

RAKVERE AMETIKOOLI ÕPPEKAVA

Õppekavarühm	Majutamine ja toitlustamine
Õppekava nimetus	Abikokk
	Cook, level 3
Õppekava kood EHS-es	135397

ESMAÕPPE ÕPPEKAVA					JÄTKUÕPPE ÕPPEKAVA	
EKR 2	EKR 3	EKR 4 kutsekesk- haridus	EKR 4	EKR 5	EKR 4	EKR 5
	X					

Õppekava maht: 60 EKAP

Õppekava koostamise alus:

Kutsestandard Abikokk, tase 3 Teeninduse Kutseõukogu 9.11.2017 otsus 11.
Kutseharidusstandard nr 130, 26.08.2013.

Õppekava õpiväljundid:

- käitleb toidutooret ja toitu säästlikult, abistab kokka toitude valmistamisel ja serveerimisel ning töötab koka juhendamisel.
- järgib tööohutus-, keskkonnaohutus- ja hügieeninõudeid;
- täidab enesekontrolliplaani;
- töötab juhendamisel meeskonnas, korraldab oma tööd ja planeerib aega, tegutseb ja käitub eetilisel, esteetilisel ning muul sotsiaalselt heaks kiidetud viisil;
- oskab eeltöödelda toiduaineid, külmtöödelda köögivilju, valmistada vastavalt juhendile köögivilja-, teravilja- ja pastalisandeid ning -toite
- teeb koka juhendamisel abitöid toitude valmistamisel ning puhastus- ja korrastustöid
- väärtustab enda kutse- ja tööalast arengut ja edasist õpiteed, lähtuvalt majutus- ja toitlustusvaldkonna arengust;

Õppekava rakendamine:

stационаarne, päevane õpe, töökohapõhine õpe, põhihariduse tunnistus ei ole nõutav

Nõuded õpingute alustamiseks:

õpingute alustajalt ei nõuta põhihariduse olemasolu, vähemalt 17 aastane isik

Nõuded õpingute lõpetamiseks:

Õpingud loetakse lõpetatuks, kui õpilane on saavutanud abikoka eriala õppekava õpiväljundid vähemalt lävendi tasemel. Sooritatud kutseksam abikokk, tase 3.

Õpingute läbimisel omandatavad kvalifikatsioonid:

Abikokk, tase 3

Lõpetamisel väljastatavad dokumendid:

Lõputunnistus

Õppekava struktuur

Põhiõpingute moodulid (51 EKAP)

Nimetus	Maht	Õpiväljundid
Majutamise ja toitlustamise valdkonna alused	2 EKAP	mõistab turismi tähtsust Eesti majanduses ning majutus- ja toitlustusettevõtete rolli turismimajanduses mõtestab majutamise ja toitlustamise valdkonna erinevate ettevõtete äriideesid orienteerub valdkonna töötajale esitatavates nõuetes ja kutse omistamises ning seab eesmärgid enda õpingutele orienteerub kutseõppeasutuse õppekeskkonnas ja lähipiirkonnas
Karjääriplaneerimine ja ettevõtluse alused	3 EKAP	mõistab oma vastutust teadlike otsuste langetamisel elukestva karjääriplaneerimise protsessis selgitab enda ja ettevõtte toimimist turumajanduse tingimustes mõtestab oma rolli ettevõtluskeskkonnas saab aru oma õigustest ja kohustustest töökeskkonnas toimimisel käitub vastastikust suhtlemist toetaval viisil
Toitlustamise alused	15 EKAP	valmistab juhendamisel toite ja jooke lähtuvalt tehnoloogiast, tagab tehnoloogiliste kaartide alusel toidu kvaliteedi, töötab ohutult ja säästlikult ning järgib hügieeninõudeid kasutab ja puhastab köögiseadmeid ning töövahendeid vastavalt kasutus- ja hooldusjuhendile ning lähtuvalt 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	4 EKAP	mõistab klienditeeninduse põhimõtteid ja kliendikeskse teeninduse põhimõtteid lahendab juhendamisel teenindusolukordi vastavalt etteantud ülesandele väljendab end teenindusolukorras suuliselt arusaadavalt arvestab juhendamisel teenindusolukordades klientide erinevat kultuurilist tausta teeb juhendamisel ettevalmistused ning teenindab kliente selvelaudades ja istumisega laudades
Abikoka praktilise töö alused	12 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	15 EKAP	planeerib juhendamisel praktikajuhendi alusel isikliku praktika eesmärged töötab juhendamisel praktikaettevõttemeeskonnas, järgib ettevõtte töökorraldust töötab juhendamisel toitlustamises kasutatavate seadmete ja töövahenditega, järgides tööhügieeni- ja tööohutusnõudeid eeltöötleb juhendamisel toiduaineid, valmistab ettevõtte menüüsolevaid lihtsamaid toite ja jooke, teeb puhastus- ja korrastustöid teenindab juhendamisel kliente, järgides klienditeeninduse põhimõtteid koostab juhendamisel praktika praktikaaruande

Põhiõpingud 51 EKAP
Valikõpingud 9 EKAP
Praktika 15 EKAP

Valikõpingute moodulid (9 EKAP)

<i>Nimetus</i>	<i>Maht</i>
Arvutiõpetus	2 EKAP
Praktiline töö köögis	5 EKAP
Pagari- ja kondiitritööd	2 EKAP
Õpioskused	2 EKAP
Kutsealane inglise keel	2 EKAP
Kutsealane vene keel	2 EKAP

Valikõpingute valimise võimalused:

Valikõpingud ja nende valimise võimalused: Kohustuslik valikõpingute moodul on praktiline töö köögis 5 EKAP, Ülejäänud moodulitest valib õppija valikaineid 4 EKAP-i ulatuses (valikaine loetakse valituks õpperühmale kui 51% õpilastest soovib antud valikainet

Lõputööd ja -eksamid

Abikoka eriala eksam

Praktika:

Põhiõpingutest moodustab praktika 0.00 EKAPit.

Õppekava kontaktisik:

Anneli Tohvert

Toiduainete töötlemise, majutamise ja toitlustamise, reisimise, turismi ja vaba aja veetmise õppekavarühma juht

Telefon 6682254, anneli.tohvert@rak.ee

Märkused:

Kooli õppekava ja moodulite rakenduskavad on kättesaadavad:

https://rak.siseveeb.ee/veebivormid/oppekavad/oppekava_pdf?oppekava=58

https://rak.siseveeb.ee/veebivormid/oppekavad/oppekava_pdf?oppekava=58&rakenduskavad=jah (koos moodulite rakenduskavadega)

Abikokk

Õppekava moodulite nimetused ja mahud(EKAP)	Maht kokku	1. õppeaasta
Põhiõpingute moodulid	51	51
Majutamise ja toitlustamise valdkonna alused	2	2
Karjääriplaneerimine ja ettevõtluse alused	3	3
Toitlustamise alused	15	15
Teeninduse alused	4	4
Abikoka praktilise töö alused	12	12
Abikoka praktika	15	15
Valikõpingute moodulid	9	9
Arvutiõpetus	2	2
Praktiline töö köögis	5	5
Pagari- ja kondiitritööd	2	2
Õpioskused	2	
Kutsealane inglise keel	2	
Kutsealane vene keel	2	
Lõputööd ja -eksamid		
Abikoka eriala eksam		

Abikokk

Seosed kutsestandardi „Kutsestandard Abikokk, tase 3 Teeninduse Kutsenõukogu 09.11.2017 otsus 11“ kompetentside ja eriala õppekava moodulite vahel.

Kompetentsi nimetus kutsestandardis	Eriala õppekava moodulid						Valikõpingute moodulid					
	Majutamise ja toitlustamise valdkonna alused	Karjäärplaneerimine ja ettevõtluse alused	Toitlustamise alused	Teeninduse alused	Abikoka praktilise töö alused	Abikoka praktika	Arvutiõpetus	Praktiline töö köögis	Pagari- ja kondiitritööd	Õpioskused	Kutsealane inglise keel	Kutsealane vene keel
Töö planeerimine			X	X	X	X		X	X			
1. valmistab ette ja hoiab korras oma töökoha, lähtudes tööülesannetest ja hügieeninõuetest			X		X	X		X	X			
2. planeerib oma tööd tööpäeva lõikes vastavalt menüüle ja koka korraldustele			X		X	X		X				
Puhastus ja koristustööd			X	X	X	X		X	X			
1. puhastab seadmeid ja töövahendeid, lähtudes juhendist					X	X		X				
2. käitleb prügi, lähtudes juhendist			X	X	X	X		X	X			
3. peseb saali ja toiduvalmistamise nõusid, lähtudes juhendist			X		X	X		X				
Kaupade käitlemine			X		X	X		X	X			
1. <input type="checkbox"/> abistab kokka kauba vastu võtmisel ja ladustamisel			X		X	X						
2. <input type="checkbox"/> käitleb pakendeid ja taarat vastavalt koka korraldusele			X		X	X		X	X			
3. <input type="checkbox"/> abistab laoseisu inventeerimisel vastavalt koka korraldustele					X			X				
4. puhastab juhendamisel köögi, saali ja muud ruumid, kasutades sobivaid puhastusvahendeid ja -tarvikuid			X	X	X	X		X				
Toitude valmistamine			X		X	X		X				

1. kaalub toiduained lähtuvalt tehnoloogilisest kaardist; eeltöötleb aed- ja teraviljatooteid ja piimasaaduseid, kasutades asjakohaseid tehnoloogilisi võtteid, töövahendeid ja seadmeid				X		X	X		X				
2. valmistab võileibu, salateid ja külmi eelroogi vastavalt tehnoloogilisele kaardile ja/või koka juhendamisel				X		X	X		X				
3. valmistab köögivilja- ja piimasuppe vastavalt tehnoloogilisele kaardile ja/või koka juhendamise				X		X	X		X				
4. valmistab piimatoodetest külmkastmeid vastavalt tehnoloogilisele kaardile ja/või koka juhendamisel				X		X	X		X				
5. valmistab aedvilja- ja teraviljalisandeid vastavalt tehnoloogilisele kaardile ja/või koka juhendamisel				X		X	X		X				
6. valmistab külmi jooke vastavalt tehnoloogilisele kaardile ja/või koka juhendamisel				X		X	X		X				
7. vormistab toiduportsjonid ja vaagnad vastavalt tehnoloogilisele kaardile ja/või koka juhendamisel				X		X	X		X				
Teenindamine					X	X	X						
1. katab ja koristab juhendamisel laudu					X		X						
2. serveerib juhendamisel toite					X	X	X		X				
Abikokk III tase, kutset läbivad kompetentsid	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
1. lähtub oma töös eetilistest tõekspidamistest, järgides koka kutseala head tava	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					
3. arvestab hügieeninõuetega, tagab toidu ohutuse ja kvaliteedi				X	X	X	X		X	X			
4. osaleb meeskonnatöös, vastutab võetud kohustuste täitmise eest	X	X	X	X	X	X	X				X		
5. kasutab ressursse otstarbekalt ja keskkonda säästes				X		X	X	X					
6. töötab tulemuslikult pingelises olukorras ja kontrollib oma emotsioone		X			X	X	X	X			X		
7. mõistab kultuuride mitmekesisust ja on kultuuriliselt salliv					X								
Abikokk III tase, kutset läbivad kompetentsid	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
1. lähtub oma töös eetilistest tõekspidamistest, järgides koka kutseala head tava	X	X	X	X	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	X	X	X	X
3. arvestab hügieeninõuetega, tagab toidu ohutuse ja kvaliteedi	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
4. osaleb meeskonnatöös, vastutab võetud kohustuste täitmise eest	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
5. kasutab ressursse otstarbekalt ja keskkonda säästes	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
6. töötab tulemuslikult pingelises olukorras ja kontrollib oma emotsioone	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
7. mõistab kultuuride mitmekesisust ja on kultuuriliselt salliv	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X

X – tähistatakse, millises moodulis antud kompetentsi tegevusnäitaja omandatust hinnatakse