

# KODUMAJANDUS JA ÄRIETIKET

## Gümnaasiumi valikkursus

### 1. Õppe- ja kasvatuseesmärgid

Kodumajanduse ja ärietiketi õpetamise kaudu taotletakse, et õpilane:

- 1) Omandab elementaarsed teadmised tänapäevasest käitumisetiketist.
- 2) Õpib hindama eluks vajalikke käitumisnorme ja isiksuse omadusi.
- 3) Tutvub euroopalikest tavadest tuleneva suhtlemiskultuuri, normide ja traditsioonidega.
- 4) Õpib käituma mistahes olukorras ja kultuuriruumis ootuspäraselt, korrekselt, ausalt ja heatahtlikult.
- 5) Suudab näha seoseid inimese käitumise ja ühiskonna nõudmiste vahel.
- 6) Suudab normide üle kriitiliselt mõelda ja argumenteeritult arutleda.
- 7) Väärtustab ennast ja teisi inimesi.
- 8) Tunneb maailma erinevate regioonide toitumistavasid ning omab seeläbi terviklikumat maailmapilti.
- 9) Oskab vastuvõttu planeerida ja läbi viia ning teab kuidas käituda vastuvõttudel.
- 10) Omandab teadmised tervislikust toitumisest ning toiduvalmistamisest ja serveerimisest.
- 11) Järgib toiduhügieeni- ja ohutuse nõudeid.
- 12) Saab ülevaate toidust ja kasutamise võimalustest ning õigetest töövõtetest.
- 13) Õpib majanduslikult ja säästlikult töötama.
- 14) Omandab praktilised oskused toidu valmistamisel ja serveerimisel.
- 15) Teab meeskonnatöö aluseid, oskab töötada meeskonnas ning olla juhi rollis.

### 2. Kursuse lühikirjeldus

Kursuse põhiteemad:

- 1) Suhtlemine
- 2) Rõivastus
- 3) Vastuvõttude liigitus
- 4) Lauakombed
- 5) Toidukultuur
- 6) Toiduainete tundmine
- 7) Toiduainete eeltöötlemine
- 8) Toiduainete kuumtöötlemine
- 9) Toiduainete säilitamine
- 10) Roogade valmistamine
- 11) Laua katmine
- 12) Menüü koostamine
- 13) Hinna kalkulatsioonide koostamine
- 14) Meeskonnatöö

### 3. Õppetegevus

Õppetegevust kavandades ja korraldades lähtutakse õppekava alusväärtustest, üldpädevusest, õppesisust ja oodatavatest õpitulemustest. Taotletakse, et õpilase õpikoormus on mõõdukas ja jaotub õppeaasta ulatuses ühtlaselt. Võimaldatakse õppida individuaalselt ja grupis. Õppeprotsessis on olulisel kohal arutelud, vestlused, grupitööd, individuaalsed ülesanded, ürituste korraldamine, internetipõhiste kooskondade kasutamine, rollimängud, õppekäigud ja praktikumid.

Õppetegevusest vähemalt pool moodustab praktiline tegevus, mille käigus on õpilased jagatud 3-4 liikmelistesse rühmadesse. Õppetegevuste valikul lähtutakse konkreetse õpperühma õpilaste vajadustest, loimides õppetegevused tunnivälise tegevusega: õpilastel on võimalus ennast proovile panna ülekoollistel ja maakonna ürituste organiseerimisel ja läbiviimisel ning seeläbi tunnetada oma ettevõtlikkust, oskusi ja võimalusi tegutseda meeskonnas.

#### 4. Füüsiline õpikeskkond

Valdav osa õppest toimub klassruumis, kus on võimalused mööbli ümberpaigutamiseks rühmatööde jaoks, internetiühendus, audiovisuaalse materjali ja infotehnoloogiliste vahendite kasutamise võimalused.

Õppe mitmekesistamiseks kasutatakse klassiruumi ka väljaspool koolimaja (ettevõtted). Praktilise tegevuse jaoks vajalik sisustus on tänapäevane ning võimaldab ohutult ja nüüdisaegselt toitu valmistada. Praktilistes tundides kannavad õpilased põlle. Praktika ruumid ja õppetarbed, sealhulgas töövahendid õppekõrgis vastavad tervisekaitse, tööohutuse ja ergonoomia nõuetele.

#### 5. Hindamine

Hindamisel lähtutakse vastavatest gümnaasiumi riikliku õppekava üldosa sätetest. Õpitulemuste kontrolli ja hindamise eesmärk on saada ülevaade õpitulemuste saavutusest ja õpilase individuaalsest arengust ning kasutada saadud teavet õppe tulemuslikumaks kavandamiseks. Kursuse hinne kujuneb iseseisvate- ja praktiliste tööde hinnetest. Iseseisvateks töödeks on kodused ülesanded ja tunnitööd.

Kontrollitakse ja hinnatakse õpilase teoreetilisi teadmisi, nende rakendamise oskust, informatsiooni leidmist ja situatsioonide lahendamist, praktiliste tööde täitmise oskusi, loovust ülesannete lahendamisel, vormistamise korrektsust ja töö isesisvat sooritust. Tunnitöö hindamisel arvestatakse õpilase aktiivsust aruteludes. Praktiliste tööde hindamisel arvestatakse omandatud teadmiste rakendamist praktikas, ettevõtlikkust, laua katmist, iseseisva- ja meeskonnatöö oskust, tööohutusnõuete ja hügieeninõuete järgimist. Roogade valmistamisel hinnatakse roa välimust, maitset ja serveerimist.

Õpitulemusi hinnatakse peamiselt arvestusliku hindega (arvestatud/mitte arvestatud). Kursuse hinne kujuneb kontrollitööde, iseseisvate tööde, paaris- ja rühmatööde, esitluste hinnetest. Positiivse kursusehinde saamise eelduseks on kõikide ülesannete nõuetekohane täitmine.

#### 6. Õppesisu ja õpitulemused

Õpitulemused	T	Õppesisu ja mõisted	Hindamine
<b>1. Suhtlemine</b>	<b>2</b>	Tervitamine, Esitlemine, Kätlemine. Sinatamine. Huvastijätmine.	Rühmatöö
Õpilane tunneb etiketi mõistet. Õpilane oskab korrektselt tervitada ja end esitleda. Esitleda teisi inimesi üksteisele vastavalt etiketile. Õpilane teab korrektse kutse ja visiitkaardi vormistamise ja kujundamise nõudeid. Õpilane oskab suhtlemisel kasutada erinevaid kommunikatsioonivahendeid.		Kutsete vormistamine. Tekst, kujundus, lühendid kutsetel. Saatmine ja vastamine. Iseseisvalt kutse teksti koostamine ja kujundamine. Netikett. Helistamine. E-kirjavahetus. Visiitkaardid, kasutamine	Praktiline töö – kutse, visiitkaardi teksti koostamine ja kujundamine. E-kirjavahetus.
<b>2. Rõivastus</b>	<b>2</b>	Pidulik rõivastus. Rahvarõivaste kandmine vastuvõttudel.	Valikvastustega test

Õpilane teab nimetada piduliku riietuse variante, nende tähistamist kutsetel. Õpilane teab riietuse kohta käivaid märke“tume ülikond“ nõudeid nii mehe kui naise kohta.			
<b>3. Vastuvõtude liigitus</b>	<b>2</b>	Ametlik ja mitteametlik. Päevane ja õhtune. Koosviibimiste, ürituste korraldamine. Kodused ja perekondlikud tähtpäevad ja vastav kombestik.	Rühmatöö – vastuvõtu planeerimine
Õpilane teab nimetada pidulike koosviibimiste ja einete liike. Õpilane teab ja tunneb vastuvõtude korraldamise põhinõudeid.		Külaliste kutsumine, vastuvõtu läbiviimine ja lõpetamine. Vastuvõtude teenindamine. Teenindaja isikuomadused ja oskused. Taldrikute kandmise võtted. Laualt nõude koristamise võtted.	Praktiline töö – vastuvõttudel teenindamine.
<b>4. Lauakombed</b>	<b>4</b>	Pidulike laudade liigid. Katmisviisid: kaetud kohtadega, püstijalalaud, rootsilaud. Lauaetikett. Käitumine lauas. Erinevate toitude söömine (puuviljad ja marjad, juust, kala ja molluskid, hiina köök, trendiroad). Erinevate söögiriistade kasutamine.	Praktiline töö – furšettlaua kujundamine ja katmine.
Õpilane teab ja tunneb vastuvõtude liike. Õpilane teab erinevaid lauakatmisviise ja tunneb neile vastavat põhilist lauaetiketti. Õpilane oskab valida sobilikke lauanõusid ja –riistu ning katta erinevat liiki laudu. Õpilane teab jookide serveerimise nõudeid. Õpilane oskab suhelda lugupidavalt erinevate inimestega, tunnetada olukordi ja valida sobivat käitumisviisi.		Jookide liigid: alkoholiga ja alkoholivabad joogid. Kuumad joogid (kohv, tee, kakao). Kokteilid ja segujoogid. Klaaside liigid. Serveerimine.	
<b>5. Toidukultuur</b>	<b>3</b>	Rahvusköögi kujunemist mõjutavad tegurid. Traditsioonid ja tänapäev.	Iseseisev töö – rahvusköögid.
Õpilane teab ja tunneb rahvusköövide väärtust, rahvusköövides kasutatavaid tooraineid ja põhitoite. Õpilane teab erinevate rahvaste toitumisharjumusi ja religioonide mõju toitumistavadele.		Erinevad usundid ja nende mõju toitumisele ja käitumisele.	Töö – religiooni mõju toitumisele.
<b>6. Toiduainete tundmine</b>	<b>2</b>	Toiduainete käitlemise nõuded. Erinevad toiduainete grupid: piimatooted, kalad, lihad, munad, suhkrud, maitseained, joogid.	Praktiline töö – erinevate kuivainete tundmine
Õpilane teab ja tunneb toiduainete ja jookide sortimenti, maitseomadusi.		Pakendid ja märgistused	

<b>7. Toiduainete eeltöötlemine</b>	<b>5</b>	Eeltöötlemisvõtted – pesemine, koorimine, tükelduskujud, vormimine, paneerimine, vahustamine.	Praktiline töö – köögiviljade tükeldamine
Õpilane teab köögis kasutatavate toiduainete eeltöötlemisvõtteid		.	
<b>8. Toiduainete kuumtöötlemine</b>	<b>4</b>	Kuumtöötlemisvõtted – keetmine, praadimine, hautamine, grillimine.	Praktiline töö – köögiviljade keetmine, liha praadimine, hautamine ja grillimine
Õpilane teab köögis kasutatavate toiduainete kuumtöötlemisvõtteid		Põhilised füüsikalised ja keemilised muutused toiduainete kuumtöötlemisel	
<b>9. Toiduainete säilitamine</b>	<b>2</b>		Iseseisev töö – köögiviljade säilitamine
Õpilane teab ja tunneb toiduainete ja jookide hoiunõudeid ja realiseerimisaegu.		Toiduainete külmutamine, soolamine, marineerimine.	
<b>10. Roogade valmistamine</b>	<b>35</b>	Eelroad, salatid, võileivad, supid, kalatoidud, lihatoidud, desserdid, kastmed. Portsjoni vormistamine. Roogade vormistamine vaagnatele. Serveerimine taldrikul ja vaagnal. Serveerimine kandikul.	Praktiline töö õppeköögis
Õpilane oskab tervisliku toitumise põhimõtetest, toiduainete omavahelisest sobivusest ja valmistusviisist lähtuvalt valida toiduaineid toitude ja jookide valmistamiseks. Õpilane oskab valmistada roogasid ja jooke etteantud tööjuhendi järgi. Õpilane teab roogade serveerimise viise ja nõudeid.		Külmad ja kuumad joogid. Pagaritooted	
<b>11. Laua katmine</b>	<b>5</b>	Salvrättide voltimine. Lauanõud ja söögiriistad, klaasid, serveerimisnõud ja vahendid – äratundmine, sobivate vahendite valik, pesemine, poleerimine, ladustamine.	Praktiline töö – salvrättide voltimine. Lauanõude pesemine ja poleerimine
Õpilane teab erinevaid lauanõusid ja riistu ning katta erinevat liiki laudu.		Laua katmine - hommiku-, lõuna- ja õhtusöögilaudade, selvelaudade eelkatted. Tähtpäevalauad, lauakaunistused. Laua etikett.	Praktiline töö – lauakaunistuste valmistamine

<b>12. Menüü koostamine</b>	<b>1</b>	Menüü tüübid. Menüüdes kasutatav terminoloogia. Menüüde koostamise üldised alused. Menüü koostamist mõjutavad tegurid. Lihtsamate Menüüde koostamine.	Iseseisev töö – menüü koostamine
Õpilane teab menüü koostamise aluseid, oskab koostada erinevaid menüüsid.			
<b>13. Hinna kalkultatsiooni koostamine</b>	<b>2</b>	Valmistatavate roogade hinna kalkuleerimine	Praktiline töö – roa hinna kalkuleerimine
Õpilane oskab kalkuleerida roogade hinda			
<b>14. Meeskonnatöö</b>	<b>1</b>	Juhtimine ja tööjaotus meeskonnas, üksteisega arvestamine, aja planeerimine. Enda ja meeskonna töö analüüs.	Rühmatöö – vastuvõtu korraldamine (tööjaotus, aja planeerimine, töö analüüs)
Õpilane teab meeskonnatöö aluseid, oskab töötada meeskonnas ning olla juhirollis.			

## 6.1 Õppeprotsessi kirjeldus

### 6.1.1 Suhtlemine - Maht: 2 tundi

**Õpitulemus:** Õpilane oskab korrektselt tervitada ja end esitleda. Teab korrektselt kutse ja visiitkaardi vormistamise ja kujundamise nõudeid. Oskab suhtlemisel kasutada erinevaid kommunikatsioonivahendeid.

**Õpisisu:** Antakse ülevaade korrektselt tervitamisest, esitlemisest, kätlemisest, sinatamisest ja hüvastijätmisest. Kutsete vormistamisest, helistamisest, E-kirjavahetusest.

**Praktiline osa:** Kutse ja visiitkaardi teksti koostamine ja kujundamine.

**Hindamisvõimalus:** Rühmatöö – tervitamine, esitlemine, kätlemine.

### 6.1.2 Rõivastus- Maht: 2 tundi

**Õpitulemus:** Õpilane teab nimetada piduliku riietuse variante, nende tähistamist kutsetel.

**Õpisisu:** Pidulik rõivastus. Rahvarõivaste kandmine vastuvõttudel.

### 6.1.3 Vastuvõttude liigitus - Maht: 2 tundi

**Õpitulemus:** Õpilane teab nimetada pidulike koosviibimiste ja einete liike. Teab ja tunneb vastuvõttude korraldamise põhinõudeid.

**Õpisisu:** Koosviibimiste, ürituste korraldamine. Külaliste kutsumine, teenindamine..

**Praktiline osa:** Vastuvõttudel teenindamine.

**Hindamisvõimalus:** Rühmatöö – vastuvõtu planeerimine.

#### 6.1.4 Lauakombed- Maht: 4 tundi

**Õpitulemus:** Õpilane teab ja tunneb vastuvõtude liike. Teab erinevaid lauakatmisviise ja tunneb neile vastavat põhilist lauetiketti. Oskab valida sobilikke lauanõusid ja – riistu ning katta erinevat liiki laudu. Teab jookide serveerimise nõudeid. Oskab suhelda lugupidavalt erinevate inimestega, tunnetada olukordi ja valida sobivat käitumisviisi.

**Õpisisu:** Pidulikud lauad, nende katmisviisid, käitumine lauas, erinevate toitude söömine ja erinevate söögiriistade kasutamine. Jookide liigid ja serveerimine.

**Praktiline osa:** Furšetlauri kujundamine ja katmine.

**Hindamisvõimalus:** Laudlina puhtus, seeliku korrektsus, nõude puhtus, paigutamine lauale.

#### 6.1.5 Toidukultuur- Maht: 3 tundi

**Õpitulemus:** Õpilane teab ja tunneb rahvusköökide väärtust, rahvusköökides kasutatavaid tooraineid ja põhitoite. Teab erinevate rahvaste toitumisharjumusi ja religioonide mõju toitumistavadele.

**Õpisisu:** Erinevad usundid ja nende mõju toitumisele ja käitumisele.

**Hindamisvõimalus:** Iseseisev töö – rahvusköögid ja religiooni mõju toitumisele.

#### 6.1.6 Toiduainete tundmine - Maht: 2 tundi

**Õpitulemus:** Õpilane teab ja tunneb toiduainete ja jookide sortimenti, maitseomadusi.

**Õpisisu:** Toiduainete käitlemise nõuded, erinevad toiduainete grupid.

**Praktiline osa:** Erinevate kuivainete tundmine.

**Hindamisvõimalus:** Toiduainete ära tundmine.

#### 6.1.7 Toiduainete eeltöötlemine - Maht: 5 tundi

**Õpitulemus:** Õpilane teab köögis kasutatavate toiduainete eeltöötlemisvõtteid.

**Õpisisu:** Eeltöötlemisvõtted – pesemine, koorimine, tükeldamine, vormimine, paneerimine, vahustamine.

**Praktiline osa:** Toiduainete tükeldamine; õigete töövõtete kasutamine.

**Hindamisvõimalus:** Õiged töövõtted, puhtus.

#### 6.1.8 Toiduainete kuumtöötlemine - Maht: 4 tundi

**Õpitulemus:** Õpilane teab köögis kasutatavate toiduainete kuumtöötlemisvõtteid.

**Õpisisu:** Kuumtöötlemisvõtted – keetmine, praadimine, hautamine, grillimine. Põhilised füüsikalised ja keemilised muutused toiduainete kuumtöötlemisel.

**Praktiline osa:** Toiduainete kuumtöötlemine õpkeköögis.

**Hindamisvõimalus:** Õigete töövõtete kasutamine, hügieeni ja toiduohutuse nõuete järgimine..

#### 6.1.9 Toiduainete säilitamine - Maht: 2 tundi

**Õpitulemus:** Õpilane teab ja tunneb toiduainete ja jookide hoiunõudeid ja realiseerimisaegu.

**Õpisisu:** Tutvustatakse erinevaid toiduainete säilitamisvõimalusi.

**Hindamisvõimalus:** Iseseisev töö – köögiviljade säilitamine.

#### 6.1.10 Roogade valmistamine- Maht: 35 tundi

**Õpitulemus:** Õpilane oskab tervisliku toitumise põhimõtetest, toiduainete omavahelisest sobivusest ja valmistamisviisist lähtuvalt valida toiduaineid toitude ja jookide valmistamiseks. Oskab valmistada roogasid ja jooke etteantud tööjuhendi järgi. Teab roogade serveerimise viise ja nõudeid.

**Õpisisu:** Eelroogade, salatite, võileibade, kalatoitude, lihatoitude, dessertide, kastmete valmistamine ja serveerimine.

**Praktiline osa:** Erinevate roogade valmistamine etteantud tööjuhendi järgi.

**Hindamisvõimalus:** Hinnatakse toidu välimust, maitset ja serveerimist.

#### **6.1.11 Laua katmine - Maht: 5 tundi**

**Õpitulemus:** Õpilane teab erinevaid lauanõusid ja –riistu ning katta erinevat liiki laudu.

**Õpisisu:** Laua katmine, eelkatted, laua kaunistused. Laua etikett.

**Praktiline osa:** Salvrättide voltimine, nõude pesemine ja poleerimine. Lauakaunistuste valmistamine.

**Hindamisvõimalus:** Laua katmise korrektsus, nõude puhtus, lauakaunistuste sobivus.

#### **6.1.12 Menüü koostamine - Maht: 1 tundi**

**Õpitulemus:** Õpilane teab menüü koostamise aluseid, oskab koostada erinevaid menüüsid.

**Õpisisu:** Menüü tüübid, menüüdes kasutatav terminoloogia, koostamise üldised alused, koostamist mõjutavad tegurid.

**Praktiline osa:** Menüü koostamine.

**Hindamisvõimalus:** Menüü kujundamine.

#### **6.1.13 Hinna kalkulatsiooni koostamine - Maht: 2 tundi**

**Õpitulemus:** Õpilane oskab kalkuleerida roogade hinda..

**Õpisisu:** Valmistatavate roogade hinna kalkuleerimine.

**Praktiline osa:** 1 portsjoni hinna kalkuleerimine

**Hindamisvõimalus:** Hinna arvutamise õigsus.

#### **6.1.14 Meeskonnatöö - Maht: 1 tundi**

**Õpitulemus:** Õpilane teab meeskonnatöö aluseid, oskab töötada meeskonnas ning olla juhirollis.

**Õpisisu:** Käsitletakse juhtimist ja tööjaotust meeskonnas, üksteisega arvestamist ja aja planeerimist.

**Praktiline osa:** Enda ja meeskonnatöö analüüs.

**Hindamisvõimalus:** Analüüsi esitlus.