

**KOOSKÕLASTATUD**  
**kooli nõukogu poolt 22.03.2021**  
**protokoll nr 1-2/7**

**KINNITATUD**  
**direktori 22.03.2021**  
**käskkirjaga nr 1-9/9**

**KURESSAARE AMETIKOOLI ÕPPEKAVA**  
**ABIKOKK**  
**60 EKAP**

<b>KURESSAARE AMETIKOOLI ÕPPEKAVA</b>						
Õppekararühm	Majutamine ja toitlustamine					
Õppekava nimetus	Abikokk					
	<i>Cook, level 3</i>					
	<i>Помощник повара</i>					
Õppekava kood EHISes	<b>127377</b>					
ESMAÕPPE ÕPPEKAVA					JÄTKUÕPPE ÕPPEKAVA	
<b>EKR 2</b>	<b>EKR 3</b>	<b>EKR 4 kutsekeskharidus</b>	<b>EKR 4</b>	<b>EKR 5</b>	<b>EKR 4</b>	<b>EKR 5</b>
	<b>X</b>					
Õppekava maht (EKAP):	<b>60 EKAP</b>					
Õppekava koostamise alus:	VV 26.08.2013. a määrus nr 130 „Kutseharidusstandard“ ja selle muutmine VV määrusega RT I, 16.07.2016, 5 ning kutsestandard Abikokk, tase 3, kinnitatud Teeninduse Kutsenõukogus 09.11.2017 otsusega nr 11.					
Õpetusega taotletakse, et õpilane omandab teadmised, oskused, hoiakud ja sotsiaalse valmiduse töötamiseks abikoka erialal avatud tööturul erinevates suurköökides või restoranides ja teistes toitlustusteenuseid pakkuvates ettevõtetes ning eeldused õpingute jätkamiseks ja elukestvaks õppeks.						
Õppekava õpiväljundid:	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) käitleb toidutooret ja toitu säästlikult, abistab kokka toitude valmistamisel ja serveerimisel ning töötab koka juhendamisel individuaalselt ja meeskonnatöona;</li> <li>2) eeltöötleb toiduaineid, külm töötleb köögivilju, valmistab vastavalt juhendile köögivilja-, teravilja-, muna- ja pastatoite ning pagaritooteid, teeb koka juhendamisel abitöid toitude valmistamisel;</li> <li>3) teeb puhastus- ja koristustöid kõikides tootmisruumides ja järgib ettevõtte enesekontrolliplaani;</li> <li>4) töötab meeskonnas juhendamisel;</li> <li>5) väärtustab enda kutse- ja tööalast arengut ja edasist õpiteed, lähtuvalt majutus- ja toitlustusvaldkonna arengust.</li> </ol>					
<p><b>Õppekava rakendamine</b> (sihtrühmadele ja kasutatavatele õppevormidele)  Õppima võib asuda põhiharidusnõudeta või hariduslike erivajadustega isik statsionaarsesse koolipõhisesse õppesse.</p>						
<p><b>Nõuded õpingute alustamiseks</b>  Õppima võib asuda põhihariduseta isik.</p>						
<p><b>Nõuded õpingute lõpetamiseks</b>  Õpingud loetakse lõpetatuks pärast õppekava läbimist täies mahus ning selles kirjeldatud õpiväljundite saavutamist lävendi tasemel. Erivajadusega õpilase puhul hinnatakse õpiväljundite saavutatust erialase lõpueksamiga, mille võib asendada kutseksamiga. Õpilane sooritab lõpueksami, kus õppija demonstreerib omandatud oskusi. Abikokk valmistab juhendi järgi etteantud aja jooksul 2 rooga, katab laua vastavalt koka korraldustele, vormistab portsjonid ning serveerib.  Õppijal on võimalik saada Abikokk EKR tase 3 kutse, kui tõestab kutseksamil kõik vajaminevad kompetentsid.</p>						
<p><b>Lõpetamisel väljastatavad dokumendid</b>  Kutseõppe lõpetanule väljastab kool lõputunnistuse koos hinnetelehega.</p>						

## Õpingute läbimisel omandatav(ad)

... kvalifikatsioon(id): Õpingute läbimiseks kõik vajalikud lõpetamise nõuded täitnud õppijal on võimalik saada Abikokk, tase 3 kutse.

... osakutse(d):

### Õppekava struktuur

#### Põhiõpingute moodulid – 51 EKAP

##### 1. Õpitee ja töö muutuv keskkonnas – 5 EKAP

- 1) seab juhendamisel endale õpiesmärke, arvestades oma võimalusi ning piiranguid;
- 2) saab aru majanduse toimimisest, tööandja ja töövõtja rollidest;
- 3) kavandab juhendamisel oma panuse väärtuste loomisel enda ja teiste jaoks kultuurilises, sotsiaalses ja/või rahalises tähenduses;
- 4) mõistab oma vastutust enesearendamisel ja kutsealase karjääri kujundamisel.

##### 2. Toitlustamise alused – 15 EKAP

- 1) valmistab toite ja jooke lähtuvalt tehnoloogiast, tagab tehnoloogiliste kaartide alusel toidu kvaliteedi, töötab ohutult ja säästlikult ning järgib hügieeninõudeid;
- 2) kasutab ja puhastab köögiseadmeid ning töövahendeid vastavalt kasutus- ja hooldusjuhendile ning lähtuvalt tööohutusnõuetest;
- 3) koostab juhendi alusel menüü vastavalt tervisliku toitumise põhimõtetele, menüü koostamise alustele lähtuvalt kliendi soovidest ja vajadustest;
- 4) selgitab esmaabi korraldust toitlustusettevõttes ning annab esmaabi kergemate vigastuste korral.

##### 3. Teeninduse alused – 4 EKAP

- 1) mõistab toitlustusteeninduse ja kliendikeskse teeninduse põhimõtteid;
- 2) lahendab teenindusolukordi vastavalt etteantud ülesandele;
- 3) väljendab end teenindusolukorras suuliselt arusaadavalt;
- 4) arvestab teenindusolukordades klientide erinevat kultuurilist tausta;
- 5) kirjeldab turundustegevusi toitlustusettevõttes;
- 6) teeb ettevalmistused ning teenindab kliente selvelaudades ja istumisega laudades.

##### 4. Abikoka praktilise töö alused – 12 EKAP

- 1) valmistab juhendamisel kvaliteedinõuetele vastavaid toite ja jooke, järgides toitlustusettevõtte töökorralduse põhimõtteid;
- 2) töötab juhendamisel meeskonna liikmena lähtuvalt toitlustusettevõtte töökorraldusest ning tööohutuse ja ergonoomia põhimõtetest;
- 3) töötab juhendamisel teenindusruumides lähtuvalt teenindamise põhitehnikatest ning kliendikeskse teenindamise põhimõtetest.

##### 5. Abikoka praktika – 15 EKAP

- 1) planeerib praktikajuhendi alusel isikliku praktika eesmärged;
- 2) tutvub praktikajuhendi alusel praktikaettevõtte kui organisatsiooniga ning toitlustusosakonna toimingutega;
- 3) töötab juhendamisel praktikaettevõtte meeskonnas, järgib ettevõtte töökorraldust;
- 4) töötab juhendamisel toitlustamises kasutatavate seadmete ja töövahenditega, järgides tööhügieeni- ja tööohutusnõudeid;
- 5) eeltöötleb juhendamisel toiduaineid, valmistab ettevõtte menüüs olevaid lihtsamaid toite ja jooke juhendamisel, teeb puhastus- ja korrastustöid;
- 6) teenindab juhendamisel kliente, järgides klienditeeninduse põhimõtteid;
- 7) koostab juhendamisel praktika lõppedes praktikaaruande.

**Valikõpingute valimise võimalused ja nende moodulid:**

Õppijal on võimalus valida õppeaasta alguses 1. õppenädala jooksul eriala toetavaid valikmooduleid **9 EKAP**-i ulatuses õppekavale ka kooli teistest õppekavadest kooli õppekorralduseeskirjas sätestatud korras.

**1. Eritoitlustus – 2 EKAP**

- 1) kirjeldab juhendi alusel erinevate toitumiseärasustega klientide toitumise eripära;
- 2) kohandab toitlustusettevõtte tavapärase menüü ja retsepti toitumiseärasustega klientidele sobivaks;
- 3) koostab menüüid, arvestades kliendirühmade toitumiseärasuste ja toitumissoovitustega;
- 4) valmistab juhendi alusel toitumiseärasustega klientidele sobilikke roogi ja jooke.

**2. Rahvus- ja regionaalköögid – 2 EKAP**

- 1) kirjeldab juhendi alusel Eesti ja teiste rahvuskööke, tuues välja eripära;
- 2) valmistab ja serveerib juhendi alusel Eesti ja erinevate rahvusköövide roogasid ja jooke.

**3. Õpioskused – 1,5 EKAP**

- 1) mõistab õppimise iseärasusi Kuressaare Ametikoolis;
- 2) planeerib aega võimalustele ja eesmärkidele vastavalt;
- 3) analüüsib ennast õppijana ning oskab lahendada ettetulevaid probleeme.

**4. Pagari- ja kondiitritööd – 3,5 EKAP**

- selgitab erialaseid pagari- ja kondiitritöö termineid ja tehnoloogiaid;
- kirjeldab pagari- ja kondiitritöös kasutatavaid spetsiifilisi tooraineid;
- valmistab ja serveerib juhendamisel tehnoloogiliste kaartide alusel pagari- ja kondiitritooteid, tagades toodete kvaliteedi.

**Spetsialiseerumised (moodulite nimetus ja maht)****Õppekava kontaktisik**

ees- ja perenimi:	Ülle Tamsalu
ametikoht:	turismiteenuste õppesuuna juhtõpetaja
telefon:	452 4622; 525 6299
e-post:	ulle.tamsalu@ametikool.ee

**Märkused**

Mooduli rakenduskava aadress kooli kodulehel:

<https://ametikool.ee/et/moodulite-rakenduskavad>

Lisa 1 – Kutsestandardi kompetentsusnõuete ja õppekava õpiväljundite vastavustabel

Lisa 2 – Eneseanalüüsi alus õpiväljundite kõrvutamiseks kutseharidusstandardiga

## Kutsestandardi kompetentsusnõuete ja õppekava õpiväljundite vastavustabel

Abikoka EKR tase 3 Kompetentsi nimetus ja tegevusnäitajad kutsestandardis	Abikoka õppekava põhiõpingute moodulid				
	Õpitee ja töö muutuv keskkonnas	Toitlustamise alused	Teenindamise alused	Abikoka praktiline töö	Abikoka praktika
<b>Töö planeerimine</b>					
valmistab ette ja hoiab korras oma töökoha, lähtudes tööülesannetest ja hügieeninõuetest	x	x	x	x	x
planeerib oma tööd tööpäeva lõikes vastavalt menüüle ja koka korraldustele	x	x	x	x	x
<b>Puhastus- ja koristustööd</b>					
puhastab seadmeid ja töövahendeid, lähtudes juhendist		x	x	x	x
käitleb prügi, lähtudes juhendist		x	x	x	x
peseb saali ja toiduvalmistamise nõusid, lähtudes juhendist		x		x	x
puhastab juhendamisel köögi, saali ja muud ruumid, kasutades sobivaid puhastusvahendeid ja -tarvikuid		x	x	x	x
<b>Kaupade käitlemine</b>					
abistab kokka kauba vastu võtmisel ja ladustamisel	x	x		x	x
käitleb pakendeid ja taarat vastavalt koka korraldusele	x	x		x	x
abistab laoseisu inventeerimisel vastavalt koka korraldustele	x	x		x	x
<b>Toitude valmistamine</b>					
kaalub toiduained lähtuvalt tehnoloogilisest kaardist; eeltöötleb aed- ja teraviljatooteid ja piimasaaduseid, kasutades asjakohaseid tehnoloogilisi võtteid, töövahendeid ja seadmeid;		x		x	x
valmistab võileibu, salateid ja külmi eelroogi vastavalt tehnoloogilisele kaardile ja/või koka juhendamisel		x		x	x
valmistab köögivilja- ja piimasuppe vastavalt tehnoloogilisele kaardile ja/või koka juhendamisel		x		x	x
valmistab piimatoodetest külmkastmeid vastavalt tehnoloogilisele kaardile ja/või koka juhendamisel		x		x	x
valmistab aedvilja- ja teraviljalisandeid vastavalt tehnoloogilisele kaardile ja/või koka juhendamisel		x		x	x
valmistab külmi jooke vastavalt tehnoloogilisele kaardile ja/või koka juhendamisel		x	x	x	x
vormistab toiduportsjonid ja vaagnad vastavalt tehnoloogilisele kaardile ja/või koka juhendamisel		x	x	x	x
<b>Teenindamine</b>					

katab ja koristab juhendamisel laudu			x		
serveerib juhendamisel toite		x	x	x	x
<b>Abikokk, tase 3 kutset läbiv kompetents</b>					
lähtub oma töös eetilistest tõekspidamistest, järgides koka kutseala head tava	x	x	x	x	x
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
arvestab hügieeninõuetega, tagab toidu ohutuse ja kvaliteedi		x	x	x	x
osaleb meeskonnatöös, vastutab võetud kohustuste täitmise eest	x	x	x	x	x
kasutab ressursse otstarbekalt ja keskkonda säästes		x	x	x	x
töötab tulemuslikult pingelises olukorras ja kontrollib oma emotsioone	x	x	x	x	x
mõistab kultuuride mitmekesisust ja on kultuuriliselt salliv	x	x	x	x	x

X – tähistatakse, millises moodulis antud kompetentsi tegevusnäitaja omandatust käsitletakse  
Võrdlusanalüüsi koostaja **Ülle Tamsalu** – turismiteenuste õppesuuna juhtõpetaja  
Võrdlusanalüüsi koostamise kuupäev 11.03.2021

## Eneseanalüüsi alus õpiväljundite kõrvutamiseks kutseharidusstandardiga

KHS § 17. Kolmanda taseme kutseõppe õpiväljundid	Õppekava moodulite õpiväljundid
<p><b>Kutse- ja erialased oskused ning iseseisvuse ja vastutuse ulatus:</b></p> <p>1) oskab oma kutse- või erialal iseseisvalt täita mitmekesiseid tööülesandeid;</p> <p>2) suudab töötada iseseisvalt ja vastutada oma töö tulemuste eest töösituatsioonides, mis on üldjuhul stabiilsed või vähesel määral muutuvad;</p> <p>3) vastutab oma tööülesannete täitmise eest.</p>	<p><b>M2 Toitlustamise alused</b></p> <p>1) valmistab toite ja jooke lähtuvalt tehnoloogiast, tagab tehnoloogiliste kaartide alusel toidu kvaliteedi,</p> <p>2) töötab ohutult ja säästlikult ning järgib hügieeninõudeid;</p> <p>3) kasutab ja puhastab köögiseadmeid ning töövahendeid vastavalt kasutus- ja hooldusjuhendile ning lähtuvalt tööohutusnõuetest;</p>
<p><b>Õpipädevus:</b></p> <p>õpib ja täiendab end iseseisvalt</p>	<p><b>M5 Abikoka praktika</b></p> <p>1) planeerib praktikajuhendi alusel isikliku praktika eesmäärke</p> <p><b>M3 Teeninduse alused</b></p> <p>1) mõistab toitlustusteeninduse ja kliendikeskse teeninduse põhimõtteid; lahendab teenindusolukordi vastavalt etteantud ülesandele;</p>
<p><b>Suhtluspädevus:</b></p> <p>1) põhjendab oma seisukohti ja väljendab ennast erinevates olukordades nii suuliselt kui kirjalikult;</p> <p>2) kutse- ja erialaste probleemide lahendamisel kasutab üldlevinud infoallikaid.</p>	<p><b>M1 Õpitee ja töö muutuv keskkonnas</b></p> <p>1) mõistab oma vastutust enesearendamisel ja kutsealase karjääri kujundamisel;</p> <p><b>M3 Teeninduse alused</b></p> <p>1) väljendab end teenindusolukorras suuliselt arusaadavalt</p>
<p><b>Enesemääratluspädevus:</b></p> <p>on võimeline optimaalselt lahendada kutse- ja erialaseid probleeme ning muutma vastavalt vajadusele oma käitumist.</p>	<p><b>M1 Õpitee ja töö muutuv keskkonnas</b></p> <p>1) seab juhendamisel endale õpieesmäärke, arvestades oma võimalusi ning piiranguid;</p> <p>2) saab aru majanduse toimimisest, tööandja ja töövõtja rollidest;</p> <p>3) kavandab juhendamisel oma panuse väärtuste loomisel enda ja teiste jaoks kultuurilises, sotsiaalses ja/või rahalises tähenduses;</p> <p>4) mõistab oma vastutust enesearendamisel ja kutsealase karjääri kujundamisel.</p>
<p><b>Tegevuspädevus:</b></p> <p>osaleb tulemuslikult erinevates meeskondades ning on suuteline täitma neis mitmekesiseid rolle.</p>	<p><b>M4 Abikoka praktilise töö alused</b></p> <p>2) töötab juhendamisel meeskonna liikmena lähtuvalt toitlustusettevõtte töökorraldusest ning tööohutuse ja ergonoomia põhimõtetest</p> <p><b>M5 Abikoka praktika</b></p> <p>3) töötab juhendamisel praktikaettevõtte meeskonnas, järgib ettevõtte töökorraldust</p>
<p><b>Infotehnoloogiline pädevus:</b></p>	<p><b>M4 Abikoka praktilise töö alused</b></p>

<p>1) teab infotehnoloogia peamisi võimalusi ja potentsiaalseid ohte;  2) oskab kasutada interneti peamisi võimalusi nii isiklikel kui tööalastel eesmärkidel.</p>	<p>3) orienteerub valdkonna töötajale esitatavates nõuetes ja kutse omistamises ning seab eesmärgid enda õpingutele  <b>M5 Abikoka praktika</b>  1) planeerib praktikajuhendi alusel isikliku praktika eesmäärke;  2) tutvub praktikajuhendi alusel praktikaettevõtte kui organisatsiooniga ning toitlustusosakonna toimingutega</p>
<p><b>Algatusvõime ja ettevõtlikkuspädevus:</b>  1) kasutab erinevaid vahendeid ideede leidmiseks ja teostamiseks;  2) avaldab arvamust kogetu kohta, kirjeldab, esitleb ja hindab oma ideid ja töid;  3) seab juhendamisel endale karjäärieesmäärke;  4) leiab juhendamisel töökohtade kohta informatsiooni, sh elektrooniliselt;  5) seostab juhendamisel erialase ettevalmistuse nõudeid tööturul rakendamise võimalustega</p>	<p><b>M1 Õpitee ja töö muutuv keskkonnas</b>  1) seab juhendamisel endale õpieesmäärke, arvestades oma võimalusi ning piiranguid;  2) saab aru majanduse toimimisest, tööandja ja töövõtja rollidest;  3) kavandab juhendamisel oma panuse väärtuste loomisel enda ja teiste jaoks kultuurilises, sotsiaalses ja/või rahalises tähenduses;  4) mõistab oma vastutust enesearendamisel ja kutsealase karjääri kujundamisel.</p>