd	20	10	10
Toitlustamise alused ( integreeritud põhiõpingute Toitlustamise aluste mooduliga)	10	5	5
Abikoka Praktika ( lisa põhiõpingute mooduli sama sisuga moodulile)	10	5	5
<b>Lõputööd ja -eksamid</b>	<b>1</b>		<b>1</b>
Lõpueksam	1		1

## Abikokk

Seosed kutsestandardi „Abikokk, tase 3“ kompetentside ja eriala õppekava moodulite vahel.

Kompetentsi nimetus kutsestandardis	Eriala õppekava moodulid						Valikõpingute moodulid		
	Majutamise ja toitlustamise valdkonna alused	Karjääri planeerimine ja ettevõtluse alused	Toitlustamise alused	Teeninduse alused	Abikoka praktilise töö alused	Abikoka praktika	Pagari- ja kondiitritööd	Toitlustamise alused ( integreeritud põhiõpingute Toitlustamise aluste mooduliga)	Abikoka Praktika ( lisa põhiõpingute mooduli sama sisuga moodulile)
valmistab ette ja hoiab korras oma töökoha, lähtudes tööülesannetest ja hügieeninõuetest;	X		X	X	X	X	X	X	X
planeerib oma tööd tööpäeva lõikes vastavalt menüüle ja koka korraldustele	X	X	X	X	X	X	X	X	X
puhastab seadmeid ja töövahendeid, lähtudes juhendist;			X	X	X	X	X	X	X
käitleb prügi, lähtudes juhendist;		X	X	X	X	X	X	X	X
peseb saali ja toiduvalmistamise nõusid, lähtudes juhendist;			X	X	X	X	X	X	X
puhastab juhendamisel köögi, saali ja muud ruumid, kasutades sobivaid puhastusvahendeid ja -tarvikuid			X	X	X	X	X	X	X
abistab kokka kauba vastu võtmisel ja ladustamisel;			X	X	X	X	X	X	X
käitleb pakendeid ja taarat vastavalt koka korraldusele;			X	X	X	X	X	X	X
abistab laoseisu inventeerimisel vastavalt koka korraldustele.			X	X	X	X	X	X	X
kaalub toiduained lähtuvalt tehnoloogilisest kaardist; eeltöötleb aed- ja teraviljatooteid ja piimasaaduseid, kasutades asjakohaseid tehnoloogilisi võtteid, töövahendeid ja seadmeid;			X		X	X	X	X	X
valmistab võileibu, salateid ja külmi eelroogi vastavalt tehnoloogilisele kaardile ja/või koka juhendamisel;			X		X	X		X	X
valmistab köögivilja- ja piimasuppe vastavalt tehnoloogilisele kaardile ja/või koka juhendamisel.			X		X	X		X	X
valmistab piimatoodetest külmkastmeid vastavalt tehnoloogilisele kaardile ja/või koka juhendamisel;			X		X	X		X	X

. valmistab aedvilja- ja teraviljalisandeid vastavalt tehnoloogilisele kaardile ja/või koka juhendamisel;			X		X	X		X	X
valmistab külmi jooke vastavalt tehnoloogilisele kaardile ja/või koka juhendamisel;			X		X	X		X	X
vormistab toiduportsjonid ja vaagnad vastavalt tehnoloogilisele kaardile ja/või koka juhendamisel			X		X	X		X	X
katab ja koristab juhendamisel laudu;				X		X			X
. serveerib juhendamisel toite				X		X			X
lähtub oma töös eetilistest tõekspidamistest, järgides koka kutseala head tava;	X	X	X	X	X	X	X	X	X
2. peab kinni tööde ajakavast, jälgides samal ajal toiduseadusest tulenevaid töö- ja tuleohutusnõudeid; vastutab enda ja kaastöötajate turvalisuse eest ning tuleb toime ohuolukordades;	X	X	X	X	X	X	X	X	X
arvestab hügieeninõuetega, tagab toidu ohutuse ja kvaliteedi;	X	X	X	X	X	X	X	X	X
osaleb meeskonnatöös, vastutab võetud kohustuste täitmise eest;	X	X	X	X	X	X	X	X	X
. kasutab ressursse otstarbekalt ja keskkonda säästes;	X	X	X	X	X	X	X	X	X
töötab tulemuslikult pingelises olukorras ja kontrollib oma emotsioone;	X	X	X	X	X	X	X	X	X
. mõistab kultuuride mitmekesisust ja on kultuuriliselt salliv.	X	X	X	X	X	X	X	X	X

X – tähistatakse, millises moodulis antud kompetensi tegevusnäitaja omandatust hinnatakse

# Haapsalu Kutsehariduskeskus

## 3. taseme kutseõppe õppekava „Abikokk“

### MOODULI RAKENDUSKAVA

<b>Sihtrühm</b>	Põhihariduse nõudeta või põhiharidusega õppija		
<b>Õppevorm</b>	stационаarne - koolipõhine õpe		
<b>Mooduli nr</b>	<b>Mooduli nimetus</b>	<b>Mooduli maht (EKAP)</b>	<b>Õpetajad</b>
1	Majutamise ja toitlustamise valdkonna alused	2	Inga Pook
<b>Nõuded mooduli alustamiseks</b>	puuduvad		
<b>Mooduli eesmärk</b>	Õpetusega taotletakse, et õppija saab ülevaate majutusteeninduse õpiväljunditest ja -võimalustest, tööandja ootustest tänapäeva tööturul, kutse-etikast, tervisekäitumisest ning kooli õppekorraldusest.		

Õpiväljund 1	Hindamiskriteeriumid	Teemad/alateemad	Õppemeetodid	Hindamine
Mõtestab majutamise ja toitlustamise valdkonna erinevate ettevõtete äriideesid.	<p>Õppija:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- sõnastab rühmatööna küsimuste kellele, mida ja kuidas alusel vähemalt kolm majutamise ja toitlustamise valdkonna ettevõtte äriideed ning toob välja nende ettevõtete äriideede olulisemad sarnasused ning erinevused;</li> <li>- nimetab ja iseloomustab rühmatööna etteantud ettevõtete kliendirühmi;</li> <li>- loetleb etteantud äriidee järgi töötavate ettevõtete tooteid ja teenuseid;</li> <li>- leiab juhendi alusel informatsiooni majutamise ja toitlustamise kohta asjakohastest teabeallikatest sh meediast</li> </ul>	<p>Majutamise ja toitlustamise valdkonna ettevõtete olemus, iseärasused, toitlustusettevõtete ja –teenuste liigitus, äriideed. ( 4 t A) Õpikäik majutus- ja toitlustusettevõttesse ( 8 t A) Erialase materjali leidmine erinevatest infoallikatest ( 2 t A)</p>	<p>Interaktiivne loeng Rühmatöö Õpikäik</p>	Mitteeristav

**Hindamismeetod:**  
Rühmatöö  
Iseseisev töö  
Probleemsituatsiooni lahendamine

#### Lävend

Kirjeldatud on erinevate toitlustusettevõtete olemus

**Iseseisvad tööd**

Juhendi alusel erinevatest toitlustusettevõtete õpikäikudest raporti koostamine

Õpiväljund 2	Hindamiskriteeriumid	Teemad/alateemad	Õppemeetodid	Hindamine
Orienteerub valdkonna töötajale esitatavates nõuetes ja kutse omistamises ning eesmärgistab enda õppimist.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- kirjeldab kutsestandardi põhjal tööandjate ootusi endale kui tulevasele valdkonna töötajale, toob välja tööks vajalikud isikuomadused ja kirjeldab valdkonna kutse-eetikat;</li> <li>- kirjeldab kutse omistamisega seonduvat protsessi;</li> <li>- loetleb rühmatööna elukestva õppimise võimalusi oma valdkonnas;</li> <li>- sõnastab oma õppe eesmärgi lähtuvalt oma erialast</li> </ul>	<p>Tutvumine grupiga, õppekeskkonnaga, õppe eesmärgistamine ( 2 t A)  Majutus- ja toitlustusettevõtete kutsestandarditega tutvumine ( 2 t A)  Abikoka õppekava sisu ja ülesehitus (2 t A)  Elukestva õppimise tähtsus ja vajadus majutamise- ja toitlustamise valdkonnas (2 t A)</p>	<p>Mäng  Essee  Rühmatöö  Vestlus</p>	Mitteeristav
<b>Hindamismeetod:</b>				
Rühmatöö Essee Suuline esitus Juhtumi analüüs				
<b>Lävend</b>				
Kirjeldatud on abikoka kutsestandardi põhjal töötajale esitatavad nõuded. Kirjeldatud on kutse omistamise tegevused. Sõnastatud on enda õppimise eesmärgid abikoka erialal				
<b>Iseseisvad tööd</b>				
Eneseanalüüs kutsestandardist lähtuvalt õpetaja töölehe alusel				

Õpiväljund 3	Hindamiskriteeriumid	Teemad/alateemad	Õppemeetodid	Hindamine
Orienteerub kutseõppeasutuse õppekeskkonnas ja lähipiirkonnas.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- leiab õppetööks vajaliku informatsiooni kooli infosüsteemist;</li> <li>- nimetab ja leiab üles oma kooli erinevad teenindusüksused ja algaval perioodil õpetavad õpetajad;</li> <li>- nimetab õpilase kohustused ja õigused vastavalt õppetööd reguleerivatele dokumentidele;</li> <li>- kasutab sobivat õppemeetodit etteantud õppeülesande</li> </ul>	<p>Tutvumine kooli töökorraldusega: õppekorralduseeskiri, toetuste maksmise süsteem (2 t A)  Kohanemislager (14 t A)  Õppemeetodid ja elukestev õpe (2 t A)</p>	<p>Rühmatöö  Interaktiivne loeng  Vestlus  Teadmuslikud ja sportlikud mängud</p>	Mitteeristav



lahendamiseks

**Hindamismeetod:**

Rühmatöö  
Suuline esitus

**Lävend**

Kaardistatud on õppekeskkonna infosüsteem ja teenindusüksused.  
Nimetatud on õpilaste sisekorra eeskirjades olevad õigused ja kohustused.

**Iseseisvad tööd**

Õppeinfo kaardi koostamine juhendi alusel.

<b>Mooduli kokkuvõtva hinde kujunemine</b>	Mooduli kokkuvõttev hinne kujuneb, kui õppija 1. Koostab kirjaliku raporti majutus- ja toitlustusettevõtetesse õppekäigu põhjal töölehe alusel; 2. Koostab abikoka kutsestandardi alusel kirjaliku enesehinnangu etteantud töölehe alusel.
<b>Mooduli hindamine</b>	mitteeristav hindamine
<b>Õppematerjalid</b>	Kooli sisekorra eeskirjad; KIRJANDUS 1. Rekkor, S. Kersna, A. Merits, M. Roosipõld, A. Toitlustuse alused. Tallinn: Argo, 2000 ELEKTROONILISED ALLIKAD 2. HITSA Innovatsioonikeskus. Repositoorium. Kiirtoitlustusettevõtted. [ <a href="http://eope.ehte.ee/kiirtoitlustus/">http://eope.ehte.ee/kiirtoitlustus/</a> ] 3. HITSA Innovatsioonikeskus. Repositoorium. Suurköögid. <a href="http://eope.ehte.ee/suurk66gid">http://eope.ehte.ee/suurk66gid</a> 4. HITSA Innovatsioonikeskus. Repositoorium. Restoranid. <a href="http://eope.ehte.ee/restoranid/">http://eope.ehte.ee/restoranid/</a> 5. HITSA Innovatsioonikeskus. Repositoorium. Kohvikud. <a href="http://eope.ehte.ee/kohvikud">http://eope.ehte.ee/kohvikud</a> 6. HITSA Innovatsioonikeskus. Repositoorium. Sissejuhatus reisimise, turismi ja vaba aja veetmise valdkonna kutseõpingutesse. <a href="http://cmsimple.e-uni.ee/turism/">http://cmsimple.e-uni.ee/turism/</a> 7. Kutsekoda. Kutseregister. Kutsestandardid. Abikokk tase 3 kutsestandard.

# Haapsalu Kutsehariduskeskus

## 3. taseme kutseõppe õppekava „Abikokk“

### MOODULI RAKENDUSKAVA

<b>Sihtrühm</b>	Põhihariduse nõudeta või põhiharidusega õppija		
<b>Õppevorm</b>	stационаarne - koolipõhine õpe		
<b>Mooduli nr</b>	<b>Mooduli nimetus</b>	<b>Mooduli maht (EKAP)</b>	<b>Õpetajad</b>
2	Karjääri planeerimine ja ettevõtluse alused	3	Reet Saareväli
<b>Nõuded mooduli alustamiseks</b>	puuduvad		
<b>Mooduli eesmärk</b>	Õpetusega taotletakse, et õppija tuleb toime oma karjääri planeerimisega kaasaegses majandus-, ettevõtlus- ja töökeskkonnas, lähtuvalt elukestva õppe põhimõtetest.		

Õpiväljund 1	Hindamiskriteeriumid	Teemad/alateemad	Õppemeetodid	Hindamine
Mõistab oma vastutust teadlike otsuste langetamisel elukestva karjääriplaneerimise protsessis.	<p>Õppija:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- analüüsib juhendamisel enda isiksust ja kirjeldab enda tugevusi ja nõrkusi;</li> <li>- seostab kutse, eriala ja ametialase ettevalmistuse nõudeid tööturul rakendamise võimalustega;</li> <li>- leiab juhendamisel informatsiooni sh elektrooniliselt tööturu, erialade ja õppimisvõimaluste kohta;</li> <li>- leiab juhendamisel informatsiooni sh elektrooniliselt praktika- ja töökohtade kohta;</li> <li>- koostab juhendi alusel elektroonilisi lähtuvalt dokumentide vormistamise heast tavast: CV, motivatsioonikiri, soovivaldus;</li> <li>- valmistab juhendi alusel ette ja osaleb näidistööintervjuul;</li> </ul>	<p>Suhtlemisoskused: (8 t A)</p> <p>Teabevahetus ehk kommunikatsioon</p> <p>Suhtlemisoskused</p> <p>Suhtlejate vastastikune tajumine, tunnetamine, tundmaõppimine, mõistmine, suhtlejate vastastikune mõjutamine, vastastikuse sõltuvuse ja koostöö probleemide lahendamine.</p> <p>Inimestevahelised sotsiaalsed suhted, tavapärased suhtlemissituatsioonid</p> <p>Suhtlemisoskused. Kuulamine, eneseavamine.</p> <p>Verbaalne ja mitteverbaalne suhtlemine ja käitumine erinevates situatsioonides.</p> <p>Telefoni- ja internetisuhtluse hea tava.</p> <p>Karjääri planeerimine: (2 t A, 2 t P arvutil, 6 t I)</p> <p>Õppimisvõimalused ja töömaailma tundmine.</p> <p>Tööotsimine:</p> <p>kandideerimisdokumendid, tööintervjuu, tööotsimisallikad</p>	<p>Loeng</p> <p>Arutelu</p> <p>Paaristöö juhtumite lahendamine, rollimängud, analüüs</p>	Mitteeristav

#### Hindamisülesanne:

Õpimapi koostamine (CV, motivatsioonikiri, soovivaldus praktikale ja tööle kandideerimiseks).

#### Hindamismeetod:

Rühmatöö  
Arutus  
Analüüs

#### Lävend

Analüüsitud on enda tugevused ja nõrkused  
Leitud on informatsioon töö- ja õppimisvõimaluste kohta

Elektroniliselt on koostatud tööle kandideerimiseks vajalikud dokumendid  
Lahendatud on erinevaid suhtlemisolukordi juhendi alusel

### Iseseisvad tööd

Õpimapi koostamine (CV, motivatsioonikiri, soovialavaldus praktikale ja tööle kandideerimiseks).

Õpiväljund 2	Hindamiskriteeriumid	Teemad/alateemad	Õppemeetodid	Hindamine
Mõistab meeskonnatöö olulisust ja käitub vastastikust suhtlemist toetaval viisil.	<ul style="list-style-type: none"><li>- teab meeskonnatöö põhimõtteid ja kasutab seda oma töös;</li><li>- kasutab situatsioonile sobivat verbaalset ja mitteverbaalset suhtlemist;</li><li>- kasutab erinevaid suhtlemisvahendeid, sh järgib telefoni- ja internetisuhtluse head tava;</li><li>- järgib suhtlemissituatsioonides üldtunnustatud käitumistavasid;</li><li>- lahendab juhendi alusel tavapäraseid suhtlemisolukordi</li></ul>	Suhtlemisoskused ja meeskonnatöö: ( 4 t A, 4 t P) Kuulamine, eneseavamine. Verbaalne ja mitteverbaalne suhtlemine ja käitumine erinevates situatsioonides. Telefoni- ja internetisuhtluse hea tava. Meeskonnatöö põhimõtted ja oskused.	Loeng Arutelu Paaristöö juhtumite lahendamine, analüüs	Mitteeristav

### Hindamismeetod:

Iseseisev töö  
Arutlus  
Analüüs

### Lävend

Analüüsitud on enda tugevused ja nõrkused  
Leitud on informatsioon töö- ja õppimisvõimaluste kohta  
Elektroniliselt on koostatud tööle kandideerimiseks vajalikud dokumendid  
Lahendatud on erinevaid suhtlemisolukordi juhendi alusel

### Iseseisvad tööd

Õpimapi koostamine (CV, motivatsioonikiri, soovialavaldus praktikale ja tööle kandideerimiseks)

Õpiväljund 3	Hindamiskriteeriumid	Teemad/alateemad	Õppemeetodid	Hindamine
Mõistab majanduse olemust ja majanduskeskkonna toimimist ning oma rolli selles, lähtuvalt elukestva õppe põhimõtetest.	<ul style="list-style-type: none"><li>- koostab juhendi alusel enda leibkonna ühe kuu eelarve;</li><li>- loetleb Eestis kehtivaid otseseid ja kaudseid makse;</li><li>- täidab juhendamisel etteantud andmete alusel elektroonilise näidistuludeklaratsiooni;</li><li>- kasutab majanduskeskkonnas</li></ul>	Majanduse ja ettevõtluse alused ( 8 tundi auditoorset, 2 tundi praktilist tööd) Maksud ja eelarvesüsteem, töö- ja palgakorraldus, tuludeklaratsioon	Interaktiivne loeng Rühmatöö Vestlus Test	Mitteeristav

orienteerumiseks juhendi alusel riiklikku infosüsteemi „e-riik
<b>Hindamismeetod:</b> Rühmatöö Test Arutlus
<b>Lävend</b>
Koostatud on leibkonna kuueelarve. Nimetatud Eestis kehtivad maksud. Täidetud on elektrooniline tuludeklaratsiooni näidis.
<b>Iseseisvad tööd</b>
Enda leibkonna ühe kuu eelarve koostamine juhendi alusel

Õpiväljund 4	Hindamiskriteeriumid	Teemad/alateemad	Õppemeetodid	Hindamine
Saab aru oma õigustest ja kohustustest töökeskkonnas toimimisel.	<p>teab töötervishoiu ja tööohutuse põhilisi suundumisi lähtudes riiklikust strateegiast;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- selgitab tööandja ja töötajate põhilisi õigusi ning kohustusi ohutu töökeskkonna tagamisel;</li> <li>- tunneb ära ja kirjeldab meeskonnatööna töökeskkonna üldisi füüsilisi, keemilisi, bioloogilisi, psühhosotsiaalseid ohutegureid lähtudes riskianalüüsi olemusest;</li> <li>- leiab töölepinguseadusest informatsiooni töölepingu, tööajakorralduse ja puhkuse kohta;</li> <li>- võrdleb töölepingu, töövõtulepingu ja käsunduslepingu põhilisi erinevusi;</li> <li>- loetleb ja kirjeldab lühidalt töötaja õigusi, kohustusi ja vastutust sisaldavaid organisatsioonisiseseid dokumente;</li> <li>- arvestab juhendi abil ajatöö bruto- ja netopalka ning ajutise töövõimetuse hüvitist;</li> <li>- koostab ja vormistab juhendaja abiga e-kirja sh allkirjastab digitaalselt;</li> <li>- saab aru dokumentide säilitamise vajadusest organisatsioonis ja seostab seda isiklike dokumentide säilitamisega;</li> </ul>	<p>Töökeskkonnaohutus: ( 8 t A, 2 t P, 3 t I)</p> <p>Töötervishoid ja ohutegurid töökeskkonnas, esmaabi Tööohutus töökeskkonnas Tööõnnetusega seotud õigused ja kohustused Tööseadusandlus ( 10 A, 3 t I) Tööleping, töövõtuleping, käsundusleping, Töölepinguseadus Asjaajamine ( 10 t A, 3 t) Asjaajamine ja dokumendihaldus</p>	<p>Loeng Rühmatöö Iseseisev töö erialase kirjandusega</p>	Mitteeristav

**Hindamismeetod:**

Rühmatöö Iseseisev töö
<b>Lävend</b>
Kirjeldatud on töökeskkonna peamised ohutegurid. Kirjeldatud on tööandja ja töötaja tegevused töökeskkonna ohutuse tagamisel. Kirjeldatud on töötaja peamisi õigusi, kohustusi ja vastutust sisaldavaid dokumente. On arvestatud palka ja ajutise töövõimetuse hüvitist, juhendamisel. Koostatud on e-kiri.
<b>Iseseisvad tööd</b>
Töölepinguseadusest juhendi alusel informatsiooni leidmine

<b>Mooduli kokkuvõtva hinde kujunemine</b>	Mooduli kokkuvõttev hinne kujuneb, kui õppija: 1. koostab elektroonilise õpimapi, milles on - CV, motivatsioonikiri, sooviavaldus, e-kiri; 2. koostab juhendi alusel enda leibkonna ühe kuu eelarve; 3. täidab töölepinguseaduse põhjal töölehe
<b>Mooduli hindamine</b>	mitteeristav hindamine
<b>Õppematerjalid</b>	KIRJANDUS 1. Amundson, N. Poehnell, G. Karjääriteed. Tallinn: 2011 2. Kulu, L. Majandusõpik gümnaasiumile. Tallinn: Ermecol, 2011 3. Kuusik, A. Virk, K. Aarna, K. Sepp, L. Seppo, M. Mehine, T. McKay, M. Davis, M. Fanning, P. Suhtlemisoskused. Tartumaa: Väike Vanker, 2004 4. Naesseñ, L-O. Parem teenindamine. Tallinn: Avita, 1997 5. Randma, T. Ettevõtluse alused. Tallinn: Infotükk, 2008 6. Rekkor, S. Eerik, R. Parm, T. Vainu, A. Teenindamise kunst. Tallinn: Argo, 2013 7. Rekkor, S. Turundus. Majutamine ja toitlustamine. Tallinn: Ilo, 2006 8. Karjääriplaneerimine. Töölehtede kogumik kutseõppeasutuse õpilasele I, II, III. Tallinn: MISA, 2013 ELEKTROONILISED ALLIKAD 9. Ettevõtlusarendamise Sihtasutus [www.eas.ee] 10. Karjääriinfoportaal [www.rajaleidja.ee] 11. Rahandusministeerium [www.fin.ee ] 12. Maksu- ja tolliamet [www.emta.ee] 13. Sotsiaalministeerium. Meie. Väljaanded. 2012.Töötervishoiu ja tööohutuse käsiraamat kutsekoolidele. [www.sm.ee] 15. Töötukassa [www.tootukassa.ee] ÕIGUSAKTID 16. Töölepingu seadus. 2009.- RT I, 5, 35. 17. Töötervishoiu ja tööohutuse seadus. 1999.- RT I, 60, 616. 18. Völaõigusseadus. 2001.- RT I, 81, 487.

# Haapsalu Kutsehariduskeskus

## 3. taseme kutseõppe õppekava „Abikokk“

### MOODULI RAKENDUSKAVA

<b>Sihtrühm</b>	Põhihariduse nõudeta või põhiharidusega õppija		
<b>Õppevorm</b>	stasionaarne - koolipõhine õpe		
<b>Mooduli nr</b>	<b>Mooduli nimetus</b>	<b>Mooduli maht (EKAP)</b>	<b>Õpetajad</b>
3	Toitlustamise alused	18	Inga Pook, Aili Tervonen
<b>Nõuded mooduli alustamiseks</b>	Läbitud moodul 1		
<b>Mooduli eesmärk</b>	Mooduli õpetusega taotletakse, et õppija valmistab juhendamisel toite ja jooke lähtuvalt toitlustusettevõtte eripärast ja tervisliku toitumise põhimõtetest ning toiduvalmistamise põhitehnoloogiast, kasutab juhendile vastavaid toiduaineid ja nende käitlemisviise ning rakendab toidu- ja tööohutuse põhimõtteid oma töökoha korraldamisel		

Õpiväljund 1	Hindamiskriteeriumid	Teemad/alateemad	Õppemeetodid	Hindamine
valmistab toite ja jooke lähtuvalt tehnoloogiast, tagab tehnoloogiliste kaartide alusel toidu kvaliteedi, töötab ergonomiliselt, ohutult ja säästlikult ning järgib hügieeninõudeid	<p>Õppija:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- kirjeldab menüü alusel toitade ja jookide põhivalmistamisviise ja võtteid;</li> <li>- valib ja käitleb toiduaineid juhendamisel vastavalt tehnoloogilisele kaardile;</li> <li>- kasutab menüüs olevate toitade ja jookide valmistamisel asjakohaseid töövahendeid;</li> <li>- valmistab etteantud tehnoloogilise kaardi järgi lihtsamaid toite ja jooke;</li> <li>- planeerib oma tööd ergonomiliselt ja korraldab juhendamisel oma töökoha;</li> <li>- käitleb toitu lähtuvalt hügieeninõuetest;</li> <li>- kirjeldab viiruste, bakterite, seente ehitust ja elutingimusi toiduhügieeni seisukohast;</li> <li>- kirjeldab juhendi alusel parasiitide elutsükli;</li> <li>- kirjeldab juhendamisel toidu kaudu levivate haigustekitajate mõju inimese tervisele;</li> <li>- selgitab toidu kaudu levivate haigustekitajate leviku</li> </ul>	<p>Sissejuhatus moodulisse.</p> <p>Mooduli sisu, õppeülesannete ja hindamise tutvustus.</p> <p>Hügieeni nõuded toitlustusettevõttes Isiklik hügieen; toiduhügieen; mikroorganismid ja parasiidid toidu käitlemisel levivad viirushaigused bakterite elutegevuse iseärasused, tähtsus igapäevaelus toidu käitlemisel levivad bakterite poolt põhjustatud nakkushaigused elmiktoosid e. usstõved; toidumürgitused ja –nakkused</p> <p>Toitumisõpetus. Toidupüramiid, taldrikureegel; toitained, energia, toitainete vajaduse rvtamine; tervisliku toitumise põhimõtted; söögikorrad; eritoitumine</p> <p>Toiduainete õpetuse alused.</p> <p>Toiduainete kvaliteet ja kvaliteedi nõuded toiduvalmistamise protsessis; Toiduainete keemiline koostis, koostisainete osatähtsus toitumisel; Toidu keemiliste koostisainete muundumised toiduvalmistamise käigus; toiduainete grupid sh mittealkohoolsed joogid ja nende säilitusviisid</p> <p>Köögitöö korralduse alused Töökorralduse alused toitlustusettevõttes; tootmistöö ruumid ja tootmisprotsess; töökoha planeerimine, tööde järjekord ja ajastamine</p> <p>Toiduvalmistamise põhialused. Kulinaarse töötlemise põhiviisid (külm- ja kuumtöötlemine); roagruppide osatähtsus menüüs, liigitus, põhivalmistusviisid ja serveerimine. Mõõtühikud ja nende vahelised seosed. Massi ja mahuvahekorra arvutamine</p>	<p>Interaktiivne loeng</p> <p>Arutelu</p> <p>Paaristöö</p> <p>Juhtumite lahendamine, Analüüs</p> <p>Töölehed, Ideekaardid</p> <p>Demostratsioon</p> <p>Praktiline töö</p>	Mitteeristav

	viise ja leviku vältimise võimalusi tulenevalt toiduhügieeni nõuetest; - põhjendab juhendamisel haigustekitajate levikuga kaasnevaid ohtusid tervisele; - kasutab toiduaineid, vee- ja energiaressursse säästlikult; - loetleb erinevaid keskkonnaprobleeme lähtuvalt õpitavast valdkonnast ja erialast; - annab oma tööle enesehinnangu;			
--	---	--	--	--

**Hindamismeetod:**

Iseseisev töö  
Praktiline töö  
Analüüs  
Tööleht

**Lävend**

Menüü alusel on kirjeldatud roogade, jookide põhivalmistusviisid.  
On valitud vastavalt tehnoloogilisele kaardile ja hügieenireeglite kohaselt ning säästlikult käideldud toorained.  
Juhendamisel on valmistatud lihtsamid roogi ja jooke, kasutades õigeid töövahendeid ja võtteid.  
Toiduvalmistamisel on organiseeritud oma töökoht ja töö ergonoomiliselt ja asjakohaselt.  
Kirjeldatud on toiduhügieeni põhialuseid.  
Loetletud on erinevaid keskkonnaprobleeme.  
Oma tööle on antud enesehinnang

**Iseseisvad tööd**

Õpimapp: lahendatud töölehed, sooritatud hügieenitest ja praktiliste tundide roakaardid koos eneseanalüüsiga

Õpiväljund 2	Hindamiskriteeriumid	Teemad/alateemad	Õppemeetodid	Hindamine
kasutab ja puhastab köögiseadmeid ning töövahendeid vastavalt kasutus- ja hooldusjuhendile lähtudes tööohutusnõuetest	valib ja kasutab juhendamisel asjakohaseid köögiseadmeid vastavalt kasutusjuhendile; - valib ja kasutab töövahendeid eesmärgipäraselt; - puhastab köögiseadmeid ja töövahendeid vastavalt hooldusjuhendile ja lähtuvalt tööohutusnõuetest; - valib vastavalt puhastustööde plaanile sobivad puhastusained, puhastustöövahendid ja –töövõtted; - selgitab konkreetse lähteülesande alusel pH mõistet ja kasutamist erialases töös; - doseerib vastavalt kasutusjuhendile puhastusaine koguse kasutuslahuse	Köögitöövahendid, seadmed ja materjalid Liigitus, kasutamine, hooldamine Puhastustööd ja keskkonnakaitse. Puhastusained, töövahendid, puhastusvõtted; mustus; vee kasutamine puhastustöödel; Ph mõiste; puhastuslahuste valmistamine (vee keemilised omadused, selle osatähtsus puhastamisel, lahuste valmistamisel, võrdeline jaotamine; puhastusplaan; köögijäätmete sorteerimine sh taaramajandus; säästlikkuse tähtsus; ökoloogiline jalajälg; keskkonnakaitse; globaalprobleemid	Loeng Arutelu Paaristöö Juhtumite lahendamine, analüüs Ideekaart Demostratsioon Praktiline töö	Mitteeristav

	valmistamiseks lähtuvalt puhastusainete omadustest ning võimalikest keskkonnariskidest			
--	--	--	--	--

**Hindamismeetod:**

Rühmatöö  
Iseseisev töö  
Praktiline töö

**Lävend**

Juhendamisel on valitud, kasutatud ja puhastatud köögiseadmed eesmärgipäraselt. Vastavalt puhastusplaanile on valitud ja doseeritud puhastusained. Puhastatud on nõud ja pinnad korrektselt kasutades õigeid puhastusvahendeid ja –töövõtteid. On selgitatud pH mõistet ja selle kasutamist erialases töös.

**Iseseisvad tööd**

Õpimapp: lahendatud töölehed

Õpiväljund 3	Hindamiskriteeriumid	Teemad/alateemad	Õppemeetodid	Hindamine
koostab juhendi alusel menüü vastavalt tervisliku toitumise põhimõtetele, menüü koostamise alustele lähtuvalt kliendi soovidest ja vajadustest	- koostab juhendi alusel erinevate einete menüüd lähtuvalt menüüde koostamise ja tervisliku toitumise põhimõtetest ning arvestades kliendi soove ja vajadusi (sh taimetoitlaste, laktoosi- ja gluteenitalumatuse all kannatavate klientide toiduvalikute võimalusi)	Menüü koostamine. Menüü tähtsus, menüü koostamise põhimõtted; põhisöögikordade menüüd; menüü õigekiri ja kasutatavad terminid.	Interaktiivne loeng Rühmatöö Demostratsioon Test Praktiline töö	Mitteeristav

**Hindamismeetod:**

Rühmatöö  
Praktiline töö  
Test

**Lävend**

Juhendi alusel on koostatud erinevate einete menüüd, arvestades terviskliiku toitumise põhimõtteid ja arvestades kliendi vajadusi

**Iseseisvad tööd**

Õpimapp: lahendatud töölehed

Õpiväljund 4	Hindamiskriteeriumid	Teemad/alateemad	Õppemeetodid	Hindamine
selgitab esmaabi korraldust toitlustusettevõttes ning annab	- selgitab esmaabi korralduse põhimõtteid toitlustusettevõttes;	Esmaabi: esmaabi korralduse põhimõtted ettevõttes;	Loeng Rühmatöö	Mitteeristav



esmaabi kergemate vigastuste korral	- hindab kannatanu tervislikku seisundit; - annab esmaabi kergemate vigastuste (põletus-, löikehaavade, põrutuste, kukkumiste ja nihestumiste) korral; - toimib õnnetusjuhtumi korral enda ja kaastöötajate tervist säästvalt; - hindab olukorda ja helistab vajadusel hädaabinumbrile ja annab tõest infot tekkinud olukorra kohta	esmaabi kergemate vigastuste korral	Demostratsioon Praktiline töö
<b>Hindamismeetod:</b> Rühmatöö Praktiline töö			
<b>Lävend</b>			
Selgitatud on esmaabi korralduse põhimõtted toitlustusettevõttes. Kirjeldatud ja demonstreeritud on esmaabi andmine kergemate vigastuse korral			
<b>Iseseisvad tööd</b>			
Õpimapp: lahendatud töölehed			

<b>Hindamiskriteeriumid</b>	Praktilise töö tulemusena on valmistatud ja serveeritud müügikõlbulik kahekäiguline eine ettenähtud ajaga (4 h), kasutades õigeid tehnoloogilisi võtteid, seadmeid, töövahendeid ning järgitud tehnoloogilist kaarti ja tööplaani, täidetud hügieeni- ja toiduainete ladustamise ning lühiajalise säilitamise reegleid, kasutatud õigeid koristus-puhastusvahendeid ja töövõtteid
<b>Mooduli kokkuvõtva hinde kujunemine</b>	Mooduli kokkuvõttev hinne kujuneb, kui õppija: 1. valmistab ja serveerib juhendamisel kahekäigulise eine arvestades kliendi soove ja vajadusi, valides ja käideldes toiduaineid, töövahendeid ja seadmeid köögis vastavalt etteantud tehnoloogilisele kaardile; 2. teeb töö lõppedes vajaminevad puhastustööd; 3. vastab vajadusel täiendavatele küsimustele
<b>Mooduli hindamine</b>	mitteeristav hindamine
<b>Õppematerjalid</b>	KIRJANDUS 1. Rekkor, S. Kersna, A. Merits, M. Roosipõld, A. Toitlustuse alused. Tallinn: Argo, 2008 2. Kersna, A. Kivisalu, I. Merits, M. Rekkor, S. Toiduvalmistamine suursöögis. Tallinn: Argo, 2010 3. Kalbri, I. Toitumisõpetus. Tallinn: Ilo, 2007 4. Keppart, V. Keskkonnakaitse. Jäätmekäitlus. Tallinn: Argo, 2011 5. Tamm, T. Kuura, E. Lapp, S. Majapidamistö majutusettevõttes. Tallinn: Argo, 2012 6. Kuura, E. Puhastusteenindus. Tallinn: AS Kirjastus ILO, 2003 7. Aavik, Ö. Kalkulatsiooniõpetus. Tallinn: Argo, 2011  ELEKTROONILISED ALLIKAD 8. HITSA Innovatsioonikeskus. Repositoorium. Toitlustuse alused. <a href="http://cmsimple.e-uni.ee/toitlustuse_alused/">http://cmsimple.e-uni.ee/toitlustuse_alused/</a>

9. HITSA Innovatsioonikeskus. Repositoorium. Toiduhügieeni algkursus. <http://toiduhygieenialgkursus.edicypages.com/et>
10. HITSA Innovatsioonikeskus. Repositoorium. Toitlustusettevõtte seadmed ettevalmistusseadmed. <http://cmsimple.e-uni.ee/ettevalmistusseadmed/>
11. HITSA Innovatsioonikeskus. Repositoorium. Kööginõud ja väikevahendid. <http://web.zone.ee/objekt/kooginoud/>
12. Tallinna Teeninduskool. GN-nõud toidu valmistamisel ja väljastamisel. <http://www.teeninduskool.ee/eope/gnnoud/>
13. HITSA Innovatsioonikeskus. Repositoorium. Eritoitumine laktoositalumatuse ja tsöliaakia puhul. <http://web.zone.ee/objekt/laktoos/>
14. Eritoitumine. Taimetoitlus. <http://web.zone.ee/objekt/taimetoit/>

# Haapsalu Kutsehariduskeskus

## 3. taseme kutseõppe õppekava „Abikokk“

### MOODULI RAKENDUSKAVA

<b>Sihtrühm</b>	Põhihariduse nõudeta või põhiharidusega õppija		
<b>Õppevorm</b>	statsionaarne - koolipõhine õpe		
<b>Mooduli nr</b>	<b>Mooduli nimetus</b>	<b>Mooduli maht (EKAP)</b>	<b>Õpetajad</b>
4	Teeninduse alused	6	Inga Pook, Aili Tervonen
<b>Nõuded mooduli alustamiseks</b>	Läbitud moodul nr 1 ja moodulist nr 3 on läbinud hügieeni ja tööohutuse nõuded toitlustusettevõttes		
<b>Mooduli eesmärk</b>	Mooduli õpetusega taotletakse, et õpilane mõistab toitlustusteeninduse ja klienditeeninduse põhimõtteid, kasutab lauakatmise põhitehnikaid, teenindab kliente erinevates teenindusolukordades.		

Õpiväljund 1	Hindamiskriteeriumid	Teemad/alateemad	Õppemeetodid	Hindamine
Mõistab toitlustusteeninduse põhimõtteid ja kliendikeskse teeninduse põhimõtteid.	Õppija: - tunneb teenindaja rolli ja teab klienditeenindaja ülesandeid toitlustusettevõttes; - tunneb toitlustusettevõttes kasutatavaid erinevaid lauatuüpe; - kirjeldab klienditeekonda kliendikeskse teeninduse põhimõtetest, lähtudes konkreetsest teenindusolukorrast	Suhtlemine ja klienditeenindus (0,5 EKAP, 10 t A, 3 t I) Klienditeeninduse ülesanded Kliendi ootused ja vajadused Klienditeekond ettevõttes Kliendikeskne teenindus Positiivne kliendikontakt	Interaktiivne loeng Arutelu Paaristöö Juhtumite lahendamine, Töölehed, Ideekaardid	Mitteeristav
<b>Hindamismeetod:</b> Rühmatöö Iseseisev töö Arutlus Tööleht				
<b>Lävend</b>				
Kirjeldatud on klienditeenindaja ülesanded toitlustusettevõttes. Kirjeldatud on erinevad toitlustusettevõtte lauatuübid. Kirjeldatud on klienditeekond lähtudes konkreetsest teenindusolukorrast.				
<b>Iseseisvad tööd</b>				
Etteantud ülesande alusel kliendi teekonna kirjeldamine lähtudes konkreetsest teenindusolukorrast				

Õpiväljund 2	Hindamiskriteeriumid	Teemad/alateemad	Õppemeetodid	Hindamine
Lahendab teenindusolukordi vastavalt etteantud ülesandele.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- valib suhtlemisrolle ja –tsoone erinevates teenindusolukordades lähtuvalt kliendi vajadustest, ootustest ja soovidest;</li> <li>- kasutab teenindusolukorras kliendikeskse teeninduse põhimõtteid lähtuvalt tootlustusettevõtte teenindusstandardist;</li> <li>- pakub kliendi probleemile lahenduse konkreetse teenindusolukorra näitel</li> </ul>	Teeninduse alused (õpiväljundid 2 ja 3) (1,5 EKAP, sh. sissejuhatus moodulisse 1 t A16, P16, I 7) Teeninduse tähtsus ja vajalikkus Teenindaja roll ja ülesanded Menüükaartide kujundamine Lihtsamad lauaseaded Teeninduse liigid Lauatüübid Lauakatmis- ja serveerimisvahendid Teenindamise põhitehnikad Istumisega laua katmine	Loeng Arutelu Paaristöö Juhtumite lahendamine, analüüs Ideekaart Demonstratsioon Praktiline töö	Mitteeristav
<b>Hindamismeetod:</b> Rühmatöö Praktiline töö Probleemsituatsiooni lahendamine				
<b>Lävend</b>				
Lahendatud on kliendi probleeme erinevates teenindussituatsioonides. Juhendamisel on kujundatud menüükaart ja tehtud lihtsam lauaseade. Valitud on lauanõud ja kaetud selve- ja istumisega söögilaudu vastavalt menüüle ja heale maitsele. Klienti on teenindatud ja toidud, joogid serveeritud kasutades õigeid tehnikaid ja järgides hügieeni nõudeid.				

Õpiväljund 3	Hindamiskriteeriumid	Õppemeetodid	Hindamine
Teeb ettevalmistused, teenindab kliente selvelaudades ja istumisega laudades.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- kujundab ja valmistab menüükaarte ja lauaseadeid juhendamisel;</li> <li>- koostab toiduvalmistamiseks ja serveerimiseks vajalike vahendite nimekirja;</li> <li>- valib laua katmiseks sobivad lauanõud ja söögiriistad;</li> <li>- katab selve- ja istumisega söögilaudu lähtudes menüüst ning värvide sobivusest;</li> <li>- serveerib toite ja jooke;</li> <li>- teenindab kliente kasutades teenindamise põhitehnikaid, järgides nii isikliku kui ka toiduhügieeni nõudeid</li> </ul>	Interaktiivne loeng Rühmatöö Demonstratsioon Test Praktiline töö	Mitteeristav
<b>Hindamismeetod:</b> Rühmatöö Test			
<b>Lävend</b>			
Lahendatud on kliendi probleeme erinevates teenindussituatsioonides. Juhendamisel on kujundatud menüükaart ja tehtud lihtsam lauaseade. Valitud on lauanõud ja kaetud selve- ja istumisega söögilaudu vastavalt menüüle ja heale maitsele.			

Klienti on teenindatud ja toidud, joogid serveeritud kasutades õigeid tehnikaid ja järgides hügieeni nõudeid

<b>Mooduli kokkuvõtva hinde kujunemine</b>	Mooduli kokkuvõttev hinne kujuneb, kui õppija: <ul style="list-style-type: none"><li>• kujundab ja koostab iseseisva tööna nõuetekohase menüükaardi;</li><li>• katab laua, valmistab lauaseade ja teenindab klienti etteantud menüü järgi;</li><li>• lahendab suhtlemissituatsiooni teenindusprotsessis</li></ul>
<b>Mooduli hindamine</b>	mitteeristav hindamine
<b>Õppematerjalid</b>	<p>KIRJANDUS</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Rekkor, S. Eerik, R. Parm, T. Vainu, A. Teenindamise kunst. Tallinn: Argo, 2013</li><li>2. Roosipõld, A. Kotkas, M. Restoraniteenindus. Tallinn: Argo, 2010</li><li>3. Rekkor, S. Selvelauad. Tallinn: Avita 2000</li><li>4. Rekkor, S. Kersna, A. Merits, M. Roosipõld, A. Toitlustuse alused. Tallinn: Argo, 2008</li><li>5. Kersna, A. Kivisalu, I. Merits, M. Rekkor, S. Toiduvalmistamine suursöögis. Tallinn: Argo, 2010</li><li>6. Cracknell, H.L. Toidud, joogid, serveerimine. Tallinn: TEA Kirjastus, 2009</li><li>7. Bono, G. Filippo, A. Stiilsed salvrätikuseaded. Tallinn: TEA Kirjastus, 2005</li><li>8. Karu, V. Soomre, S. Peolauad, katmine, serveerimine, etikett. Hansaprint OÜ</li></ol> <p>ELEKTROONILISED ALLIKAD</p> <ol style="list-style-type: none"><li>9. Õpiobjekt. Esmamulje teeninduses. <a href="http://cmsimple.e-uni.ee/esmamulje_teeninduses/">http://cmsimple.e-uni.ee/esmamulje_teeninduses/</a></li><li>10. BEST õpiobjektid. Teeninduskett. <a href="http://eope.ehte.ee/teeninduskett/?Avaleht">http://eope.ehte.ee/teeninduskett/?Avaleht</a></li><li>11. Õpiobjekt. Veaolukorrad teeninduses. <a href="http://cmsimple.e-ope.ee/veaolukorrad/">http://cmsimple.e-ope.ee/veaolukorrad/</a></li><li>12. HITSA Innovatsioonikeskus. Repositoorium. Klientide rühmitamine. <input type="checkbox"/> <a href="http://cmsimple.e-ope.ee/klientide_ryhmitamine">http://cmsimple.e-ope.ee/klientide_ryhmitamine</a> <input type="checkbox"/></li><li>13. HITSA Innovatsioonikeskus. Repositoorium. Värvusõpetus ja kompositsioon. <input type="checkbox"/> <a href="http://www.hariduskeskus.ee/opiobjektid/varvusopetus/">http://www.hariduskeskus.ee/opiobjektid/varvusopetus/</a> <input type="checkbox"/></li><li>14. HITSA Innovatsioonikeskus. Repositoorium. Toidu paigutamine taldrükule ja vaagnale. <input type="checkbox"/> <a href="http://cmsimple.e-ope.ee/toidu_paigutamine/">http://cmsimple.e-ope.ee/toidu_paigutamine/</a> <input type="checkbox"/></li></ol>

# Haapsalu Kutsehariduskeskus

## 3. taseme kutseõppe õppekava „Abikokk“

### MOODULI RAKENDUSKAVA

<b>Sihtrühm</b>	Põhihariduse nõudeta või põhiharidusega õppija		
<b>Õppevorm</b>	statsionaarne - koolipõhine õpe		
<b>Mooduli nr</b>	<b>Mooduli nimetus</b>	<b>Mooduli maht (EKAP)</b>	<b>Õpetajad</b>
5	Abikoka praktilise töö alused	30	Inga Pook
<b>Nõuded mooduli alustamiseks</b>	Läbitud moodul nr 1, nr 3 ja nr 4		
<b>Mooduli eesmärk</b>	Mooduli õpetusega taotletakse, et õppija valmistab ja serveerib juhendamisel meeskonna liikmena menüüs olevaid toite ja jooke. Õpingute käigus kujundatakse eesti keele, võõrkeele ja infotehnoloogilist pädevust ning meeskonnatöö- ja suhtlemisoskust.		

Õpiväljund 1	Hindamiskriteeriumid	Teemad/alateemad	Õppemeetodid	Hindamine
Valmistab juhendamisel kvaliteedinõuetele vastavaid toite ja jooke, järgides tootlustusettevõtte töökorralduse põhimõtteid.	<p>Õppija:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- valmistab juhendamisel toite ja jooke;</li> <li>- kasutab seadmeid ja töövahendeid säästlikult, vastavalt tehnoloogiale ja sooritatava töö mahule;</li> <li>- käitleb juhendamisel toiduaineid säästlikult ja toiduhügieeni nõudeid järgides;</li> <li>- säilitab juhendamisel pooltooteid vastavalt toiduhügieeni nõuetele;</li> <li>- korraldab oma töökohta kogu tööprotsessi vältel, järgib ettevõtte puhastusplaani ning tööohutusnõudeid;</li> <li>- järgib isikliku hügieeni nõudeid kogu tööpäeva jooksul;</li> </ul>	<p>Sissejuhatus moodulisse (2 t A) Mooduli sisu, õppeülesannete ja hindamise tutvustus. Köögitöö töökorraldus ( 2 t A) Seadmed ja ohutustehnika köögis Isikliku hügieeni ja tööhügieeninõuded Puhastusplaani tutvustus Praktiline töö õppekeskkonnas (läbib kõiki õpiväljundeid) (330 t P sh mooduli kokkuvõttev hindamine 4 t A) Köögi seadmete ja väiketöövahendite kasutamine ja igapäevane hooldus; köögis kasutatavate toiduainete eeltöötlusvõtted, kuumtöötlusvõtted, säilitusviisid; toitude ja jookide valmistamine ja serveerimine (sh rahvusroad); hommiku-, lõuna-, õhtusöögi- ja selvelaudade eelkatted; osaline- ja selveteenindus; koristus- ja puhastustööd köögis ja teenindussaaelis</p>	<p>Vestlus Demonstratsioon Video vaatamine Praktiline töö Rühmatöö</p>	Mitteeristav

|

|

|

|

|

|

( 4 t A)

Õpikäik majutus- ja

toitlustusettevõttesse ( 8 t A)

Erialase materjali leidmine

erinevatest infoallikatest ( 2 t A)

Interaktiivne loeng

Rühmatöö

Õpikäik

Mitteeristav  
Leht 7/43-st



Abikokk rakenduskava 60 EKAP

7

teenuseid;

- leiab juhendi alusel

informatsiooni majutamise ja

toitlustamise

kohta asjakohastest teabeallikatest

sh meediast

Iseseisev töö (4 tundi)

Juhendi alusel erinevatest toitlustusettevõtete õpikäikudest raporti koostamine

Lävend

Kirjeldataud on erinevate toitlustusettevõtete olemus

Õpiväljund 2 Hindamiskriteeriumid Teemad/alateemad Õppemeetod Hindamine

Orienteerub

valdkonna töötajale

esitatavates nõuetes ja

kutse omistamises

ning eesmärgistab

enda õppimist

8 auditoorset tundi

4 tundi iseseisvat tööd

- kirjeldab kutsestandardi põhjal

tööandjate ootusi endale kui

tulevasele valdkonna töötajale,

toob välja tööks vajalikud

isikuomadused ja kirjeldab

valdkonna kutse-eeskat;

- kirjeldab kutse omistamisega

seonduvat protsessi;

- loetleb rühmatööna elukestva

õppimise võimalusi oma

valdkonnas;

-sõnastab oma õppe eesmärgi

lähtuvalt oma erialast;

Tutvumine grupiga,

õppekeskkonnaga, õppe

eesmärgistamine ( 2 t A)

Majutus- ja toitlustusettevõtete

kutsestandarditega tutvumine ( 2 t

A)

Abikoka õppekava sisu ja

ülesehitus (2 t A)

Elukestva õppimise tähtsus ja

vajadus majutamise- ja

toitlustamise valdkonnas (2 t A)

Mäng

Essee

Rühmatöö

Vestlus

Mitteeristav

Iseseisev töö (4 tundi)

Eneseanalüüs kutsestandardist lähtuvalt õpetaja töölehe alusel

Lävend

Kirjeldatud on abikoka kutsestandardi põhjal töötajale esitatavad nõuded.  
Leht 8/43-st

Abikokk rakenduskava 60 EKAP

8

Kirjeldatud on kutse omistamise tegevused.

Sõnastatud on enda õppimise eesmärgid abikoka erialal.

Õpiväljund 3 Hindamiskriteeriumid Teemad/alateemad Õppemeetod Hindamine

Orienteerub

kutseõppeasutuse

õppekeskkonnas ja

lähipiirkonnas

18 tundi auditoorset tööd

4 tundi iseseisvat tööd

- leiab õppetööks vajaliku

informatsiooni kooli

infosüsteemist;

- nimetab ja leiab üles oma

kooli erinevad teenindusüksused

ja algaval perioodil õpetavad

õpetajad;

- nimetab õpilase kohustused ja

õigused vastavalt õppetööd

reguleerivatele dokumentidele;

- kasutab sobivat õppemeetodit

etteantud õppeülesande

lahendamiseks

Tutvumine kooli töökorraldusega:

õppekorralduseeskiri, toetuste

maksmise süsteem (2 t A)

Kohanemislager (14 t A)

Õppemeetodid ja elukestev õpe

(2 t A)

Rühmatöö

Interaktiivne loeng

Vestlus

Teadmuslikud ja

sportlikud mängud

Mitteeristav

Iseseisev töö (4 tundi)

Õppeinfo kaardi koostamine juhendi alusel.

Lävend

Kaardistatud on õppekeskkonna infosüsteem ja teenindusüksused.

Nimetatud on õpilaste sisekorra eeskirjades olevad õigused ja kohustused.

Hindamine: Mitteeristav

Mooduli kokkuvõttev hinne:

Mooduli kokkuvõttev hinne kujuneb, kui õppija

1. Koostab kirjaliku raporti majutus- ja toitlustusettevõtetesse õppekäigu põhjal töölehe alusel;

2. Koostab abikoka kutsestandardi alusel kirjaliku enesehinnangu etteantud töölehe alusel.

Hindekriteeriumid: Arvestatud: saavutatud on kõik õpiväljundid läveni tasemel

Hindamisemeetodid: Õpikäik, enesehinnang, raport

Õppematerjalid: Kooli sisekorra eeskirjad;  
Leht 9/43-st

Abikokk rakenduskava 60 EKAP

9

#### KIRJANDUS

1. Rekkor, S. Kersna, A. Merits, M. Roosipõld, A. Toitlustuse alused. Tallinn: Argo, 2000

#### ELEKTROONILISED ALLIKAD

2. HITSA Innovatsioonikeskus. Repositoorium. Kiirtoitlustusettevõtted.  
[<http://eope.ehte.ee/kiirtoitlustus/> ]

3. HITSA Innovatsioonikeskus. Repositoorium. Suurköögid.  
<http://eope.ehte.ee/suurk66gid>

4. HITSA Innovatsioonikeskus. Repositoorium. Restoranid.  
<http://eope.ehte.ee/restoranid/>

5. HITSA Innovatsioonikeskus. Repositoorium. Kohvikud.  
<http://eope.ehte.ee/kohvikud>

6. HITSA Innovatsioonikeskus. Repositoorium. Sissejuhatus reisimise, turismi ja vaba aja veetmise valdkonna kutseõpingutesse.[http://cmsimple.e-](http://cmsimple.e-uni.ee/turism/)

[uni.ee/turism/](http://cmsimple.e-uni.ee/turism/)

7. Kutsekoda. Kutseregister. Kutsestandardid. Abikokk tase 3 kutsestandard.

Sihtrühm Põhihariduse nõudeta või põhiharidusega õppija

Õppevorm Statsionaarne õpe

Mooduli number Mooduli nimetus Mooduli maht Õpetajad

2

Karjääri planeerimise

ja ettevõtluse alused

3 EKAP

(78 tundi) Reet Saareväli

Aino Rae

Nõuded mooduli

alustamiseks

puuduvad

Mooduli eesmärk õpetusega taotletakse, et õppija tuleb toime oma karjääri planeerimisega kaasaegses majandus-, ettevõtlus- ja

töökeskkonnas lähtuvalt elukestva õppe põhimõtetest

Auditoorseid tunde Iseseisva töö tunde Praktilisi tunde

50 18 10

Õpiväljund 1 Hindamiskriteeriumid Teemad/alateemad Õppemeetod Hindamine

Õppija:

Mõistab oma vastutust

teadlike otsuste

Õppija:

- analüüsib juhendamisel enda

isiksust ja kirjeldab enda tugevusi

Suhtlemisoskused: (8 t A)

Teabevahetus ehk

kommunikatsioon

Loeng

Arutelu

Paaristöö

Mitteeristav

Leht 10/43-st

Abikokk rakenduskava 60 EKAP

10

langetamisel elukestva  
karjääriplaneerimise  
protsessis  
Tunnid (õpiväljund 1,2):  
14 tundi auditoorset tööd  
6 tundi praktilist tööd  
6 tundi iseseisvat tööd  
ja nõrkusi;  
- seostab kutse, eriala ja ametialase  
ettevalmistuse nõudeid tööturul  
rakendamise võimalustega;  
- leiab juhendamisel  
informatsiooni sh elektrooniliselt  
tööturu, erialade ja  
õppimisvõimaluste kohta;  
- leiab juhendamisel  
informatsiooni sh elektrooniliselt  
praktika- ja töökohtade kohta;  
- koostab juhendi alusel  
elektroonilisi lähtuvalt  
dokumentide vormistamise heast  
tavast: CV, motivatsioonikiri,  
sooviavaldus;  
- valmistab juhendi alusel ette ja  
osaleb näidistööintervjuul;  
Suhtlemisoskused

Suhtlejate vastastikune  
tajumine, tunnetamine,  
tundmaõppimine ,  
mõistmine, suhtlejate  
vastastikune mõjutamine,  
vastastikuse sõltuvuse ja  
koostöö probleemide  
lahendamine.  
Inimestevahelised  
sotsiaalsed suhted,  
tavapärased  
suhtlemissituatsioonid  
Suhtlemisoscused.  
Kuulamine, eneseavamine.  
Verbaalne ja mitteverbaalne  
suhtlemine ja käitumine  
erinevates situatsioonides.  
Telefoni- ja  
internetisuhtluse hea tava.  
Karjääri planeerimine:  
( 2 t A, 2 t P arutil, 6 t I )  
Õppimisvõimalused ja  
töömaailma tundmine.  
Töötamine:  
kandideerimisdokumendid,



tööintervjuu,

tööotsimisallikad

juhtumite

lahendamine,

rollimängud,

analüüs

Õpiväljund 2 Hindamiskriteeriumid Teemad/alateemad Õppemeetod Hindamine

Mõistab meeskonnatöö - teab meeskonnatöö põhimõtteid ja Suhtlemisoskused ja  
Loeng Mitmeeristav  
Leht 11/43-st

Abikokk rakenduskava 60 EKAP

11

olulisust ja käitub

vastastikust suhtlemist

toetaval viisil

kasutab seda oma töös;

- kasutab situatsioonile sobivat

verbaalset ja mitteverbaalset

suhtlemist;

- kasutab erinevaid

suhtlemisvahendeid, sh järgib

telefoni- ja internetisuhtluse head

tava;

- järgib suhtlemissituatsioonides

üldtunnustatud käitumistavasid;

- lahendab juhendi alusel

tavapäraseid suhtlemisolukordi

meekonnatöö: ( 4 t A, 4 t P)

Kuulamine, eneseavamine.

Verbaalne ja mitteverbaalne

suhtlemine ja käitumine

erinevates situatsioonides.

Telefoni- ja

internetisuhtluse hea tava.

Meeskonnatöö põhimõtted

ja oskused.

Arutelu

Paaristöö

juhtumite

lahendamine,

analüüs

Iseseisev töö (6 tundi)

Õpimapi koostamine (CV, motivatsioonikiri, soovialavaldus praktikale ja tööle kandideerimiseks).

Lävend (õpiväljund 1, 2 kohta)

Analüüsitud on enda tugevused ja nõrkused

Leitud on informatsioon töö- ja õppimisvõimaluste kohta

Elektroniliselt on koostatud tööle kandideerimiseks vajalikud dokumendid

Lahendatud on erinevaid suhtlemisolukordi juhendi alusel

Õpiväljund 3 Hindamiskriteeriumid Teemad/alateemad Õppemeetod Hindamine

Mõistab majanduse

olemust ja

majanduskeskkonna

toimimist ning oma rolli

selles lähtuvalt elukestva

õppe põhimõtetest

Tunnid:

8 tundi auditoorset tööd

2 tundi praktilist tööd

- koostab juhendi alusel enda

leibkonna ühe kuu eelarve;

- loetleb Eestis kehtivaid otseseid

ja kaudseid makse;

- täidab juhendamisel etteantud

andmete alusel elektroonilise

näidistuludeklaratsiooni;

- kasutab majanduskeskkonnas

orienteerumiseks juhendi alusel

riikliikku infosüsteemi „e-riik“

Majanduse ja ettevõtluse alused

( 8 tundi auditoorset, 2 tundi

praktilist tööd)

Maksud ja eelarvesüsteem, töö-

ja palgakorraldus,

tuludeklaratsioon

Interaktiivne loeng

Rühmatöö

Vestlus

Test

Mitteeristav  
Leht 12/43-st

Abikokk rakenduskava 60 EKAP

12

3 tundi iseseisvat tööd

Iseseisev töö (3 tundi)

Enda leibkonna ühe kuu eelarve koostamine juhendi alusel

Lävend

Koostatud on leibkonna kuueelarve.

Nimetatud Eestis kehtivad maksud.

Täidetud on elektrooniline tuludeklaratsiooni näidis.

Õpiväljund 4 Hindamiskriteeriumid Teemad/alateemad Õppemeetod Hindamine

Saab aru oma õigustest ja

kohustustest

töökeskkonnas

toimimisel

Tunnid:

28 tundi auditoorset tööd

2 tundi praktilist tööd

9 tundi iseseisvat tööd

- teab töötervishoiu ja

tööohutuse põhilisi suundumisi

lähtudes riiklikust strateegiast;

- selgitab tööandja ja töötajate

põhilisi õigusi ning kohustusi

ohutu töökeskkonna tagamisel;  
- tunneb ära ja kirjeldab  
meeskonnatööna töökeskkonna  
üldisi füüsilisi, keemilisi,  
bioloogilisi, psühhosotsiaalseid  
ohutegureid lähtudes riskianalüüsi  
olemusest;  
- leiab töölepinguseadusest  
informatsiooni töölepingu,  
tööajakorralduse ja puhkuse kohta;  
- võrdleb töölepingu,  
töövõtulepingu ja  
käsunduslepingu põhilisi  
erinevusi;  
- loetleb ja kirjeldab lühidalt  
töötaja õigusi, kohustusi ja  
vastutust sisaldavaid  
Töökeskkonnaohutus:  
( 8 t A, 2 t P, 3 t I)  
Töötervishoid ja ohutegurid  
töökeskkonnas, esmaabi  
Tööohutus töökeskkonnas  
Tööõnnetusega seotud õigused ja  
kohustused  
Tööseadusandlus ( 10 A, 3 t I)  
Tööleping, töövõtuleping,

käsundusleping,  
Töölepinguseadus  
Asjaajamine ( 10 t A, 3 t)  
Asjaajamine ja dokumendihaldus  
Loeng  
Rühmatöö  
Iseseisev töö  
erialase  
kirjandusega  
Mitteeristav  
Leht 13/43-st  
Abikokk rakenduskava 60 EKAP  
13  
organisatsioonisiseseid  
dokumente;  
- arvestab juhendi abil ajatöö  
bruto- ja netopalka ning ajutise  
töövõimetuse hüvitist;  
- koostab ja vormistab juhendaja  
abiga e-kirja sh allkirjastab  
digitaalselt;  
- saab aru dokumentide  
säilitamise vajadusest  
organisatsioonis ja seostab seda  
isiklike dokumentide  
säilitamisega;

Iseseisev töö (9 tundi)

Töölepinguseadusest juhendi alusel informatsiooni leidmine

Lävend

Kirjeldatud on töökeskkonna peamised ohutegurid.

Kirjeldatud on tööandja ja töötaja tegevused töökeskkonna ohutuse tagamisel.

Kirjeldatud on töötaja peamisi õigusi, kohustusi ja vastutust sisaldavaid dokumente.

On arvestatud palka ja ajutise töövõimetuse hüvitist, juhendamisel.

Koostatud on e-kiri.

Hindamine: Mitteeristav

Mooduli kokkuvõttev hinne:

Mooduli kokkuvõttev hinne kujuneb, kui õppija:

1. koostab elektroonilise õpimapi, milles on - CV, motivatsioonikiri, sooviavaldus, e-kiri;
2. koostab juhendi alusel enda leibkonna ühe kuu eelarve;
3. täidab töölepinguseaduse põhjal töölehe

Hindakriteeriumid: Arvestatud: saavutatud on kõik õpiväljundid läveni tasemel

Hindamismeetodid: Õpimapp

Õppematerjalid:

Leht 14/43-st

Abikokk rakenduskava 60 EKAP

14

KIRJANDUS

1. Amundson, N. Poehnell, G. Karjääriteed. Tallinn: 2011
2. Kulu, L. Majandusõpik gümnaasiumile. Tallinn: Ermecol, 2011
3. Kuusik, A. Virk, K. Aarna, K. Sepp, L. Seppo, M. Mehine, T. McKay, M. Davis, M. Fanning, P. Suhtlemisioskused. Tartumaa: Väike Vanker,

2004

4. Naesseń, L-O. Parem teenindamine. Tallinn: Avita, 1997

5. Randma, T. Ettevõtluse alused. Tallinn: Infotükk, 2008

6. Rekkor, S. Eerik, R. Parm, T. Vainu, A. Teenindamise kunst. Tallinn: Argo, 2013

7. Rekkor, S. Turundus. Majutamine ja toitlustamine. Tallinn: Ilo, 2006

8. Karjääriplaneerimine. Töölehtede kogumik kutseõppeasutuse õpilasele I, II, III. Tallinn: MISA, 2013

#### ELEKTROONILISED ALLIKAD

9. Ettevõtlusarendamise Sihtasutus [www.eas.ee]

10. Karjääriinfoportaal [www.rajaleidja.ee]

11. Rahandusministeerium [www.fin.ee ]

12. Maksu- ja tolliamet [www.emta.ee]

13. Sotsiaalministeerium. Meie. Väljaanded. 2012. Töötervishoiu

ja tööhutuse käsiraamat kutsekoolidele. [www.sm.ee]

14. Tartu Kutsehariduskeskuse e-õpe. oo. erne lepingud. Töö- ja

teenuste osutamise lepingute koostamine. [www.eope.khk.ee]

15. Töötukassa [www.tootukassa.ee]

#### ÕIGUSAKTID

16. Töölepingu seadus. 2009.- RT I, 5, 35.

17. Töötervishoiu ja tööhutuse seadus. 1999.- RT I, 60, 616.

18. Võlaõigusseadus. 2001.- RT I, 81, 487.  
Leht 15/43-st

Abikokk rakenduskava 60 EKAP

15

Sihtühm Põhihariduse nõudeta või põhiharidusega õppija

Õppevorm Statsionaarne õpe



Mooduli number Mooduli nimetus Mooduli maht Õpetajad

3

Toitlustamise alused

15 EKAP + 4 EKAP valikainete

arvelt

(390 + 104 = 494 tundi)

Inga Pook

Aili Tervonen

Aino Rae

Lea Kiis

Nõuded mooduli

alustamiseks

Läbitud moodul 1

Mooduli eesmärk Mooduli õpetusega taotletakse, et õppija valmistab juhendamisel toite ja jooke lähtuvalt toitlustusettevõtte eripärast

ja tervisliku toitumise põhimõtetest ning toiduvalmistamise põhitehnoloogiatest, kasutab juhendile vastavaid

toiduaineid ja nende käitlemisviise ning rakendab toidu- ja tööohutuse põhimõtteid oma töökoha korraldamisel

Auditoorseid tunde Iseseisva töö tunde Praktilisi tunde

212 84 198

Õpiväljund 1 Hindamiskriteeriumid Teemad/alateemad Õppemeetod Hindamine

Õppija:

1.Valmistab toite ja jooke

lähtuvalt tehnoloogiast,

tagab tehnoloogiliste

kaartide alusel toidu

kvaliteedi, töötab  
ergonoomiliselt, ohutult ja  
säästlikult ning järgib  
hügieeninõudeid  
Tunnid: 14,5 EKAP  
154 tundi auditoorset tööd  
146 tundi praktilist tööd  
Õppija:  
- kirjeldab menüü alusel toitude  
ja jookide põhivalmistamisviise ja  
võtteid;  
- valib ja käitleb toiduaineid  
juhendamisel vastavalt  
tehnilisele kaardile;  
- kasutab menüüs olevate toitude  
ja jookide valmistamisel  
asjakohaseid töövahendeid;  
- valmistab etteantud  
tehnilise kaardi järgi  
lihtsamaid toite ja jooke;  
Sissejuhatus moodulisse.  
( 2 t A) Mooduli sisu,  
õppeülesannete ja hindamise  
tutvustus.  
Hügieeni nõuded  
toitlustusettevõttes

( 1 EKAP, 18 t A, 2t P, 6t I)

Isiklik hügieen;

toiduhügieen;

mikroorganismid ja parasiidid

toidu käitlemisel levivad

viirushaigused

Interaktiivne loeng

Arutelu

Paaristöö

Juhtumite

lahendamine,

Analüüs

Töölehed,

Ideekaardid

Demostratsioon

Praktiline töö

Mitteeristav

Leht 16/43-st

Abikokk rakenduskava 60 EKAP

16

51 tundi iseseisvat tööd - planeerib oma tööd

ergonoomiliselt ja korraldab

juhendamisel oma töökoha;

- käitleb toitu lähtuvalt

hügieeninõuetest;

- kirjeldab viiruste, bakterite,

seente ehitust ja  
elutingimusi toiduhügieeni  
seisukohast;  
- kirjeldab juhendi alusel  
parasiitide elutsüklit;  
- kirjeldab juhendamisel toidu  
kaudu levivate  
haigustekitajate mõju inimese  
tervisele;  
- selgitab toidu kaudu levivate  
haigustekitajate leviku  
viise ja leviku vältimise  
võimalusi tulenevalt  
toiduhügieeni nõuetest;  
- põhjendab juhendamisel  
haigustekitajate levikuga  
kaasnevaid ohtusid tervisele;  
- kasutab toiduaineid, vee- ja  
energiaressursse säästlikult;  
- loetleb erinevaid  
keskkonnaprobleeme lähtuvalt  
õpitavast valdkonnast ja erialast;  
- annab oma tööle enesehinnangu;  
bakterite elutegevuse iseärasused,  
tähtsus igapäevaelus

toidu käitlemisel levivad bakterite  
poolt põhjustatud nakkushaigused  
helmiktoosid e. usstõved;  
toidumürgitused ja –nakkused  
Toitumisõpetus. ( 1,5 EKAP, 16  
t A, 14 t P, 9 t I)  
Toidupüramiid, taldrikureegel;  
toitained, energia, toitainete  
vajaduse arvutamine;  
tervisliku toitumise põhimõtted;  
söögikorrad;  
eritoitumine  
Toiduainete õpetuse alused.  
(2 EKAP, 20 t A, 20 t P, 12 t I)  
Toiduainete kvaliteet ja kvaliteedi  
nõuded toiduvalmistamise  
protsessis;  
Toiduainete keemiline koostis,  
koostisainete osatähtsus toitumisel;  
Toidu keemiliste koostisainete  
muundumised toiduvalmistamise  
käigus;  
toiduainete grupid sh  
mittealkohoolsed joogid ja nende  
säilitusviisid  
Köögitöö korralduse alused

( 1 EKAP, 10 A, 10 P, 6 I)

Töökorralduse alused

toitlustusettevõttes;

tootmistöö ruumid ja

Leht 17/43-st

Abikokk rakenduskava 60 EKAP

17

tootmisprotsess;

töökoha planeerimine, tööde

järjekord ja ajastamine

Toiduvalmistamise põhialused.

( 8 EKAP, 208 t sh. sissejuhatav

tund 2 t A)

(90 t A, 100 t P, 19 t I)

Kulinaarse töötlemise põhiviisid

(külm- ja kuumtöötlemine);

roagruppide osatähtsus menüüs,

liigitus, põhivalmistusviisid ja

serveerimine.

Mõõtühikud ja nendevahelised

seosed.

Massi ja mahuvahekorra

arvutamine.

Iseseisev töö (51 tundi)

Õpimapp: lahendatud töölehed, sooritatud hügieenitest ja praktiliste tundide roakaardid koos eneseanalüüsiga

Lävend

Menüü alusel on kirjeldatud roogade, jookide põhivalmistusviisid.

On valitud vastavalt tehnoloogilisele kaardile ja hügieenireeglite kohaselt ning säästlikult käideldud toorained.

Juhendamisel on valmistatud lihtsamid roogi ja jooke, kasutades õigeid töövahendeid ja võtteid.

Toiduvalmistamisel on organiseeritud oma töökoht ja töö ergonoomiselt ja asjakohaselt.

Kirjeldatud on toiduhügieeni põhialuseid.

Loetletud on erinevaid keskkonnaprobleeme.

Oma tööle on antud enesehinnang.

Õpiväljund 2 Hindamiskriteeriumid Teemad/alateemad Õppemeetod Hindamine

Kasutab ja puhastab

köögiseadmeid ning

töövahendeid vastavalt

- valib ja kasutab juhendamisel

asjakohaseid köögiseadmeid

vastavalt kasutusjuhendile;

Köögitöövahendid, seadmed ja

materjalid

(1 EKAP, 10 t A, 10 t P, 6 I)

Loeng

Arutelu

Paaristöö

Mitteeristav  
Leht 18/43-st

Abikokk rakenduskava 60 EKAP

18

kasutus- ja  
hooldusjuhendile lähtudes  
tööohutusnõuetest  
Tunnid: 4 EKAP  
(valikainete arvelt)  
30 tundi auditoorset tööd  
50 tundi praktilist tööd  
24 tundi iseseisvat tööd  
- valib ja kasutab töövahendeid  
eesmärgipäraselt;  
- puhastab köögiseadmeid ja  
töövahendeid vastavalt  
hooldusjuhendile ja lähtuvalt  
tööohutusnõuetest;  
- valib vastavalt puhastustööde  
plaanile sobivad puhastusained,  
puhastustöövahendid ja –töövõtted;  
- selgitab konkreetse  
lähteülesande alusel pH mõistet  
ja kasutamist erialases töös;  
- doseerib vastavalt  
kasutusjuhendile puhastusaine  
koguse kasutuslahuse  
valmistamiseks lähtuvalt  
puhastusainete omadustest ning



võimalikest keskkonnariskidest

Liigitus, kasutamine, hooldamine

Puhastustööd ja

keskkonnakaitse.

(3 EKAP, 20 t A, 40 t P, 18 t I)

Puhastusained, töövahendid,

puhastusvõtted;

mustus;

vee kasutamine puhastustöödel;

Ph mõiste;

puhastuslahuste valmistamine (vee

keemilised omadused, selle

osatähtsus puhastamisel, lahuste

valmistamisel, võrdeline jaotamine;

puhastusplaan;

köögijätmete sorteerimine sh

taaramajandus;

säästlikkuse tähtsus;

ökoloogiline jalajälg;

keskkonnakaitse;

globaalprobleemid

Juhtumite

lahendamine,

analüüs

Ideekaart

Demonstratsioon

Praktiline töö

Iseseisev töö (24 tundi)

Õpimapp: lahendatud töölehed

Lävend

Juhendamisel on valitud, kasutatud ja puhastatud köögiseadmed eesmärgipäraselt.

Vastavalt puhastusplaanile on valitud ja doseeritud puhastusained.

Puhastatud on nõud ja pinnad korrektselt kasutades õigeid puhastusvahendeid ja -töövõtteid.

On selgitatud pH mõistet ja selle kasutamist erialases töös.

Õpiväljund 3 Hindamiskriteeriumid Teemad/alateemad Õppemeetod Hindamine

Koostab juhendi alusel

menüü vastavalt tervisliku

- koostab juhendi alusel erinevate

einete menüüd lähtuvalt menüüde

Menüü koostamine.

(1 EKAP, 10 t A, 10 t P, 6 t I)

Interaktiivne loeng

Rühmatöö

Mitteeristav

Leht 19/43-st

Abikokk rakenduskava 60 EKAP

19

toitumise põhimõtetele,

menüü koostamise alustele

lähtuvalt kliendi soovidest

ja vajadustest

Tunnid: 1 EKAP

10 tundi auditoorset tööd

10 tundi praktilist tööd

6 tundi iseseisvat tööd

koostamise ja tervisliku toitumise

põhimõtetest ning arvestades kliendi

soove ja vajadusi (sh taimetoitlaste,

laktoosi- ja gluteenitalumatuse all

kannatavate klientide toiduvalikute

võimalusi)

Menüü tähtsus, menüü koostamise

põhimõtted;

põhisöögikordade menüüd;

menüü õigekiri ja kasutatavad

terminid.

Demostratsioon

Test

Praktiline töö

Iseseisev töö (6 tundi)

Õpimapp: lahendatud töölehed

Lävend

Juhendi alusel on koostatud erinevate einete menüüd, arvestades terviskliku  
toitumise põhimõtteid ja arvestades kliendi vajadusi.

Õpiväljund 4 Hindamiskriteeriumid Teemad/alateemad Õppemeetod Hindamine

Selgitab esmaabi korraldust

toitlustusettevõttes ning

annab esmaabi kergemate

vigastuste korral

Tunnid: 0,5 EKAP

8 tundi auditoorset tööd

2 tundi praktilist tööd

3 tundi iseseisvat tööd

- selgitab esmaabi korralduse

põhimõtteid tootlustusettevõttes;

- hindab kannatanu tervislikku

seisundit;

- annab esmaabi kergemate

vigastuste (põletus-,

lõikehaavade, põrutuste,

kukkumiste ja nihestumiste)

korral;

- toimib õnnetusjuhtumi korral

enda ja kaastöötajate

tervist säästvalt;

- hindab olukorda ja helistab

vajadusel hädaabinumbrile

ja annab tõest infot tekkinud

olukorra kohta

Esmabi:

(0,5 EKAP, 8 A, 2 P 3 I)

esmaabi korralduse põhimõtted

ettevõttes;

esmaabi kergemate vigastuste

korral

Loeng

Rühmatöö

Demostratsioon

Praktiline töö

Mitteeristav  
Leht 20/43-st

Abikokk rakenduskava 60 EKAP

20

Iseseisev töö (3 tundi)

Õpimapp: lahendatud töölehed

Lävend

Selgitatud on esmaabi korralduse põhimõtted toitlustusettevõttes.

Kirjeldatud ja demonstreeritud on esmaabi andmine kergemate vigastuse korral.

Hindamine: Mitteeristav

Hindamise eeldused

Tähtjaks on esitatud õpimapp – retseptikogu ning teostatud piisavalt praktilisi töid.

Hindamise korraldamine

Toimub ühiselt koos teenindamis aluste mooduli kokkuvõtva hindamisega lõpueksamil.

Mooduli kokkuvõttev hinne:

Mooduli kokkuvõttev hinne kujuneb, kui õppija:

1. valmistab ja serveerib juhendamisel kahekäigulise eine arvestades kliendi soove ja vajadusi, valides ja käideldes toiduaineid, töövahendeid ja seadmeid

köögis vastavalt etteantud tehnoloogilisele kaardile;

2. teeb töö lõppedes vajaminevad puhastustööd;

3. vastab vajadusel täiendavatele küsimustele

Hindekriteeriumid: Arvestatud:

Praktilise töö tulemusena on valmistatud ja serveeritud müügikõlbulik kahekäiguline eine ettenähtud ajaga (4 h), kasutades õigeid tehnoloogilisi võtteid,

seadmeid, töövahendeid ning järgitud tehnoloogilist kaarti ja tööplaani, täidetud hügieeni- ja toiduainete ladustamise ning lühiajalise säilitamise reegleid,

kasutatud õigeid koristus-puhastusvahendeid ja töövõtteid

Hindamise meetodid: Praktiline töö

Õppematerjalid:

KIRJANDUS

1. Rekkor, S. Kersna, A. Merits, M. Roosipõld, A. Toitlustuse alused. Tallinn: Argo, 2008

2. Kersna, A. Kivisalu, I. Merits, M. Rekkor, S. Toiduvalmistamine suurköögis. Tallinn: Argo, 2010

3. Kalbri, I. Toitumisõpetus. Tallinn: Ilo, 2007

4. Keppart, V. Keskkonnakaitse. Jäätmekäitlus. Tallinn: Argo, 2011

5. Tamm, T. Kuura, E. Lapp, S. Majapidamistöo majutusettevõttes. Tallinn: Argo, 2012

6. Kuura, E. Puhastusteenindus. Tallinn: AS Kirjastus ILO, 2003

7. Aavik, Ö. Kalkulatsiooniõpetus. Tallinn: Argo, 2011  
Leht 21/43-st

Abikokk rakenduskava 60 EKAP

21

ELEKTROONILISED ALLIKAD

8. HITSA Innovatsioonikeskus. Repositoorium. Toitlustuse alused.  
[http://cmsimple.e-uni.ee/toitlustuse\\_alused/](http://cmsimple.e-uni.ee/toitlustuse_alused/)

9. HITSA Innovatsioonikeskus. Repositoorium. Toiduhügieeni algkursus.  
<http://toiduhygieenialgkursus.edicypages.com/et>

10. HITSA Innovatsioonikeskus. Repositoorium. Toitlustusettevõtte seadmed ettevalmistusseadmed. <http://cmsimple.e-uni.ee/ettevalmistusseadmed/>

11. HITSA Innovatsioonikeskus. Repositoorium. Kööginõud ja väikevahendid. <http://web.zone.ee/objekt/kooginoud/>

12. Tallinna Teeninduskool. GN-nõud toidu valmistamisel ja väljastamisel. <http://www.teeninduskool.ee/eope/gnnoud/>

13. HITSA Innovatsioonikeskus. Repositoorium. Eritoitumine laktoositalumatuse ja tsöliaakia puhul. <http://web.zone.ee/objekt/laktoos/>

14. Eritoitumine. Taimetoitlus. <http://web.zone.ee/objekt/taimetoit/>

Sihtrühm Põhihariduse nõudeta või põhiharidusega õppija

Õppevorm Statsionaarne õpe

Mooduli number Mooduli nimetus Mooduli maht Õpetajad

4

Teenindamise alused

2 EKAP

(26 tundi)

Inga Pook

Aili Tervonen

Nõuded mooduli

alustamiseks

Läbitud moodul nr 1 ja moodulist nr 3 on läbinud hügieeni ja tööohutuse nõuded toitlustusettevõttes

Mooduli eesmärk Mooduli õpetusega taotletakse, et õpilane mõistab toitlustusteeninduse ja klienditeeninduse põhimõtteid, kasutab

lauakatmise põhitehnikaid, teenindab kliente erinevates teenindusolukordades

Auditoorseid tunde Iseseisva töö tunde Praktilisi tunde

26 10 16

Õpiväljund 1 Hindamiskriteeriumid Teemad/alateemad Õppemeetod Hindamine

Õppija: Õppija: Suhtlemine ja klienditeenindus Interaktiivne loeng Mitteeristav

Leht 22/43-st

Abikokk rakenduskava 60 EKAP

22

Mõistab

toitlustusteeninduse

põhimõtteid ja

kliendikeskse teeninduse

põhimõtteid

Tunnid:

10 tundi auditoorset tööd

3 tundi iseseisvat tööd

- tunneb teenindaja rolli ja teab

klienditeenindaja ülesandeid

toitlustusettevõttes;

- tunneb toitlustusettevõttes

kasutatavaid erinevaid lauatuüpe;

- kirjeldab klienditeekonda

kliendikeskse teeninduse

põhimõtetest, lähtudes konkreetsest

teenindusolukorrast;

(0,5 EKAP, 10 t A, 3 t I)

Klienditeeninduse ülesanded

Kliendi ootused ja vajadused

Klienditeekond ettevõttes

Kliendikeskne teenindus

Positiivne kliendikontakt



Arutelu

Paaristöö

Juhtumite

lahendamine,

Töölehed,

Ideekaardid

Iseseisev töö (3 tundi)

Etteantud ülesande alusel kliendi teekonna kirjeldamine lähtudes konkreetsest teenindusolukorrast.

Lävend

Kirjeldatud on klienditeenindaja ülesanded toitlustusettevõttes.

Kirjeldatud on erinevad toitlustusettevõtte lauatüübid.

Kirjeldatud on klienditeekond lähtudes konkreetsest teenindusolukorrast.

Õpiväljund 2 Hindamiskriteeriumid Teemad/alateemad Õppemeetod Hindamine

Lahendab

teenindusolukordi vastavalt

etteantud ülesandele

Tunnid:

(õpiväljundid 2, 3)

16 tundi auditoorset tööd

16 tundi praktilist tööd

7 tundi iseseisvat tööd

- valib suhtlemisrolle ja -tsoone

erinevates teenindusolukordades

lähtuvalt kliendi vajadustest,

ootustest ja soovidest;

- kasutab teenindusolukorras

kliendikeskse teeninduse

põhimõtteid lähtuvalt

toitlustusettevõtte

teenindusstandardist;

- pakub kliendi probleemile

lahenduse konkreetse

teenindusolukorra näitel;

Teeninduse alused

(õpiväljundid 2 ja 3)

(1,5 EKAP, sh. sissejuhatus

moodulisse 1 t

A16, P16, I 7)

Teeninduse tähtsus ja vajalikkus

Teenindaja roll ja ülesanded

Menüükaartide kujundamine

Lihtsamad lauaseaded

Teeninduse liigid

Lauatüübid

Lauakatmis-ja

serveerimisvahendid

Loeng

Arutelu

Paaristöö

Juhtumite

lahendamine,

analüüs

Ideekaart

Demostratsioon

Praktiline töö

Mitteeristav

Leht 23/43-st

Abikokk rakenduskava 60 EKAP

23

Teenindamise põhitehnikad

Istumisega laua katmine

Õpiväljund 3 Hindamiskriteeriumid Teemad/alateemad Õppemeetod Hindamine

Teeb ettevalmistused,

teenindab kliente

selvelaudades ja istumisega

laudades

Tunnid:

tundi auditoorset tööd

tundi praktilist tööd

tundi iseseisvat tööd

- kujundab ja valmistab

menüükaarte ja lauaseadeid

juhendamisel;

- koostab toiduvalmistamiseks ja

serveerimiseks vajalike vahendite

nimekirja;

- valib laua katmiseks sobivad

lauanõud ja söögiriistad;

- katab selve- ja istumisega

söögilaudu lähtudes menüüst ning

värvide sobivusest;

- serveerib toite ja jooke;

- teenindab kliente kasutades

teenindamise põhitehnikaid,

järgides nii isikliku kui ka

toiduhügieeni nõudeid

Interaktiivne loeng

Rühmatöö

Demostratsioon

Test

Praktiline töö

Mitteeristav

Iseseisev töö (7 tundi)

Etteantud menüü järgi menüükaardi kujundamine

Lävend

Lahendatud on kliendi probleeme erinevates teenindussituatsioonides.

Juhendamisel on kujundatud menüükaart ja tehtud lihtsam lauaseade.

Valitud on lauanõud ja kaetud selve- ja istumisega söögilaudu vastavalt menüüle ja heale maitsele.

Klienti on teenindatud ja toidud, joogid serveeritud kasutades õigeid tehnikaid ja järgides hügieeni nõudeid.

Hindamine: Mitteeristav

Hindamise eeldused

Tähtjaks on esitatud õpimapp ning teostatud piisavalt praktilisi töid.  
Leht 24/43-st

Abikokk rakenduskava 60 EKAP

24

Hindamise korraldamine

Toimub ühiselt koos toitlustamise aluste mooduli kokkuvõtva hindamisega lõpueksamil.

Mooduli kokkuvõttev hinne:

Mooduli kokkuvõttev hinne kujuneb, kui õppija:

- kujundab ja koostab iseseisva tööna nõuetekohase menüükaardi;
- katab laua, valmistab lauaseade ja teenindab klienti etteantud menüü järgi;
- lahendab suhtlemissituatsiooni teenindusprotsessis;

Hindekriteeriumid: Arvestatud:

Suhtlemissituatsioon on lahendatud kliendisõbralikult.

Laud on kaetud vastavalt menüüle vajaminevate vahendite, nõude, lauaseade ja menüükaardiga.

Toidud on serveeritud õiges järjekorras.

Hindamismeetodid: Praktiline töö

Õppematerjalid:

#### KIRJANDUS

1. Rekkor, S. Eerik, R. Parm, T. Vainu, A. Teenindamise kunst. Tallinn: Argo, 2013
2. Roosipõld, A. Kotkas, M. Restoraniteenindus. Tallinn: Argo, 2010
3. Rekkor, S. Selvelauad. Tallinn: Avita 2000
4. Rekkor, S. Kersna, A. Merits, M. Roosipõld, A. Toitlustuse alused. Tallinn: Argo, 2008
5. Kersna, A. Kivisalu, I. Merits, M. Rekkor, S. Toiduvalmistamine suursöögis. Tallinn: Argo, 2010

6. Cracknell, H.L. Toidud, joogid, serverimine. Tallinn: TEA Kirjastus, 2009
7. Bono, G. Filippo, A. Stiilsed salvrätikuseaded. Tallinn: TEA Kirjastus, 2005
8. Karu, V. Soomre, S. Peolauad, katmine, serverimine, etikett. Hansaprint OÜ

#### ELEKTROONILISED ALLIKAD

9. Õpiobjekt. Esmamulje teeninduses. [http://cmsimple.e-uni.ee/esmamulje\\_teeninduses/](http://cmsimple.e-uni.ee/esmamulje_teeninduses/)
10. BEST õpiobjektid. Teeninduskett. <http://eope.ehte.ee/teeninduskett/?Avaleht>
11. Õpiobjekt. Veaolukorrad teeninduses. <http://cmsimple.e-ope.ee/veaolukorrad/>
12. HITSA Innovatsioonikeskus. Repositoorium. Klientide rühmitamine. [http://cmsimple.e-ope.ee/klientide\\_ryhmitamine](http://cmsimple.e-ope.ee/klientide_ryhmitamine)
13. HITSA Innovatsioonikeskus. Repositoorium. Värvusõpetus ja kompositsioon. <http://www.hariduskeskus.ee/opiobjektid/varvusopetus/>
14. HITSA Innovatsioonikeskus. Repositoorium. Toidu paigutamine taldrükule ja vaagnale. [http://cmsimple.e-ope.ee/toidu\\_paigutamine/](http://cmsimple.e-ope.ee/toidu_paigutamine/)  
Leht 25/43-st

Abikokk rakenduskava 60 EKAP

25  
Leht 26/43-st

Abikokk rakenduskava 60 EKAP

26

Sihtrühm Põhihariduse nõudeta või põhiharidusega õppija

Õppevorm Statsionaarne õpe

Mooduli number Mooduli nimetus Mooduli maht Õpetajad

5

Abikoka praktilise töö

alused

13 EKAP

(338 tundi) Inga Pook

Kersti Raak

Nõuded mooduli

alustamiseks

Läbitud moodul nr 1, nr 3 ja nr 4

Mooduli eesmärk Mooduli õpetusega taotletakse, et õppija valmistab ja serveerib juhendamisel meeskonna liikmena menüüs olevaid toite ja

jooke.

Õpingute käigus kujundatakse eesti keele, võõrkeele ja infotehnoloogilist pädevust ning meeskonnatöö- ja suhtlemisoskust

Auditoorseid tunde Iseseisva töö tunde Praktilisi tunde

8 330

Õpiväljund 1 Hindamiskriteeriumid Teemad/alateemad Õppemeetod Hindamine

Õppija:

Valmistab juhendamisel

kvaliteedinõuetele

vastavaid toite ja jooke,

järgides toitlustusettevõtte

töökorralduse põhimõtteid

Tunnid

(1,2,3 õpiväljundile):

8 tundi auditoorset tööd

330 tundi praktilist tööd

Õppija:

- valmistab juhendamisel toite ja

jooke;

- kasutab seadmeid ja töövahendeid

säästlikult, vastavalt tehnoloogiale ja

sooritatava töö mahule;  
- käitleb juhendamisel toiduaineid  
säästlikult ja toiduhügieeni nõudeid  
järgides;  
- säilitab juhendamisel pooltooteid  
vastavalt toiduhügieeni nõuetele;  
- korraldab oma töökohta kogu  
tööprotsessi vältel, järgib ettevõtte  
puhastusplaani ning  
Sissejuhatus moodulisse  
( 2 t A)  
Mooduli sisu, õppeülesannete ja  
hindamise tutvustus  
Köögitöö töökorraldus  
( 2 t A)  
Seadmed ja ohutustehnika köögis  
Isikliku hügieeni ja  
tööhügieeninõuded  
Puhastusplaani tutvustus  
Praktiline töö õppekeskkonnas  
(läbib kõiki õpiväljundeid)  
(330 t P sh mooduli kokkuvõttev  
hindamine 4 t A)  
Vestlus  
Demostratsioon  
Praktiline töö



Mitteeristav

Praktiliste

tööülesannete

täitmise jälgimine

Leht 27/43-st

Abikokk rakenduskava 60 EKAP

27

tööohutusnõudeid;

- järgib isikliku hügieeni nõudeid

kogu tööpäeva jooksul;

Köögi seadmete ja väiketöövahendite kasutamine ja

igapäevane hooldus;

köögis kasutatavate toiduainete

eeltöötlusvõtted,

kuumtöötlusvõtted, säilitusviisid;

toitude ja jookide valmistamine ja

serveerimine (sh rahvusroad);

hommiku-, lõuna-, õhtusöögi- ja

selvelaudade eelkatted;

osaline- ja selveteenindus;

koristus- ja puhastustööd köögis ja

teenindussaal

Õpiväljund 2 Hindamiskriteeriumid Teemad/alateemad Õppemeetod Hindamine

Töötab juhendamisel

meeskonna liikmena

lähtuvalt toitlustusettevõtte

töökorraldusest ning

tööohutuse ja ergonoomia

põhimõtetest.

- töötab juhendamisel meeskonna

liikmena vastavalt ettevõtte

töökorralduse põhimõtetele,

arvestades kaastöötajatega;

- suhtleb töösituatsioonis

arusaadavalt, viisakalt, keeleliselt

korrekselt;

- hindab oma füüsilist aktiivsust ja

arvestab ergonoomia põhimõtetega

lähtuvalt abikoka töö eripärast;

Mitteeristav

Praktiliste

tööülesannete

täitmise jälgimine

Õpiväljund 3 Hindamiskriteeriumid Teemad/alateemad Õppemeetod Hindamine

Töötab juhendamisel

teenindusruumides lähtuvalt

teenindamise

põhitehnikatest ning

kliendikeskse teenindamise

põhimõtetest.

- loob positiivse kliendikontakti

lähtuvalt ettevõtte

teenindusstandardist;

- töötab juhendamisel

teenindusruumides lähtudes

toiduhügieeni, ergonoomika ja

töökorralduse põhimõtetest;

Mitteeristav

Praktiliste

tööülesannete

täitmise jälgimine

Leht 28/43-st

Abikokk rakenduskava 60 EKAP

28

- valib sobiva teenindusalase

sõnavara ja kehakeele;

- väljendab ennast

teenindusolukorras korrektses

keeles

Lävend

Juhendamisel on valitud ja käideldud tooraineid vastavalt toiduhügieeni nõuetele.

Juhendamisel on valmistatud toite ja jooke vastavalt ettevõtte töökorraldusele.

Juhendamisel on korraldatud oma töökohta, kasutatud seadmeid, töövahendeid ergonoomiliselt ja säästlikult ning järgides hügieeninõudeid.

On töötatud meeskonnas ja teenindatud klienti suheldes viiskalt ja korrektselt.

Juhendamisel on töötatud teenindusruumis lähtudes toiduhügieeni, ergonoomika ja töökorralduse põhimõtetest.

Hindamine: Mitteeristav

Hindamise eeldused

Täies mahus sooritatud praktilised ülesanded.

Mooduli kokkuvõttev hindamine

Jooksev hindamine, praktiliste tegevuste vaatlemise teel

Analüüs (juhendaja, kaaslaste, enese)

Mooduli hindamise korraldamine

Toimub praktilise töö lõpus, kasutades juhendaja suulist tagasisidet, enesehinnagut ja kaaslaste hinnagut

Hindekriteerium: Arvestatud

Saavutatud on kõik õpiväljundid läveni tasemel

Õppematerjalid:

KIRJANDUS

1. Rekkor, S. Kersna, A. Merits, M. Roosipõld, A. Toitlustuse alused. Tallinn: Argo, 2008

2. Kersna, A. Kivisalu, I. Merits, M. Rekkor, S. Toiduvalmistamine suurköögis. Tallinn: Argo, 2010  
Leht 29/43-st

Abikokk rakenduskava 60 EKAP

29

Sihtrühm Põhihariduse nõudeta või põhiharidusega õppija

Õppevorm Statsionaarne õpe

Mooduli number Mooduli nimetus Mooduli maht Õpetajad

6

Abikoka praktika

15 EKAP

(390 tundi)

Inga Pook

Nõuded mooduli

alustamiseks

Läbitud moodul nr 1, nr 3 ja nr 4

Mooduli eesmärk Mooduli õpetusega taotletakse, et õppija planeerib oma tööd toitlustusettevõttes, käitleb toidutooret, abistab kokka toitude

valmistamisel ja serveerimisel ning töötab juhendamisel meeskonna liikmena.

Õpingute käigus kujundatakse keemia,- matemaatika- infotehnoloogilisi ja eestikeele pädevusi ning meekonnatöö- ja

suhtlemisoskust.

Auditoorseid tunde Iseseisva töö tunde Praktilisi tunde

12 20 350

Õpiväljund 1 Hindamiskriteeriumid Teemad/alateemad Õppemeetod Hindamine

Õppija:

1. Planeerib

praktikajuhendi alusel

isikliku praktika eesmäärke

Tunnid

(1, 2 õpiväljundile):

6 tundi auditoorset tööd

10 tundi iseseisvat tööd

Õppija:

- koostab materjali praktikale

asumiseks (CV, avaldus, lepingu

sõlmimine, enesehinnang)

arvestades praktikajuhendit;

- teeb igapäevased sissekanded

praktikapäevikusse, arvestades

praktikajuhendit;

Sissejuhatus koolis (4 t A, 10 t I)

Praktika eemärgistamine,

dokumentatsioon, kaitsmise

tutvustus

Interaktiivne loeng

Vestlus

Praktiline töö

(dokumentide

koostamine)

Mitteeristav

Iseseisev töö (10 t)

Praktikadokumentide koostamine, praktikapäeviku igapäevane täitmine.

Õpiväljund 2 Hindamiskriteeriumid Teemad/alateemad Õppemeetod Hindamine

Tutvub praktikajuhendi - kirjeldab praktikaettevõtte äriideed Sissejuhatus

ettevõttes ( 2 t A) Vestlus Mitteeristav

Leht 30/43-st

Abikokk rakenduskava 60 EKAP

30

alusel praktikaettevõtte kui

organisatsiooniga ning

toitlustusosakonna

toimingutega

praktikaettevõtte alusel;

- kirjeldab toitlustusettevõtte

ruumide paigutust praktikaettevõtte

alusel;

- kirjeldab toitlustusettevõtte

toiminguid ja töökorraldust

prakтикаettevõtte alusel;

Tutvumine ettevõttega

Tööohutus, töötervishoid,

tuleohutus, seadmete ohutus

Demostratsioon

Õpiväljund 3 Hindamiskriteeriumid Teemad/alateemad Õppemeetod Hindamine

Töötab juhendamisel

prakтикаettevõttes ja

meeskonnas, järgides

ettevõtte töökorraldust

Tunnid

(3-6 õpiväljundile):

358 tundi praktilist tööd

- tunneb ettevõtte menüüd;

- valib toitude ja jookide

valmistamiseks vajalikke tooraineid

juhendamisel;

- töötab juhendamisel ning teeb

planeeritud tööd toitlustusettevõttes

õiges järjekorras ja etteantud

kellaajaks;

- järgib töötamisel ergonoomia

põhimõtteid;

- töötab meeskonnaliikmena,

arvestades kaastöötajatega;

- järgib ettevõtte sisekorraeeskirju;

Praktiline töö toitlustusettevõttes

( 200 t P)

Peamised eeltötlusvõtted ,

säästlik töötamine, peamiste

kuumtötlusvõtete kasutamine

lihtsamate toitude valmistamisel,

töövahendite ning seadmete valik,

puhastustöödeks sobilike

töövahendite ning kemikaalide

valik, õigete puhastusmeetodite

valik ja kasutamine

Praktiline töö Mitteeristav

Praktiliste

tööülesannete

täitmise jälgimine

Õpiväljund 4 Hindamiskriteeriumid Teemad/alateemad Õppemeetod Hindamine

Töötab juhendamisel

toitlustamises kasutatavate

seadmete ja töövahenditega,

järgib tööhügieeni - ja

tööohutusnõudeid

- kasutab tööprotsessis sobilikke

väikevahendeid juhendi alusel;



		- järgib töötades tööhügieeninõudeid; - kasutab vajadusel isikukaitsevahendeid; - töötab seadmetega ohutult, Praktiline töö Mitteeristav Praktiliste tööülesannete t		
--	--	--	--	--

**Hindamisülesanne:**

- 1) Valmistab ette töökoha, valib töövahendid ja vajalikud toiduained tehnoloogilise kaardi abil
- 2) Valmistab toite ja jooke kasutades seadmeid ohutusnõuetele vastavalt
- 3) Jälgib toidu käitlemisel isiklikku ja toiduhügieeni
- 4) Tööpindade ja seadmete puhastamine juhendamisel, kasutades kõigi puhastusplaani.

**Hindamismeetod:**

- Rühmatöö
- Praktiline töö
- Arutus
- Enesehindamine
- Arvestustöö

**Lävend**

- valmistab juhendamisel toite ja jooke
- käitleb toiduaineid toidu- ja isikliku hügieeni nõudeid arvestades
- kasutab ja hooldab töövahendeid ja seadmeid ohutult
- hooldab tööpindasid vastavalt hügieeni nõuetele

Õpiväljund 2	Hindamiskriteeriumid	Teemad/alateemad	Õppemeetodid	Hindamine
Töötab juhendamisel meeskonna liikmena lähtuvalt toitlustusettevõtte töökorraldusest ning tööohutuse ja ergonoomia põhimõtetest.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- töötab juhendamisel meeskonna liikmena vastavalt ettevõtte töökorralduse põhimõtetele, arvestades kaastöötajatega;</li> <li>- suhtleb töösituatsioonis arusaadavalt, viisakalt, keeleliselt korrektset;</li> <li>- hindab oma füüsilist aktiivsust ja arvestab ergonoomia põhimõtetega lähtuvalt abikoka töö eripärast;</li> </ul>	Tööohutuse tutvustamine. Töökorraldus ja sisekord ettevõttes. Meeskonnatöö põhimõtted.	Demonstratsioon Paaristöö Rühmatöö Praktiline töö	Mitteeristav

**Hindamisülesanne:**

Praktiline töö valmistada meeskonnatööna kahekäiguline roog juhendamisel

**Lävend**

--

Õpiväljund 3	Hindamiskriteeriumid	Teemad/alateemad	Õppemeetodid	Hindamine
Töötab juhendamisel teenindusruumides, lähtuvalt teenindamise põhitehnikatest ning kliendikeskse teenindamise põhimõtetest.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- loob positiivse kliendikontakti lähtuvalt ettevõtte teenindusstandardist;</li> <li>- töötab juhendamisel teenindusruumides lähtudes toiduhügieeni, ergonoomika ja töökorralduse põhimõtetest;</li> <li>- valib sobiva teeninduslase sõnavara ja kehakeele;</li> <li>- väljendab ennast teenindusolukorras korrektses keeles</li> </ul>	Klienditeenindaja oskused. Teeninduskeel, viisakusväljendid. Kehakeele kasutamine.	Demonstratsioon. Praktiline töö.	Mitteeristav
<b>Hindamisülesanne:</b> 1.Katab kliendile laua, teeb eelkatte 2.Serveerib toite ning jooke teenindusolukorras 3. Kliendi viisakas ja kliendikeskne teenindamine, jälgides sõnavara ja kehakeele kasutamist			<b>Hindamismeetod:</b> Rühmatöö Praktiline töö	
<b>Lävend</b>				
täidab kliendikeskse teeninduse põhimõtteid				

<b>Hindamiskriteeriumid</b>	Juhendamisel on valitud ja käideldud tooraineid vastavalt toiduhügieeni nõuetele. Juhendamisel on valmistatud toite ja jooke vastavalt ettevõtte töökorraldusele. Juhendamisel on korraldatud oma töökohta, kasutatud seadmeid, töövahendeid ergonoomiliselt ja säästlikult ning järgides hügieeninõudeid. On töötatud meeskonnas ja teenindatud klienti suheldes viisakalt ja korrektselt. Juhendamisel on töötatud teenindusruumis lähtudes toiduhügieeni, ergonoomika ja töökorralduse põhimõtetest
<b>Õppemeetod</b>	Demonstratsioon. Praktilised tööd.
<b>Hindamisülesanne</b>	Käte korrektne pesemine. Köögililja tükeldamine õigete töövõtetega. Köögililjatoidu valmistamine tehnol. kaardi abil jälgides hügieeninõudeid ja kasutates töövahendeid ja köögiviljalõikurit ohutult.
<b>Lõimitud teemad</b>	Hügieeniõpetus.Toiduhügieeninõuded.
<b>Mooduli kokkuvõtva hinde kujunemine</b>	Jooksev hindamine, praktiliste tegevuste vaatlemise teel Praktilise töö lõpus: kokkuvõttev analüüs (juhendaja, kaaslaste, enese) ja tagasiside
<b>Mooduli hindamine</b>	mitteeristav hindamine
<b>Õppematerjalid</b>	KIRJANDUS 1. Rekkor, S. Kersna, A. Merits, M. Roosipõld, A. Toitlustuse alused. Tallinn: Argo, 2008 2. Kersna, A. Kivisalu, I. Merits, M. Rekkor, S. Toiduvalmistamine suursöögis. Tallinn: Argo, 2010

# Haapsalu Kutsehariduskeskus

## 3. taseme kutseõppe õppekava „Abikokk“

### MOODULI RAKENDUSKAVA

<b>Sihtrühm</b>	Põhihariduse nõudeta või põhiharidusega õppija		
<b>Õppevorm</b>	stационаarne - koolipõhine õpe		
<b>Mooduli nr</b>	<b>Mooduli nimetus</b>	<b>Mooduli maht (EKAP)</b>	<b>Õpetajad</b>
6	Abikoka praktika	30	Inga Pook
<b>Nõuded mooduli alustamiseks</b>	Läbitud moodul nr 1, nr 3 ja nr 4		
<b>Mooduli eesmärk</b>	Mooduli õpetusega taotletakse, et õppija planeerib oma tööd toitlustusettevõttes, käitleb toidutooret, abistab kokka toitude valmistamisel ja serveerimisel ning töötab juhendamisel meeskonna liikmena. Õpingute käigus kujundatakse keemia,- matemaatika- infotehnoloogilisi ja eestikeele pädevusi ning meekonnatöö- ja suhtlemisoskust		

Õpiväljund 1	Hindamiskriteeriumid	Teemad/alateemad	Õppemeetodid	Hindamine
Planeerib praktikajuhendi alusel isikliku praktika eesmärgid.	Õppija: - koostab materjali praktikale asumiseks (CV, avaldus, lepingu sõlmimine, enesehinnang) arvestades praktikajuhendit; - teeb igapäevased sissekanded praktikapäevikusse, arvestades praktikajuhendit;	Sissejuhatus koolis Praktika eemärgistamine, dokumentatsioon, kaitsmise tutvustus	Interaktiivne loeng Vestlus Praktiline töö (dokumentide koostamine)	Mitteeristav
<b>Hindamismeetod:</b> Praktiline töö				
<b>Lävend</b>				

Õpiväljund 2	Hindamiskriteeriumid	Teemad/alateemad	Õppemeetodid	Hindamine
Tutvub praktikajuhendi alusel praktikaettevõtte kui organisatsiooniga ning toitlustusosakonna toimingutega.	kirjeldab praktikaettevõtte äriideed praktikaettevõtte alusel; - kirjeldab toitlustusettevõtte ruumide paigutust praktikaettevõtte alusel; - kirjeldab toitlustusettevõtte toiminguid ja töökorraldust praktikaettevõtte alusel;	Tutvumine ettevõttega Tööohutus, tervishoid, tuleohutus, seadmete ohutus	vaatlus, praktiline töö	Mitteeristav

<b>Hindamismeetod:</b> Praktiline töö
<b>Lävend</b>

Õpiväljund 3	Hindamiskriteeriumid	Teemad/alateemad	Õppemeetodid	Hindamine
Töötab juhendamisel praktikaettevõttes ja meeskonnas, järgides ettevõtte töökorraldust.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- tunneb ettevõtte menüüid;</li> <li>- valib toitude ja jookide valmistamiseks vajalikke tooraineid juhendamisel;</li> <li>- töötab juhendamisel ning teeb planeeritud tööd toitlustusettevõttes õiges järjekorras ja etteantud kellaajaks;</li> <li>- järgib töötamisel ergonoomia põhimõtteid;</li> <li>- töötab meeskonnaliikmena, arvestades kaastöötajatega;</li> <li>- järgib ettevõtte sisekorraeeskirju</li> </ul>	Peamised eeltöötlusvõtted , säästlik töötamine, peamiste kuumtöötlusvõtete kasutamine lihtsamate toitude valmistamisel, töövahendite ning seadmete valik, puhastustöödeks sobilike töövahendite ning kemikaalide valik, õigete puhastusmeetodite valik ja kasutamine	praktiline töö	Mitteeristav

<b>Hindamismeetod:</b> Praktiline töö
<b>Lävend</b>

Õpiväljund 4	Hindamiskriteeriumid	Teemad/alateemad	Õppemeetodid	Hindamine
Töötab juhendamisel toitlustamises kasutatavate seadmete ja töövahenditega, järgib tööhügieeni - ja tööohutusnõudeid.	<ul style="list-style-type: none"> <li>kasutab tööprotsessis sobilikke väikevahendeid juhendi alusel;</li> <li>- järgib töötades tööhügieeninõudeid;</li> <li>- kasutab vajadusel isikukaitsevahendeid;</li> <li>- töötab seadmetega ohutult, vastavalt kasutusjuhenditele;</li> <li>- puhastab töö lõppedes seadmed ja töökoha, vastavalt kasutusjuhendile</li> </ul>	toitlustuses kasutatavate seadmete käsitlemine	praktiline töö	Mitteeristav

<b>Hindamismeetod:</b> Praktiline töö
<b>Lävend</b>

Õpiväljund 5	Hindamiskriteeriumid	Teemad/alateemad	Õppemeetodid	Hindamine
Eeltöötleb juhendamisel toiduaineid, valmistab juhendamisel ettevõtte menüüs olevaid lihtsamaid toite ja jooke, teeb puhastus- ja korrastustöid.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- eeltöötleb toiduaineid vastavalt juhendile vältides liigseid kadusid;</li> <li>- valmistab juhendi järgi ettevõtte menüüs olevaid lihtsamaid toite ja jooke vastavalt tööplaanile arvestades seadmete ja töövahendite võimsust;</li> <li>- täidab juhendamisel enesekontrolli tegevusi;</li> <li>- korrastab ja puhastab oma töökohta kogu tööpäeva vältel;</li> <li>- teeb puhastus- ja korrastustöid vastavalt puhastusplaanile;</li> </ul>	eeltöötlemine, puhastus ja korrastustööd köögis	praktiline töö	Mitteeristav
<b>Hindamismeetod:</b> Praktiline töö				
<b>Lävend</b>				

Õpiväljund 6	Hindamiskriteeriumid	Teemad/alateemad	Õppemeetodid	Hindamine
teenindab juhendamisel kliente järgib klienditeeninduse põhimõtteid	<ul style="list-style-type: none"> <li>- teenindab juhendamisel klienti vastavalt ettevõtte eripärale;</li> <li>- tutvustab klientidele toite ja jooke korrektses eesti keeles juhendamisel;</li> <li>- serveerib juhendamisel toite ja jooke vastavalt ettevõtte eripärale;</li> <li>- teenindab kliente meeskonnaliikmena järgides kliendikesksuse põhimõtteid;</li> </ul>	Teeninduse korraldus ( 150 t P) iseteenindusliinis, buffet-lauas, teenindamine iseteenindusliinis ja buffet-lauas	praktiline töö	Mitteeristav
<b>Hindamismeetod:</b> Praktiline töö				
<b>Lävend</b>				

Õpiväljund 7	Hindamiskriteeriumid	Teemad/alateemad	Õppemeetodid	Hindamine
koostab juhendamisel praktikaaruande	<ul style="list-style-type: none"> <li>- koostab kirjalikult eesti keeles praktikaaruande vastavalt etteantud juhendile;</li> <li>- esitleb praktikal saadud kogemusi ja</li> </ul>	Praktika aruandlus ( sh tagasiside andmine ) Praktikaaruande koostamine, esitlemine ning kaitsmine	praktiline töö	Mitteeristav

eesmärkide saavutamist ning edasisi plaane töölaseks arenguks suuliselt			
--	--	--	--

**Hindamismeetod:**

Praktiline töö

**Lävend****Mooduli kokkuvõtva hinde kujunemine**

Mooduli kokkuvõttev hinne kujuneb, kui õppija:

- sooritab praktilised tööd;
- koostab enesehinnangu;
- saab praktikaettevõtte juhendajalt positiivse tagasiside;
- koostab iseseisva tööna ja esitab praktikaaruande;
- esitleb suuliselt praktilal saadud kogemusi ja eesmärkide täitmist

Jooksev hindamine, praktiliste tegevuste vaatlemise teel ettevõtte praktikajuhendajalt  
Aruande hindamine  
Esitluse hindamine koos eneseanalüüsiga

**Mooduli hindamine**

mitteeristav hindamine

**Õppematerjalid**

KIRJANDUS

- Praktikajuhend õppijale -<http://www.ekk.edu.ee/vvfiles/0/Praktikajuhend%206ppijale.doc>
- Praktikaaruande koostamise juhend
- Tööohutuse ja töötervishoiu alased juhendmaterjalid
- Praktikaleping
- Praktikapäevik
- Tagasisideleht praktika juhendajalt

# Haapsalu Kutsehariduskeskus

## 3. taseme kutseõppe õppekava „Abikokk“

### VALIKÕPINGUTE MOODULI RAKENDUSKAVA

<b>Sihtrühm</b>	Põhihariduse nõudeta või põhiharidusega õppija		
<b>Õppevorm</b>	statsionaarne - koolipõhine õpe, mittestatsionaarne õpe		
<b>Mooduli nr</b>	<b>Mooduli nimetus</b>	<b>Mooduli maht (EKAP)</b>	<b>Õpetajad</b>
7	Pagari- ja kondiitritööd	20	Inga Pook
<b>Nõuded mooduli alustamiseks</b>	Õpilane peab olema eelnevalt läbinud moodulid nr 1 ja moodulist nr.3 on läbinud hügieeni ja tööhutuse nõuded toitlustusettevõttes		
<b>Mooduli eesmärk</b>	Mooduli õpetusega taotletakse, et õppijal on vajalikud teoreetilised ja praktilised oskused pagari- ja kondiitritoodete valmistamiseks ja nende rakendamiseks toiduvalmistamisel		

Õpiväljund 1	Hindamiskriteeriumid	Teemad/alateemad	Õppemeetodid	Hindamine
mõistab erialaseid pagari- ja kondiitritöö termineid	<p>Õppija:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- kirjeldab peamisi köögis valmistatavaid tainaid (pärimi-, biskviit-, keedu-, liiva-, besee-, leht-, ja pärmilehttaigen) ja tooteid nendest;</li> <li>- kirjeldab põhitainaste valmistamise tehnoloogiat ja kasutamise võimalusi;</li> <li>- kirjeldab enamlevinud teiste rahvaste leivatooteid</li> <li>- iseloomustab tainatoodete valmistamisel kasutatavaid lihtsamaid kaunistusi, kreeme ja glasuure;</li> </ul>	<p>Sissejuhatus moodulisse ( 2 t A)</p> <p>Mooduli sisu, õppeülesannete ja hindamise tutvustus.</p> <p>Pagari ja kondiitri töövahendid.</p> <p>Pagari- ja kondiitritöö teooria ( sh mooduli hindamine 4 t A), 1,5 EKAP 30 t A, 9 t I)</p> <p>Kasutatavad toorained ja nende säilitamine.</p> <p>Pagaritöö põhimõisted.</p> <p>Biskviitaigna valmistamine ja tooted biskviitaignast</p> <p>Muffinite ja keekside valmistamine.</p> <p>Muretaigna valmistamine ja tooted muretaignast.</p> <p>Erinevate rahvaste leivatooted.</p> <p>Keedutaigna valmistamine ja tooted keedutaignast</p> <p>Lihtsamad kaunistused, kreemid ja glasuurid</p> <p>Lehttaigna valmistamine ja tooted sellest.</p> <p>Beseetaigen.</p> <p>Pärmitaigna valmistamine ja tooted pärmitaignast</p> <p>Rukkitaina valmistamine ja tooted.</p>	<p>Interaktiivne loeng.</p> <p>Õppevideod.</p> <p>Esitlused.</p> <p>Paaristöö.</p> <p>Töölehed.</p> <p>Vestlus.</p>	Mitteeristav
<p><b>Hindamisülesanne:</b></p> <p>Test pagari ja kondiitri töövahendite tundmise kohta.</p> <p>Test õpitud mõistete kohta.</p> <p>Test muretaigna valmistamisest.</p> <p>Test keedutaignast.</p>			<p><b>Hindamismeetod:</b></p> <p>Rühmatöö</p> <p>Praktiline töö</p> <p>Test</p>	
<b>Lävend</b>				

--

Õpiväljund 2	Hindamiskriteeriumid	Teemad/alateemad	Õppemeetodid	Hindamine
kirjeldab pagari- ja kondiitritöös kasutatavaid spetsiifilisi tooraineid	<ul style="list-style-type: none"> <li>- iseloomustab pagari- ja kondiitritöös kasutatavaid spetsiifilisi tooraineid gruppide kaupa, nimetades sealhulgas põhitoorained ja nõuded säilitamisele;</li> <li>- iseloomustab pagari- ja kondiitritöös kasutatavaid spetsiifilisi tooraineid nende kasutamismomaduste järgi;</li> </ul>	Pagari- ja kondiitritöös kasutatavad toorained Toorainete grupid: jahud, rasvained, muna, kergitusained, lisandid Toorainete säilitamine.	Interaktiivne loeng Õppevideod Test Rühmatöö Töölehed	Mitteeristav
<b>Hindamisülesanne:</b> Test pagari- ja kondiitritöös kasutatavate toorainete kasutamise, omaduste ja säilitamise kohta Tööleht põhitoorainete säilitamise kohta			<b>Hindamismeetod:</b> Rühmatöö Test Tööleht	
<b>Lävend</b>				

Õpiväljund 3	Hindamiskriteeriumid	Teemad/alateemad	Õppemeetodid	Hindamine
valmistab ja serveerib tehnoloogiliste kaartide alusel pagari- ja kondiitritooteid, tagades toodete kvaliteedi	<ul style="list-style-type: none"> <li>- soovitab rühmatööna menüüsse pagari- ja kondiitritooteid;</li> <li>- valmistab tehnoloogilise kaardi alusel juhendamisel põhitaiginaid (pärimi-, biskviit-, keedu-, liiva- bese-, leht, ja pärmilehttaigen);</li> <li>- teeb ettevalmistused pagaritöökojas vastavalt tehnoloogilistele kaartidele;</li> <li>- kasutab toodete valmistamiseks asjakohaseid seadmeid ja töövahendeid;</li> <li>- valmistab tooteid ressursisäästlikult, klientide soove arvestades, kasutab sobivaid ja asjakohaseid pagaritöö tehnikaid, külma ja kuumtöötlemisvõtteid ning pidades kinni toiduhügieeni reeglitest;</li> <li>- valmistab tehnoloogilise kaardi alusel lihtsamaid kreeme ja glasuure;</li> <li>- valmistab tehnoloogilise kaardi alusel lihtsamaid šokolaadist ja martsipanist kaunistusi;</li> <li>- ajastab toodete valmimise vastavalt ajaressursile;</li> </ul>	Pagari- ja kondiitritooteid praktiline valmistamine (3,5 EKAP 91 t, sh. mooduli hindamine 8 t: 80 t P, 11 t I) Pärmitaigna toodete valmistamine Biskviitaigna toodete valmistamine Muffinite ja keekside valmistamine Beseetaignatoodete valmistamine Keedutaignatoodete valmistamine Muretaignatoodete valmistamine Lihtsamate kaunistuste, kreemide ja glasuuride valmistamine Lehttaigna ja pärmilehttaignatoodete valmistamine Rukkitaina toodete valmistamine Erinevate rahvaste leivatoodete valmistamine	Demonstratsioon Praktilised tööd Õppevideod	Mitteeristav



- peseb nõud, töövahendid ja korrastab  
töökoha juhendi alusel

**Hindamisülesanne:**

Õppijad valmistavad paaristööna pagari- ja kondiitritoote tehnoloogilise kaardi abil vähesel juhendamisel

**Hindamismeetod:**

Praktiline töö  
Intervjuu

**Lävend****Iseseisvad tööd**

Tutvub rukkileiva valmistamisega videode abil. 1. [www.youtube.com](http://www.youtube.com) Kodune leivategu 1,2 osa 2. Saatesari Heureka ETV2 arhiiv, Kuidas valmib leib,

**Praktilised tööd**

Muretaignast korvikesed ja soolased küpsised. Liivaküpsiste valmistamine. Tordipõhja valmistamine. Pirukate valmistamine pärmitaignast. Karaski valmistamine. Rullbiskviidi valmistamine. Tuuletaskute valmistamine.

<b>Hindamiskriteeriumid</b>	Valmistatud ja serveeritud on müügikõlbulik kondiitri- ja pagaritoode. Töötatud on puhtalt ja säästlikult. Töökoht ja nõud on puhastatud korrektselt.
<b>Mooduli kokkuvõtva hinde kujunemine</b>	Mooduli kokkuvõttev hinne kujuneb, kui õppija: • Valmistab ja serveerib etteantud juhendi alusel (loos) ühe kondiitritoote ja ühe pagaritoote järgides hügieeni, tööohutuse ja säästlikuse põhimõtteid
<b>Mooduli hindamine</b>	mitteeristav hindamine
<b>Õppematerjalid</b>	KIRJANDUS 1. Rekkor, S. Kersna, A, Merits, M. Kivisalu, I. Animägi, L. Muuga, Õ. Praktiline kulinaaria. Tallinn: Argo, 2013 2. Rekkor, S. Kersna, A, Merits, M. Kivisalu, I. Aarma, D. Aavik, Õ. Kärblane, E. Kruuda, Ü. Animägi, L. Kulinaaria. Tallinn: Argo, 2011 3. Kiisman, E; Piirman, M „Küpsetuskunst“, Tartu: Atlex 2005 4. H.Kikas, E. Koger, Toidukaubad, Ilo 2004  ELEKTROONILISED ALLIKAD 3. Programmi "Kutsehariduse sisuline arendamine 2008-2013" raames välja antud õppematerjalid). Pagariõppe põhikursus. <a href="http://pagariõppe-pohikursus.innove.ee/">http://pagariõppe-pohikursus.innove.ee/</a> 4. Kondiitritoodete tehnoloogia. Praktilised tööd ja ülesanded <a href="http://www.ekk.edu.ee/vvfiles/0/Kondiitri_tehnoloogia.pdf">http://www.ekk.edu.ee/vvfiles/0/Kondiitri_tehnoloogia.pdf</a>

# Haapsalu Kutsehariduskeskus

## 3. taseme kutseõppe õppekava „Abikokk“

### VALIKÕPINGUTE MOODULI RAKENDUSKAVA

<b>Sihtrühm</b>	Põhihariduse nõudeta või põhiharidusega õppija		
<b>Õppevorm</b>	statsionaarne - koolipõhine õpe		
<b>Mooduli nr</b>	<b>Mooduli nimetus</b>	<b>Mooduli maht (EKAP)</b>	<b>Õpetajad</b>
8	Toitlustamise alused ( integreeritud põhiõpingute Toitlustamise aluste mooduliga)	10	Inga Pook, Aili Tervonen
<b>Nõuded mooduli alustamiseks</b>	Läbitud moodul 1		
<b>Mooduli eesmärk</b>	Mooduli õpetusega taotletakse, et õppija valmistab juhendamisel toite ja jooke lähtuvalt toitlustusettevõtte eripärast ja tervisliku toitumise põhimõtetest ning toiduvalmistamise põhitehnoloogiast, kasutab juhendile vastavaid toiduaineid ja nende käitlemisviise ning rakendab toidu- ja tööohutuse põhimõtteid oma töökoha korraldamisel		

Õpiväljund 1	Hindamiskriteeriumid	Hindamine
valmistab toite ja jooke lähtuvalt tehnoloogiast, tagab tehnoloogiliste kaartide alusel toidu kvaliteedi, töötab ergonoomiliselt, ohutult ja säästlikult ning järgib hügieeninõudeid		Mitteeristav
<b>Lävend</b>		

Õpiväljund 2	Hindamiskriteeriumid	Hindamine
kasutab ja puhastab köögiseadmeid ning töövahendeid vastavalt kasutus- ja hooldusjuhendile lähtudes tööohutusnõuetest		Mitteeristav
<b>Lävend</b>		

Õpiväljund 3	Hindamiskriteeriumid	Hindamine
koostab juhendi alusel menüü vastavalt tervisliku toitumise põhimõtetele, menüü koostamise alustele lähtuvalt kliendi soovidest ja vajadustest		Mitteeristav

<b>Lävend</b>

<b>Õpiväljund 4</b>	<b>Hindamiskriteeriumid</b>	<b>Hindamine</b>
selgitab esmaabi korraldust toitlustusettevõttes ning annab esmaabi kergemate vigastuste korral		Mitteeristav
<b>Lävend</b>		

<b>Hindamiskriteeriumid</b>	<p>Õppija:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- kirjeldab menüü alusel toitude ja jookide põhivalmistamisviise ja võtteid;</li> <li>- valib ja käitleb toiduaineid juhendamisel vastavalt tehnoloogilisele kaardile;</li> <li>- kasutab menüüs olevate toitude ja jookide valmistamisel asjakohaseid töövahendeid;</li> <li>- valmistab etteantud tehnoloogilise kaardi järgi lihtsamaid toite ja jooke;</li> <li>- planeerib oma tööd ergonoomiliselt ja korraldab juhendamisel oma töökoha;</li> <li>- käitleb toitu lähtuvalt hügieeninõuetest;</li> <li>- kirjeldab viiruste, bakterite, seente ehitust ja elutingimusi toiduhügieeni seisukohast;</li> <li>- kirjeldab juhendi alusel parasiitide elutsüklit;</li> <li>- kirjeldab juhendamisel toidu kaudu levivate haigustekitajate mõju inimese tervisele;</li> <li>- selgitab toidu kaudu levivate haigustekitajate leviku viise ja leviku vältimise võimalusi tulenevalt toiduhügieeni nõuetest;</li> <li>- põhjendab juhendamisel haigustekitajate levikuga kaasnevaid ohtusid tervisele;</li> <li>- kasutab toiduaineid, vee- ja energiaressursse säästlikult;</li> <li>- loetleb erinevaid keskkonnaprobleeme lähtuvalt õpitavast valdkonnast ja erialast;</li> <li>- annab oma tööle enesehinnangu;</li> </ul>
<b>Mooduli kokkuvõtva hinde kujunemine</b>	<p>Mooduli kokkuvõttev hinne kujuneb, kui õppija:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. valmistab ja serveerib juhendamisel kahekäigulise eine arvestades kliendi soove ja vajadusi, valides ja käideldes toiduaineid, töövahendeid ja seadmeid köögis vastavalt etteantud tehnoloogilisele kaardile;</li> <li>2. teeb töö lõppedes vajaminevad puhastustööd;</li> <li>3. vastab vajadusel täiendavatele küsimustele</li> </ol>
<b>Mooduli hindamine</b>	mitteeristav hindamine

## Õppematerjalid

### KIRJANDUS

1. Rekkor, S. Kersna, A. Merits, M. Roosipõld, A. Toitlustuse alused. Tallinn: Argo, 2008
2. Kersna, A. Kivisalu, I. Merits, M. Rekkor, S. Toiduvalmistamine suurköögis. Tallinn: Argo, 2010
3. Kalbri, I. Toitumisõpetus. Tallinn: Ilo, 2007
4. Keppart, V. Keskkonnakaitse. Jäätmekäitlus. Tallinn: Argo, 2011
5. Tamm, T. Kuura, E. Lapp, S. Majapidamistöo majutusettevõttes. Tallinn: Argo, 2012
6. Kuura, E. Puhastusteenindus. Tallinn: AS Kirjastus ILO, 2003
7. Aavik, Õ. Kalkulatsiooniõpetus. Tallinn: Argo, 2011

### ELEKTROONILISED ALLIKAD

8. HITSA Innovatsioonikeskus. Repositoorium. Toitlustuse alused. [http://cmsimple.e-uni.ee/toitlustuse\\_alused/](http://cmsimple.e-uni.ee/toitlustuse_alused/)
9. HITSA Innovatsioonikeskus. Repositoorium. Toiduhügieeni algkursus. <http://toiduhygieenialgkursus.edicypages.com/et>
10. HITSA Innovatsioonikeskus. Repositoorium. Toitlustusettevõtte seadmed ettevalmistusseadmed. <http://cmsimple.e-uni.ee/ettevalmistusseadmed/>
11. HITSA Innovatsioonikeskus. Repositoorium. Kööginõud ja väikevahendid. <http://web.zone.ee/objekt/kooginoud/>
12. Tallinna Teeninduskool. GN-nõud toidu valmistamisel ja väljastamisel. <http://www.teeninduskool.ee/eope/gnnoud/>
13. HITSA Innovatsioonikeskus. Repositoorium. Eritoitumine laktoositalumatuse ja tsöliaakia puhul. <http://web.zone.ee/objekt/laktoos/>
14. Eritoitumine. Taimetoitlus. <http://web.zone.ee/objekt/taimetoit/>

**Haapsalu Kutsehariduskeskus**  
**3. taseme kutseõppe õppekava „Abikokk“**  
**VALIKÕPINGUTE MOODULI RAKENDUSKAVA**

<b>Sihtrühm</b>			
<b>Õppevorm</b>			
<b>Mooduli nr</b>	<b>Mooduli nimetus</b>	<b>Mooduli maht (EKAP)</b>	<b>Õpetajad</b>
9	Abikoka Praktika ( lisa põhiõpingute mooduli sama sisuga moodulile)	10	
<b>Mooduli eesmärk</b>	Sisu on sama kui põhiõpingute abikoka praktika moodulil, kinnistab samu väljundeid		

<b>Õpiväljundid</b>	<b>Hindamiskriteeriumid</b>		<b>Hindamine</b>
			Eristav
<b>Hinne 3</b>	<b>Hinne 4</b>	<b>Hinne 5</b>	