

Õppeasutus: **Tallinna Teeninduskool**

## TÄISKASVANUTE ESF VAHENDITEST RAHASTATAVA TÖÖALASE KOOLITUSE ÕPPEKAVA LÜHIANDMED

Õppekava nimetus: **Täiendkoolitus lasteasutuse kokale – tervislikud toitumistrendid lasteasutuses**  
*kui õppekeel vene keel, siis võimalusel kursuse nimetus ka vene keeles .....*

Õppekava kinnitamise kuupäev ja käskkirja nr. **23.04.10. kk.nr. 24ü**

Õppekavarühm: **Majutamine ja toitlustamine**

Õppekeel: **eesti**

<b>Koolituse kogu maht ak. tundides (45 min.):</b>	48
<b>s.h. - auditoorse töö</b> ( <i>õpe loengu, seminari, õppetunni või koolis määratud muus vormis</i> ) <b>maht tundides</b>	28
<b>- praktilise töö</b> ( <i>õpitud teadmiste ja oskuste rakendamine õppekeskkonnas</i> ) <b>maht tundides</b>	20
<b>- iseseisva töö maht tundides</b>	10
<b>Õppekava koostamise alus:</b> Õppekava koostamine aluseks on koka riikliku õppekava nr. 85445 /kinnitatud 31.08.09./ osa	
<b>Kursuse läbiviimiseks vajalike sertifikaatide/litsentside olemasolu:</b> Tallinna Teeninduskool on riiklik õppeasutus /reg.nr. 70004637/, kus koolitustegevus toimub Haridus- ja Teadusministeeriumi poolt kinnitatud õppekavade alusel.	
<b>Eesmärk:</b> Kursuse eesmärk on lasteasutuste kokkadele vajalike teadmiste ja oskuste andmine laste tervisliku toitlustamise korraldamiseks ja selle läbi laste toitumisharjumuste ning tervise parandamiseks. <b>Kursuse lõpus peab koolitatav oskama koostada kaloraaži ja toitainete koostise poolest optimaalset menüüd ja selles sisalduvaid roogasid</b>	
<b>Sihtrühm ja selle kirjeldus:</b> Kursuse sihtrühmaks on töötavad või tööturult kõrvale jäänud kokad, kes soovivad täiendkoolituse kaudu tõsta oma konkurentsivõimet. Kursuslane ei tohi olla arvel Töötukassas ega õppida riigieelarvelisel õppekohal. Planeeritav rühma suurus 15.	
<b>Nõuded õpingute alustamiseks:</b> Õpingute alustamiseks peab kursuslane omama vähemalt põhiharidust ja tal peab olema kogemus töötamisel kokana.	
<b>Õppekava struktuur</b> 1. auditoorse töö teemad: <ul style="list-style-type: none"> <li>- tervisliku menüü koostamine ja tootearendus 6t.</li> <li>- laste toitlustamise eripära ja toiduallergiad 4t.</li> <li>- kaubaõpetus ja eritoit 4t.</li> <li>- tutvumine uute toorainetega 2t.</li> <li>- värvusõpetus 2t.</li> <li>- <u>roogade valmistamine ja serveerimine</u>10t.</li> </ul> kokku: 28t. 2. praktilise töö lühikirjeldus: <ul style="list-style-type: none"> <li>- <u>roogade valmistamine ja serveerimine</u></li> </ul> kokku: 20t.	
<b>Nõuded õpingute lõpetamiseks:</b> Kursusel osaleja saab tunnistuse, kui on osalenud koolitusel vähemalt 70% ulatuses tundide mahust ja sooritanud lõputöö.	
<b>Põhilektori või -õppejõu andmed:</b> Dina Aarma, omab erialast kõrgharidust ja suurt saazi täiskasvanute /sealhulgas lasteasutuse koka/ koolitamisel. Koolitusel on kaasatud toitumiskeskkonnad kõrgemast	

Õppekava koostaja: Heidi Pajusoo, täiendkoolituse projektijuht, heidi.pajusoo@teenuinduskool.ee