Lisa 1

KOOSKÕLASTATUD
kooli nõukogu poolt 09.01.2023
protokoll nr 1-3/23/1

KINNITATUD
direktori 09.01.2023
käskkirjaga nr 1-2/23/2

KURESSAARE AMETIKOOLI ÕPPEKAVA
ABIKOKK
60 EKAP

<table>
<tr><th colspan="8">KURESSAARE AMETIKOOLI ÕPPEKAVA</th></tr>
<tr><td>Õppekavarühm</td><td colspan="7">Majutamine ja toitlustamine</td></tr>
<tr><td rowspan="3">Õppekava nimetus</td><td colspan="7">Abikokk</td></tr>
<tr><td colspan="7">Cook, level 3</td></tr>
<tr><td colspan="7">Помощник повара</td></tr>
<tr><td>Õppekava kood EHISes</td><td colspan="7">127377</td></tr>
<tr><td colspan="5">ESMAÕPPE ÕPPEKAVA</td><td colspan="3">JÄTKUÕPPE ÕPPEKAVA</td></tr>
<tr><td>EKR 2</td><td>EKR 3</td><td>EKR 4 kutsekeskharidus</td><td>EKR 4</td><td>EKR 5</td><td>EKR 4</td><td>EKR 5</td></tr>
<tr><td></td><td>X</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>Õppekava maht (EKAP):</td><td colspan="7">60 EKAP</td></tr>
<tr><td>Õppekava koostamise alus:</td><td colspan="7">VV 26.08.2013. a määrus nr 130 „Kutsehariduss tandard“ ja selle muutmine VV määrusega RT I, 17.04.2019, 6 ning kutsestandard Abikokk, tase 3, kinnitatud Teeninduse Kutsenõukogus 05.05.2022 otsusega nr 32.</td></tr>
<tr><td colspan="8">Õpetusega taotletakse, et õpilane omandab teadmised, oskused, hoiakud ja sotsiaalse valmiduse töötamiseks abikoka erialal avatud tööturul erinevates toitlustusteenuseid pakkuvates ettevõtetes ning eeldused õpingute jätkamiseks ja elukestvaks õppeks.</td></tr>
<tr><td>Õppekava õpiväljundid:</td><td colspan="7">1) käitleb toidutooret ja toitu säästlikult, abistab kokka toitude valmistamisel ja serveerimisel ning töötab koka juhendamisel individuaalselt ja meeskonnas;
2) eeltöötleb toiduaineid, külmtöötleb köögivilju, valmistab vastavalt juhendile köögivilja-, teravilja-, muna- ja pastatoite ning pagaritooteid, teeb koka juhendamisel abitöid toitude valmistamisel;
3) teeb puhastus- ja koristustöid kõikides tootmisruumides ja järgib ettevõtte enesekontrolliplaani;
4) suhtleb klientidega, lähtudes klienditeeninduse heast tavast;
5) väärtustab enda kutse- ja tööalast arengut ja edasist õpiteed, lähtuvalt majutus- ja toitlustusvaldkonna arengust.</td></tr>
<tr><td colspan="8">Õppekava rakendamine (sihtrühmadele ja kasutatavatele õppevormidele)
Õppima võib asuda põhiharidusnõudeta või hariduslike erivajadustega isik statsionaarsesse koolipõhisesse õppesse.</td></tr>
<tr><td colspan="8">Nõuded õpingute alustamiseks
Õppima võib asuda põhihariduseta isik.</td></tr>
<tr><td colspan="8">Nõuded õpingute lõpetamiseks
Õpingud kolmanda taseme kutseõppes loetakse lõpetatuks pärast õppekavas kirjeldatud kvalifikatsioonile või osakutsele vastavate õpiväljundite saavutamist.
Õpiväljundite saavutatust hinnatakse kutseeksamiga, mida võib sooritada ka osade kaupa. Kui kutse- või erialal ei ole kutseeksami sooritamine võimalik, lõpetatakse õpingud erialase lõpueksamiga. Juhul, kui kutseeksami sooritamine ebaõnnestub, on õpilasel õigus sooritada õpingute lõpetamiseks samuti erialane lõpueksam. Haridusliku erivajadusega õpilase puhul hinnatakse õpiväljundite saavutatust erialase lõpueksamiga, mille võib asendada kutseeksamiga.
Abikokk valmistab juhendi järgi etteantud aja jooksul 2 rooga, katab laua vastavalt koka korraldustele, vormistab portsjonid ning serveerib.</td></tr>
<tr><td colspan="8">Lõpetamisel väljastatavad dokumendid
Kutseõppe lõpetanule väljastab kool lõputunnistuse koos hinnetelehega.</td></tr>
</table>

Õpingute läbimisel omandatav(ad)	
… kvalifikatsioon(id):	Abikokk, tase 3
… osakutse(d):	

Õppekava struktuur
Põhiõpingute moodulid – 51 EKAP

1. Õpitee ja töö muutuvas keskkonnas – 5 EKAP
1) seab juhendamisel endale õpieesmärke, 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 eesmärke;
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 toitumisiseärasustega klientide toitumise eripära;
   2) kohandab toitlustusettevõtte tavapärase menüü ja retsepti toitumisiseärasustega klientidele sobivaks;
   3) koostab menüüd, arvestades kliendirühmade toitumisiseärasuste ja toitumissoovitustega;
   4) valmistab juhendi alusel toitumisiseärasustega klientidele sobilikke roogi ja jooke.

2. **Rahvus- ja regionaalköögid – 2 EKAP**
   1) kirjeldab juhendi alusel Eesti ja teiste rahvusköökе, tuues välja eripära;
   2) valmistab ja serveerib juhendi alusel Eesti ja erinevate rahvusköökide 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) – puuduvad

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 „Abikokk, tase 3“ kompetentsusnõuete ja õppekava õpiväljundite vastavustabel
Lisa 2 – Õppekava „Abikokk“ moodulite ja kutsehariduss tandardis kirjeldatud õpiväljundite sidusus
Lisa 3 – Õppekava „Abikokk“ avamise vajalikkuse põhjendus

Lisa 1

Kutsestandardi „Abikokk, tase 3“ kompetentsusnõuete ja õppekava õpiväljundite vastavustabel

Kompetentsi nimetus ja tegevusnäitajad kutsestandardis	**Abikoka õppekava põhiõpingute moodulid**				
	Õpitee ja töö muutuvas keskkonnas	**Toitlustamise alused**	**Teenindamise alused**	**Abikoka praktiline töö**	**Abikoka praktika**
B.2 Abikokk, tase 3 üldoskused					
1. peab kinni tööde ajakavast, planeerib oma tööd ja mõistab oma rolli meeskonnatöös, vastutab võetud kohustuste täitmise eest;	x	x	x	x	x
2. töötab tulemuslikult pingelises olukorras ja kontrollib oma emotsioone;		x	x	x	x
3. järgib õigusaktidest tulenevaid töö- ja tuleohutusnõudeid, vastutab enda ja kaastöötajate turvalisuse eest ning tuleb toime ohuolukordades;		x	x	x	x
4. järgib hügieeninõudeid, tagab toidu ohutuse ja kvaliteedi;		x	x	x	x
5. kasutab ressursse otstarbekalt ja keskkonda säästes.		x	x	x	x
B.3.1 Toitude valmistamine					
1. valmistab ette ja hoiab korras oma töökoha, lähtudes tööülesannetest ja hügieeninõuetest;		x	x	x	x
2. kaalub toiduained lähtuvalt tehnoloogilisest kaardist; eeltöötleb aed- ja teraviljatooteid, seeni ja piimasaaduseid, kala, liha ja nendest valmistatud tooteid, kasutades asjakohaseid köögitöö tehnikaid, töövahendeid ja seadmeid;		x	x	x	x
3. valmistab võileibu, salateid ja külmi enamlevinud eelroogi vastavalt tehnoloogilisele kaardile ja/või koka juhendamisel;		x		x	x
4. valmistab suppe vastavalt tehnoloogilisele kaardile ja/või koka juhendamisel ning kasutades sobivaid töövahendeid ja seadmeid;		x		x	x
5. valmistab külmkastmeid vastavalt tehnoloogilisele kaardile ja/või koka juhendamisel;		x		x	x
6. valmistab toite munast vastavalt tehnoloogilisele kaardile ja/või koka juhendamisel ning kasutades sobivaid töövahendeid ja seadmeid;		x		x	x
7. valmistab aedvilja- ja teraviljalisandeid vastavalt tehnoloogilisele kaardile ja/või koka juhendamisel;		x		x	x
8. valmistab lihtsamaid pearoogasid vastavalt tehnoloogilisele kaardile ja/või koka juhendamisel;		x		x	x

9. valmistab lihtsamaid magustoite vastavalt tehnoloogilisele kaardile ja/või koka juhendamisel;		x		x	x
10. valmistab külmi jooke vastavalt tehnoloogilisele kaardile ja/või koka juhendamisel;		x		x	x
11. vormistab toiduportsjonid ja vaagnad vastavalt tehnoloogilisele kaardile ja/või koka juhendamisel.		x		x	x
B.3.2 Kaupade käitlemine					
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.3.3 Puhastamine ja koristamine					
1. puhastab seadmeid ja töövahendeid, lähtudes juhendist;		x		x	x
2. käitleb prügi, lähtudes juhendist;		x		x	x
3. peseb saali ja toiduvalmistamise nõusid, lähtudes juhendist;		x		x	x
4. puhastab juhendamisel köögi, saali ja muud ruumid, kasutades sobivaid puhastusvahendeid ja -tarvikuid.		x		x	x
B.3.4 Teenindamine					
1. suhtleb klientidega, lähtudes klienditeeninduse heast tavast;			x		
2. katab ja koristab juhendamisel laudu.		x	x	x	x

X – tähistatakse, millises moodulis antud kompetentsi tegevusnäitaja omandatust käsitletakse
Võrdlusanalüüsi koostaja **Ülle Tamsalu** – turismiteenuste õppesuuna juhtõpetaja
Võrdlusanalüüsi koostamise kuupäev 05.01.2023

Lisa 2

Õppekava „Abikokk“ moodulite ja kutsehariduss tandardis kirjeldatud õpiväljundite sidusus

KHS § 17. Kolmanda taseme kutseõppe õpiväljundid	Õppekava moodulite õpiväljundid
Kutse- ja erialased oskused ning iseseisvuse ja vastutuse ulatus: 1) oskab oma kutse- või erialal iseseisvalt täita mitmekesiseid tööülesandeid; 2) suudab töötada iseseisvalt ja vastutada oma töö tulemuste eest töösituatsioonides, mis on üldjuhul stabiilsed või vähesel määral muutuvad; 3) vastutab oma tööülesannete täitmise eest.	**M2 Toitlustamise alused –** ÕV1. valmistab toite ja jooke lähtuvalt tehnoloogiast, tagab tehnoloogiliste kaartide alusel toidu kvaliteedi, töötab ohutult ja säästlikult ning järgib hügieeninõudeid; ÕV2. kasutab ja puhastab köögiseadmeid ning töövahendeid vastavalt kasutus- ja hooldusjuhendile ning lähtuvalt tööohutusnõuetest.
Õpipädevus: õpib ja täiendab end iseseisvalt	**M3 Teeninduse alused –** ÕV1. mõistab toitlustusteeninduse ja kliendikeskse teeninduse põhimõtteid; ÕV2. lahendab teenindusolukordi vastavalt etteantud ülesandele. **M5 Abikoka praktika –** ÕV1. planeerib praktikajuhendi alusel isikliku praktika eesmärke
Suhtluspädevus: 1) põhjendab oma seisukohti ja väljendab ennast erinevates olukordades nii suuliselt kui kirjalikult; 2) kutse- ja erialaste probleemide lahendamisel kasutab üldlevinud infoallikaid.	**M1 Õpitee ja töö muutuvas keskkonnas –** ÕV4. mõistab oma vastutust enesearendamisel ja kutsealase karjääri kujundamisel. **M3 Teeninduse alused –** ÕV3. väljendab end teenindusolukorras suuliselt arusaadavalt
Enesemääratluspädevus: on võimeline optimaalselt lahendama kutse- ja erialaseid probleeme ning muutma vastavalt vajadusele oma käitumist.	**M1 Õpitee ja töö muutuvas keskkonnas –** ÕV1. seab juhendamisel endale õpieesmärke, arvestades oma võimalusi ning piiranguid; ÕV2. saab aru majanduse toimimisest, tööandja ja töövõtja rollidest; ÕV3. kavandab juhendamisel oma panuse väärtuste loomisel enda ja teiste jaoks kultuurilises, sotsiaalses ja/või rahalises tähenduses; ÕV4. mõistab oma vastutust enesearendamisel ja kutsealase karjääri kujundamisel.
Tegevuspädevus: osaleb tulemuslikult erinevates meeskondades ning on suuteline täitma neis mitmekesiseid rolle.	**M4 Abikoka praktilise töö alused –** ÕV2. töötab juhendamisel meeskonna liikmena lähtuvalt toitlustusettevõtte töökorraldusest ning tööohutuse ja ergonoomia põhimõtetest **M5 Abikoka praktika –** ÕV3. töötab juhendamisel praktikaettevõtte meeskonnas, järgib ettevõtte töökorraldust
Infotehnoloogiline pädevus: 1) teab infotehnoloogia peamisi võimalusi ja potentsiaalseid ohte;	**M1 Õpitee ja töö muutuvas keskkonnas –** ÕV1. seab juhendamisel endale õpieesmärke, arvestades oma võimalusi ning piiranguid; ÕV4. mõistab oma vastutust

2) oskab kasutada interneti peamisi võimalusi nii isiklikel kui tööalastel eesmärkidel.	enesearendamisel ja kutsealase karjääri kujundamisel. **M2 Toitlustamise alused –** ÕV3. koostab juhendi alusel menüü vastavalt tervisliku toitumise põhimõtetele, menüü koostamise alustele lähtuvalt kliendi soovidest ja vajadustest. **M5 Abikoka praktika –** ÕV1. planeerib praktikajuhendi alusel isikliku praktika eesmärke; ÕV2. tutvub praktikajuhendi alusel praktikaettevõtte kui organisatsiooniga ning toitlustusosakonna toimingutega; ÕV7. koostab juhendamisel praktika lõppedes praktikaaruande.
Algatusvõime ja ettevõtlikkuspädevus: 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 karjäärieesmärke; 4) leiab juhendamisel töökohtade kohta informatsiooni, sh elektrooniliselt; 5) seostab juhendamisel erialase ettevalmistuse nõudeid tööturul rakendamise võimalustega	**M1 Õpitee ja töö muutuvas keskkonnas –** ÕV1. seab juhendamisel endale õpieesmärke, arvestades oma võimalusi ning piiranguid; ÕV2. saab aru majanduse toimimisest, tööandja ja töövõtja rollidest; ÕV3. kavandab juhendamisel oma panuse väärtuste loomisel enda ja teiste jaoks kultuurilises, sotsiaalses ja/või rahalises tähenduses; ÕV4. mõistab oma vastutust enesearendamisel ja kutsealase karjääri kujundamisel.

Lisa 3

Õppekava „Abikokk“ avamise vajalikkuse põhjendus

ÕPPEKAVA TASEME JA MAHU KIRJELDUS	Esitame „Abikokk“ esmaõppe õppekava – maht 60 EKAP. Õppekava on viidud vastavusse uuendatud kutsestandardiga „Abikokk, tase 3“ Teeninduse Kutsenõukogu 05.05.2022 otsusega nr 32.
SIHTRÜHM	Kolmanda taseme esmaõppes võib õpinguid alustada põhihariduse nõudeta. Õppekava sobib ka HEV õppijale.
TÖÖTURUVAJADUS JA EDASIÕPPIMISE VÕIMALUSED	Tööandjate jaoks on suurimaks probleemiks töötajate leidmine. Tööandjad eelistavad kutsetunnistusega abikokkasid, kes abistaksid kokkasid köögis, aitaksid igapäevaselt teha ettevalmistusi lihtsate toitude serveerimisel. Eriti kasvab toitlustusettevõtetes nõudlus abikokkade järele suveperioodil. Sarnasel õppekaval toimub õpe meile lähimates õppeasutustes: Tallinna Teeninduskoolis ja Haapsalu KHKs. Saare maakonnas on ametikool ainus õppeasutus, kus on võimalik omandada abikoka eriala ja õppijale on see parim, kui ta saab seda teha oma kodusaarel. Edasi saab meie koolis õppida ka kutseõppes kokaks.
ÕPPEKAVA SEOS KUTSESÜSTEEMI JA KUTSEÕPPE ÕPPEKAVADE SÜSTEEMIGA	Õppekava koostamise aluseks on Vabariigi valitsuse 26.08.2013 määrus nr 130 „Kutseharidusstandard“ ja kutsestandard „Abikokk, tase 3“, mis on kinnitatud Teeninduse Kutsenõukogu 05.05.2022 otsusega nr 32.Õpe toimub statsionaarses õppes, koolipõhises õppevormis.
PARTNERID	Õppekava väljatöötamisel on partneriteks HTMi õppekavade juhtrühm, eriala õpetajad, tööandjate esindajad, kutseandja Eesti Peakokkade Ühendus ja teised kutseõppeasutused.
RESSURSID	Vajalik õppebaas õppetöö läbiviimiseks on koolil olemas. Koolil on olemas kõik õppetööks vajaminevad vahendid, materjalid, kvalifitseeritud õpetajad. Hea koostöö toimib ka tööandjatega.